

Olekszandr Martinyuk
Olga Hiszem

ЕТИКА



Видавництво
АТЛАНТ

Olekszandr Martinyuk
Olga Hiszem

ETIKA

**Tankönyv
az általános oktatási
rendszerű magyar tannyelvű
középiskolák 5. osztálya számára**

Ajánlotta
Ukrajna Oktatási és Tudományos Minisztériuma

Kiїв
Видавництво «Атлант»
2023

УДК 17(075.3)
М29

Перекладено за виданням:

Мартинюк О. О. Етика : підруч. для 5 класу закл. загал. серед. освіти / О. О. Мартинюк, О. О. Гісем. — Харків : Вид-во «Ранок», 2023. — 128 с. : іл.

Рекомендовано Міністерством освіти і науки України
(наказ Міністерства освіти і науки України від 08.02.2022 р. №140)

**Видано за рахунок державних коштів.
Продаж заборонено.**

A tankönyv az „Etika. 5–6. osztály” mintatanterv szerint készült az általános közép fokú oktatási intézmények számára (szerzők: Pometun O. I., Remeh T. O., Krismarel V. J.)

A tankönyv szerzői:
Martinyuk O. I., Hiszem O. O.

Мартинюк О. О.
М29 Етика : підруч. для 5 класу з навч. угорською мовою закл. загал. серед. освіти / О. О. Мартинюк, О. О. Гісем ; Переклад Г. В. Ковача. — Київ : Вид-во «Атлант», 2023. — 128 с. : іл.

ISBN 978-617-8159-02-3 (угор.)

ISBN 978-617-09-7926-1 (укр.)

УДК 17(075.3)



ISBN 978-617-8159-02-3 (угор.)
ISBN 978-617-09-7926-1 (укр.)

© Мартинюк О. О., Гісем О. О., 2023
© ТОВ Видавництво «Ранок», оригінал-макет, художнє оформлення, 2023
© Ковач Г. В., переклад угорською мовою, 2023

Kedves Ötödikesek!

Az etika tankönyv egy új tantárgyba vezet be titeket, amely az erkölcs tudományát vizsgálja. Mindannyian a társadalom részei vagyunk, és nap mint nap kapcsolatba kerülünk másokkal. Az erkölcsi alapelvek ismerete ahhoz szükséges, hogy az emberek megfelelően viselkedjenek különböző helyzetekben. A tankönyv segít megérteni ezt a bonyolult összefüggésrendszert. Az etika tanulmányozásával megismerhetitek az ember és a társadalom közötti kapcsolatokat, jól eligazodni köztük a jó döntések meghozatalához; az általánosan elfogadott erkölcsi normák tisztelőben tartásával megoldani az élethelyzeteket; saját álláspontotok lesz a közösségben, és kapcsolatokat tudtok kiépíteni másokkal, még akkor is, ha nézeteik eltérnek a tietekétől.



A tankönyv négy fejezetet tartalmaz, amelyek különböző témákkal foglalkoznak és paragrafusokra tagolódnak.

Minden paragrafus a tanulás céljának megfogalmazásával kezdődik: „Ebben a paragrafusban megtanuljátok...”. A kérdések segítenek felkészülni az új anyagra (a „**Mondjátok el a véleményeteket!**” címszó).

A paragrafus anyaga pontokra van osztva. Mindegyik pont egy különálló, teljes anyagrész, amellyel a paragrafus foglalkozik.

A tananyag elsajátításához fontos segítséget nyújtanak a kiemelkedő személyiségek véleményei (a „**Gondolkodj el!**” címszó), a kiegészítő szövegek (a „**Fontos tudnivalók**”, „**Érdekes tények**”, „**Etika Ukrajnában**” címszavak), a forráskivonatok (a „**Munka a forrásokkal**” címszó), az illusztrációk, az ábrák és a táblázatok. Ezek fontos részét képezik a feldolgozásra ajánlott ismereteknek. Ezeknek az elemeknek némelyikéhez a feladatok elvégzését ajánlják. A szövegben használt kifejezések és fogalmak magyarázatát a Szótár címszó tartalmazza. Az új tananyag elsajátítása során jó lesz, ha csoportosan tudtok dolgozni (a „**Dolgozzunk együtt!**” címszó).

A paragrafusok utáni kérdések és feladatok segítségével ellenőrizhetitek és fejleszthetitek ismereteiteket és képességeiteket. Egyéni és csoportos munkát egyaránt tartalmaznak. A fejezet tanulmányozása után el kell olvasnotok a bizonyos erkölcsi készségeket tárgyaló forrásanyagokat (az „**Erkölcsi készségek fejlesztése**” címszó). A szövegek elolvasása után el kell végezni a hozzájuk tartozó feladatokat.

A tankönyvhöz elektronikus interaktív mellékletet dolgoztak ki, amely QR-kóddal vagy rövid linkkel érhető el.

Sok sikert kívánunk!

BEVEZETÉS

1. §. Az erkölcs. Az etika

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- mi az erkölcs és az etika;
- a társadalom erkölcsi értékei miért irányelvei az ember életének;
- megismerkedni az erkölcsi értékek listájával, és kifejtetni a véleménye-
teket azokról;
- megismerni az „erkölcs arany szabályát”, példákat felhozni saját élete-
tekből és környezetetekből;
- megérteni az önismeret és az önbecsülés fontosságát az erkölcsi fejl-
ődés szempontjából.

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

1. Melyek a viselkedés szabályai? Mondjatok példákat a viselkedési sza-
bályokra különböző közösségekben és helyzetekben!
2. Képzeljétek el, hogy idegen értelmes lények közé kerültetek! Hogy fog-
játok érezni magatokat, ha nem tudjátok, mi a helyes és mi a helytelen
számukra? Mondjátok el a véleményeteket!

1. Az erkölcs és az etika

A bolygónkon élő különböző népeknek megvannak a maguk elképzelései a jó és a rossz, az ember cselekedeteinek helyes és helytelen voltáról, a megfelelő és helytelen viselkedésről. Ezek bizonyos tekintetben hasonlóak, más tekintetben különbözőek. Nemzedékről nemzedékre adják át elképzelések vagy utasítások



Az etika az erkölcsöt tanulmányozza — azt a felfogást, hogy mi a jó és mi a rossz

formájában arról, mit kell és mit nem szabad tennünk. Ti is a szüleitektől és a hozzátartozóitoktól kaptátok az első ismereteket arról, hogyan kell viselkednetek.

Cicero ókori római gondolkodó használta először az **erkölcs** kifejezést a korabeli kívánatos és nem kívánatos viselkedésről alkotott elképzelések leírására. Az ókori görög gondolkodó, Arisztotelész volt az első, aki azt javasolta, hogy az emberek erkölcséről szóló tudományt **etikának** nevezzék.



SZÓTÁR

Erkölcs — olyan normák és elvek összessége, amelyeket az emberek különböző élethelyzetekben követnek.

Etika — az erkölcsöt tanulmányozó tudomány.



ETIKA UKRAJNÁBAN

A kortárs ukrán etika kutatói, Viktor Malahov, Genagyij Marusevskij és Andrij Szubbotin szerint: „A modern Ukrajna etikai gondolkodása az ukrán identitás erkölcsi normáinak helyreállítása és az európai közösséghez való csatlakozás nehéz helyzetét igyekszik megérteni a benne rejlő erkölcsiséggel.”

Érdeemes figyelmet fordítani az erkölcs és az etika sajátosságaira. Az erkölcs különféle megjelenési formákban mindvégig végigkísérte az ember életét. A fejlődés minden szakaszában fellelhető volt.

Az etika akkor jön létre, amikor megjelenik az igény a meglévő erkölcsi normák tanulmányozására. Az etika az erkölcsi normák eredetét tanulmányozza, és az ember viselkedésének szabályait. Segít elsajátítani az együttélést a közösségben.

Összefoglalva, az etika a viselkedés erkölcsi elveinek tanulmányozása, az erkölcs pedig ezen elvek alkalmazása különböző helyzetekben.

2. Az erkölcsi értékek

Amit kívánatosnak vagy nem kívánatosnak ítélnék meg az emberek egymáshoz való viszonyában egy bizonyos társadalomban, **erkölcsi értéknek** nevezzük.



SZÓTÁR

Erkölcsi értékek — olyan erkölcsi normák és követelmények, amelyek lehetővé teszik számunkra, hogy az ember cselekedeteit helyesnek és helytelennek, jónak és rossznak határozzuk meg.

Az erkölcsi értékek olyan fontos felfogások a jóról és a rosszról, a tisztességről és az igazságtalanságról, a boldogságról és a boldogtalanságról stb., amelyek az emberek valóságához való viszonyát tükrözik aszerint, hogy az kívánatos vagy nem kívánatos. Ugyanakkor minden érték az ellentettjétől kap külön jelentést. Az embereknek igényük támad az igazságosságra, amikor igazságtalansággal szembesülnek, és védik a szabadságukat, mert részük volt a szolgaságban.

Az erkölcsi értékeket az ember életét meghatározó elveknek nevezzük. Olyan viselkedési modellek, amelyek révén felfogjuk a valóságot és eligazodunk benne. Például, a jó és a rossz fogalmának elsajátítása által az ember igyekszik jót cselekedni, felismerve a rossz ártalmas voltát, vagy az élet értelméről alkotott fogalmak alapján igyekszik megérteni, hogy miért él.

A kutatók szerint az ukránok többsége úgy tartja, hogy az olyan erkölcsi értékek, mint a szülőföld, az ukrán nyelv, a szorgalom, a vendégszeretet, a barátságosság, az irgalmasság és az önzetlenség fontosak az állampolgárok többsége számára



A kortárs kutatók számos olyan erkölcsi értéket jellemlenek meg, amelyeket minden gyermeknek sajátjává kell tennie. Ilyenek a hála, az őszinteség, az együttérzés, az empátia, az együttműködés, a tisztelet, az egyenlőség, az igazságosság, a bátorság, a helytállás, az őszinteség, a felelősség, a megosztás, a kitartás és az önuralom.



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

A közös tanulás megszervezésekor használjátok a „Hogyan dolgozzunk párban?” (123. oldal) című emlékeztetőt!

1. Egyetértetek-e azzal, hogy a gyerekeknek meg kell tanulniuk az említett alapvető erkölcsi értékeket? Miért?
2. Beszéljétek meg és javasoljatok olyan értékeket, amelyek hozzáadhatók az említett listához vagy eltávolíthatók onnan! Mi a ti állásponotok?
3. Miért fontos az embernek megérteni az élet értelmét?

3. Az erkölcs aranyszabálya

Az erkölcsi kapcsolatok és a kommunikáció összehangolásának kérdése régóta foglalkoztatja az embereket. Ez az oka az úgynevezett „erkölcsi aranyszabály” létrejöttének, amelyet gyakran így fogalmaznak meg: „Ne tedd másokkal azt, amit magadnak sem kívánsz, és ne bánj úgy velük, ahogy nem szeretnéd, hogy veled bánjanak.”

Az „erkölcs aranyszabályának” első említése i. e. az első évezred közepére tehető. Többek között ezt tanította az ősi kínai gondolkodó, Konfuciusz is.

A Bibliában, a világ keresztényeinek legfontosabb könyvében is szerepel az erkölcs aranszabálya. Így hangzik: „Ezért, bármit szeretnétek, hogy az emberek tegyenek veletek, tegyétek ugyanezt velük!”

Gondolkodjatok el azon, miért tartják az emberek közötti kapcsolatoknak ezt a szabályát aranszabálynak? Sok idő telt el a megfogalmazása óta, de nem veszítette el jelentőségét számunkra.



MUNKA A FORRÁSOKKAL

Konfucius tanítványokkal folytatott beszélgetéséből

„Van-e olyan szó, ami a hátralévő életedben irányítja tetteid?” — kérdezte egy tanítvány. A tanító így válaszolt: „Ez a szó a viszonzóság. Amit nem kívánsz magadnak, azt ne tedd másokkal...”

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

1. Mit gondoltok, miért tette a tanító az „amit nem kívánsz magadnak, azt ne tedd másokkal” intelmet egyenértékűvé a felebaráti szeretettel? Magyarázzátok meg, hogyan értitek ezt!
2. Hozzatok erre példákat a saját és mások életéből!

4. Az ember erkölcsi fejlődése

Az ember élete során folyamatosan fejlődik és változik. Nagyon fontos, hogy az erkölcsi növekedés ennek a fejlődésnek a részévé váljon. Ez elsősorban attól függ, hogy az ember mennyire szeretné megismerni és értékelni önmagát. Az **önismeret** és az **önbecsülés** az erkölcsi fejlődés egyik legfontosabb tényezője. Ennek a folyamatnak az eredményeként lehetőség nyílik az önmegvalósítás és a társadalommal való harmónia elérésére. Az ókori görög gondolkodó, Szók-



Az önismeret a felnőtté válás fontos része. Ha az ember tisztában van önmagával, könnyebben tud kapcsolatot teremteni másokkal, könnyebben találja meg a saját életútját, és könnyebben tudja értékelni önmagát.

ratész az önismeret iránti igényre hívta fel a figyelmet. Azóta sem vesztett jelentőségéből az igény arra, hogy megismerjük önmagunkat, tetteink valódi célját és indítékait, erősségeinket és gyengeségeinket, megtanuljunk uralkodni önmagunkon, elérni, amit szeretnénk.



SZÓTÁR

Önismeret — az ember szellemi és fizikai jellemzőinek megfigyelése, önmagának és az élete során történeteknek a megértése.


Önbecsülés — az ember önmagáról, saját képességeiről, cselekedeteinek mások szempontjából való jelentőségéről, tulajdonságainak, érzelmeinek, előnyös, illetve előnytelen mivoltáról alkotott elképzelése.

Az önismeret legkönnyebben megszerezhető módja mások tanulmányozása. Azáltal, hogy jellemezzük őket, megismerjük tetteik indítékait, magunkhoz hasonlítjuk azokat, lehetőséget kapunk arra, hogy jobban megértsük, miben különbözünk tőlük.

Az ember önértékelése a mások által adott értékelések hatására alakul ki, és annak alapján, hogy milyennek ismeri magát, szemben azzal, amilyennek lenni szeretne.

Gyakran előfordul, hogy az emberek alul- vagy túlbecsülik önmagukat. Az első esetben másoknál alacsonyabb

Az önbecsülés meghatározása

 Az ábrák közül melyik tükrözi az alacsony és melyik a magas önbecsülést?



rendűnek, a második esetben pedig másoknál jobbnak tartják magukat. Más szóval, alacsony önértékelés esetén az ember lekicsinyli a saját lehetőségeit, alábecsüli a képességeit. A túlzott önbecsülés esetén éppen ellenkezőleg, túlbecsülik magukat és azt, hogy mire képesek. Mindkét eset korrigálásra szorul a megfelelő önértékelés kialakítása érdekében. Meg kell tanulni a helyes önbecsülés kialakítását.



GONDOKDJATOK EL!

Teljesen természetes, hogy önmagadat adod, minden erősségeddel és gyengeségeddel együtt.

Carl Rogers, huszadik századi amerikai pszichológus

Aki vonzónak tartja magát, az vonzóvá is válik.

Johann Wolfgang Goethe, XVIII—XIX. századi német költő és író

Kerüld azokat, akik megpróbálják aláásni az önmagadba vetett hitedet!

Mark Twain, XIX—XX. századi amerikai író

Az önbecsülés lényege a saját elmédben való bizalom, és tisztában légy azzal, hogy megillet a boldogság.

Nathaniel Branden, kortárs amerikai pszichológus



ÉRDEKES TÉNYEK

Március 29-én ünneplik az Önismeret Nemzetközi Napját.

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Mi az erkölcs és az etika?
2. Tartsatok szóbeli vagy írásbeli vetélkedőt csapatok vagy párok között annak kiderítésére, hogy ki tud több mondatot írni adott idő alatt az erkölcsi értékek vagy az erkölcs arany szabálya kifejezésekkel!
3. A huszadik század amerikai közéleti személyisége, Eleanor Roosevelt egy alkalommal azt mondta: „Senki sem kényszeríthet arra, hogy akaratod ellenére alsóbbrendűnek érezd magad.” Hogyan tükrözi ez a kijelentés az önbecsülésről alkotott felfogását? Mondjátok el a véleményeteket!
4. További források segítségével keressetek ukrán közmondásokat és szólásokat az erkölcsi értékről a gyermekeknek, vagy találjatok ki saját közmondásokat!
5. Tartsatok megbeszélést a következő kérdéstről: Elveszítheti-e jelentőségét az emberi közösség számára az erkölcs arany szabálya? Használjátok a „Hogyan kell vitát folytatni?” (126. oldal) című útmutatót!
6. **Kiscsoportos munka.** Csoportban vitassátok meg és számoljatok be az osztálynak az alábbi kérdések egyikéről! 1) Mik az ember életének irányelvei? 2) Hogyan ismerhetjük meg önmagunkat? 3) Miért fontos önmagunk értékelése? Használjátok a „Hogyan dolgozzunk kiscsoportban?” című útmutatót (124. oldal)!
7. Készítsetek cikket az iskolaújság számára „Miért tanulnak az ötödikesek etikát?” címmel!

Az erkölcsi készségek fejlesztése

Ahogy szólitod, úgy válaszol Etióp népmese

Egyszer volt, hol nem volt, volt egyszer két testvér. Mindent együtt csináltak: együtt építettek házat, együtt vásároltak egy szamarat. Egyenlően osztoztak kis jövedelmükön, békében és egyetértésben éltek, bár életük nem volt fényűző.

Am egyszer az egyik testvér kincset talált a föld mélyén. Kapzsiság gyúlt a szívében, és elhatározta, hogy elrejtí a talált kincset. Új házat épített magának, és külön költözött. Nagyon büszke volt magára. Nem akart többé tudni a szegény bátyjáról. Olyan fősvény lett, amelyet a világ még nem látott.

Egy nap elment a szegény bátyjához, és azt mondta:

— El akarom venni a ház felét. És a szamár felét is, hogy legyen mit enni adni a kutyáknak.

A szegény testvér, meghallva ezt, könnyöngőre fogta:

— Kérlek, ne tedd! Ha lerombolod a ház felét, az én részem is darabjaira hullik. Inkább kifizetem neked a ház és a szamár felét!

De a gazdag testvér visszautasította az ajánlatot:

— Nem, nem akarom! Ami az enyém, az az enyém! A részemet akarom és el is veszem! Nem kérek sem pénzt, sem semmi mást cserébe!

A bíróhoz fordultak.

— Ó, bíró úr — szólt a szegényebb testvér —, hallgass meg minket, és ítélezz! Fivérek vagyunk. Szegénységben éltünk, mindenben egyenlően osztoztunk. Együtt építettünk házat és vásároltunk szamarat. De immár a testvérem meggazdagodott! Új házat épített magának, pompásat. Hatalmas marhacsordái vannak. És most le akarja rombolni

a régi házunkat, és el akarja venni a felét. Arra kértem, hogy adja nekem a házat és a szamarat, de visszautasított. Pénzt ajánlottam neki a ház és a szamár feléért. De azt sem fogadta el. Ezért jöttünk hozzád, hogy ítélkezz felettünk.

A bíró meghallgatta a szegény testvért, majd a gazdaghoz fordult:

— Mit szólsz ehhez?

A gazdag testvér azt felelte:

— Igazságos bíró úr! Vajon nem tehetünk a saját javainkkal azt, amit akarunk? Én nem kérem a testvéremtől, hogy adja nekem azt, ami az övé. Viszont ő igényt tart arra, ami az enyém.

A bíró ezt felelte a szegény testvérnek:

— Miért akadályozod a testvéredet abban, hogy azt tegyen a vagyonával, amit akar? Hadd rombolja le a házat, vágja le a szamarat, és vegye el a részét mindenből!

A testvérek távoztak a bírótól. A szegény szomorú és boldogtalan volt, a gazdag viszont elégedett és boldog.

A szegény testvér így szólt:

— Ez egy ostoba bíró ítélete.

A gazdag testvér tiltakozott:

— Legyen úgy, ahogy a bíró döntött!

A gazdag testvér levágta a szamarat, majd hívta a szolgálait, és megparancsolta nekik, hogy rombolják le a házat.

Közben a szegény testvér a ház feléből elvitte néhány holmiját, és nekiállt felgyújtani a házat. A gazdag ember ezt látva felkiáltott:

— Ne gyújtsd fel a házat, mert az én részem is lángba borul!

Erre a szegény ember így szólt:

— Senki sem szabhatja meg, hogy mit tegyek a tulajdonommal! Fel fogom gyújtani a ház felét, és babot ültetek a helyére!

Ismét a bíróhoz mentek. Miután meghallgatta őket, a bíró azt felelte:

— Ugyanazt kell mondanom nektek, mint legutóbb. Mindenkinek joga van ahhoz, hogy azt tegyen a javaival, amit akar. Az egyik lebonthatja a házat, hogy elvegye a maga felét, a másik pedig felgyújthatja a saját részét.

A bírótól távozva a gazdag így szólt:

— Ez egy ostoba bíró ítélete.

A szegény ember azt válaszolta:

— Úgy legyen, ahogy a bíró döntött!

És felgyújtotta a házának a felét, a másik fele pedig, a testvéréé, az ő részével együtt leégett.

Aztán a szegény testvér felásta a földet, és babot vetett oda. Amikor a bab megnőtt, a gazdag testvér fia leszedett néhány hüvelyt a kertből, és megette. A szegény testvér elvitte a fiút az apjához és így szólt:

— A fiad megette a babomat. Fel fogom vágni a gyomrát, és elveszem a babomat.

A gazdag testvér könnyörögni kezdett neki:

— Ó, ne öld meg a fiamat! Adok neked más babot, hogy pótold azt, amit megevett.

De a szegény testvér azt felelte:

— Nem, nem akarok más babot! A saját babomat akarom!

A gazdag testvér térdre borult és így könyörgött:

— Adok neked egy egész zsák babot a néhány szem helyett, csak a gyermekemet kíméld meg!

De a szegény testvér csak kötötte az ebet a karóhoz:

— Nem kell a babod, még egy egész zsák sem! Azt akarom, amit a fiad megevett!

Ismét a bíróhoz mentek. A bíró meghallgatta a gazdag testvért, és azt mondta:

— Az ítéletem ugyanaz lesz, mint a korábbi. Mindenkinek joga van azt tenni a vagyonával, ahogyan akar. És amikor a testvéred vissza akarja kapni a babot, miért kínálsz neki helyette mást? Távozz, és ne gyere többet hozzám!

A testvérek hazatértek. A gazdagabbik összehívta a falu legidősebb és legbecsületesebb lakóit és kérlelni kezdte őket:

— Járjatok közben a fiamért! A bátyámnak adom vagyonom felét, hogy könnyörüljön meg a fiamon.

Az öregek felkeresték a szegény embert. A szegény fivér így szólt:

— Nem kell a vagyon! A bátyám bizonyára egy babszemért is elveszejtené a fiamat. De én nem akartam megölni az övét. Csak meg akartam leckéztetni a kapzsi bátyámat.

Ilyen történeteket mesélnek az emberek.

Bárki is olvassa ezt a történetet, emlékezzen rá:

- Ha feldobsz egy követ, az a fejedre esik.
- Ha más tulajdonát bitorolod, elveszíted a sajátodat.
- Ha gonoszságot tervezel, az előbb másnak okoz bajt, aztán még több bajt saját magadnak.



GONDKODJATOK EL AZ OLVASOTTAKON! _____

1. Magyarázzátok meg a történet alapján, hogy az erkölcs hogyan befolyásolta a testvérek cselekedeteit és viselkedését!
2. A történet végén van néhány fontos erkölcsi szabály. Mondjátok el, hogyan értelmeztétek, és hozzatok fel érveket a történet alapján a véleményetek alátámasztására!

I. FEJEZET. AZ EMBER EGYEDISÉGE ÉS UTÁNOZHATATLANSÁGA

2.§. Hogyan válik az ember személyiséggé?

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- milyen emberi tulajdonságok határozzák meg az egyéniség, a személyiség és a személy fogalmát;
- meghatározni az emberek közötti különbségeket mint az egyéniség értékes jellemzőit;
- mik az egyéni emberi tulajdonságok, és mit jelent tiszteletben tartani azokat;
- hogyan alakul ki egy ember személyisége.

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

1. Miben különbözik az ember az állattól?
2. Milyen közös vonásai vannak az embereknek?
3. Miben különböznek az emberek egyazon társadalomban?

1. Az ember egyénisége

A kutatók évszázadok óta próbálják megérteni, hogy ki is valójában az ember. Van egy félig tréfás mondat: «Mindannyian emberek vagyunk, de vajon ki is az ember?». Első hallásra ebben nincs semmi bonyolult. Mindannyian nagy biztonsággal meg tudjuk különböztetni az embert a környező világtól. A különbség minden más élőlénytől nyilvánvaló. De vajon miből áll az emberi mivolt?

A tudósok szerint az ember körülbelül 70%-ban természeti, biológiai lény (eszik, alszik stb.), 30%-ban pedig társadalmi (a társadalomban formálódik és függ attól). Az embert ezek a környezeti hatások alakítják.

A Földön minden ember különbözik egymástól. Eltérünk egymástól magasságban, súlyban, bőr-, szem- és hajszínből, valamint jellemünkben, szokásainkban és képességeinkben. Ezért beszélünk az egyes emberek egyediségéről.

Az *ember* fogalma minden ember közös tulajdonságait összesíti. Amikor az emberiség egy-egy képviselőjét, az emberi faj közös tulajdonságainak hordozóját vizsgáljuk, akit elsősorban természetes tulajdonságok határoznak meg, akkor az *egyén* kifejezést használjuk.

Az ember természetes tulajdonságai és az adott társadalomnak a család és a környezet rá gyakorolt hatása határozza meg az **egyéniséget**, mint sajátos és egyedi tulajdonságok összességét.



SZÓTÁR

Egyediség — olyan fogalom, amely valaminek az egyediségére, kivételességére utal.

Egyéniség — olyan egyedi tulajdonságok összessége, amelyek megkülönböztetik az egyik személyt a másiktól.



Az ember egyénisége



Kiscsoportos munka. Beszéljétek meg és döntsétek el, hogyan tükrözi a fenti kép az egyéniséget és annak megnyilvánulási formáit?

Mindenkinek más-más a személyisége, az ízlése, az érdeklődési köre, másként érzékeli a valóságot. Van egy mondás, amely így szól: Mindannyian különbözünk, de jogainkban és lehetőségeinkben egyenlők vagyunk. Ennek az elvnek a figyelembe vétele nagyon fontos a társadalom és az emberek harmonikus fejlődése szempontjából.

Azt már tudjátok, hogy a gyermekek számára ajánlott erkölcsi értékek egyike az egyenjogúság elvének betartása. Különböző egyéniségként egyenlő esélyekkel kell rendelkezünk ahhoz, hogy érvényre juttassuk egyedi és megkülönböztető tulajdonságainkat.



FONTOS TUDNIVALÓK

Tanulmányaitok során az emberi tulajdonságok érvényesítésére vonatkozó egyenlő esélyek elve azt jelenti, hogy a páros, csoportos vagy közös munka során az egyéni sajátosságaitokat figyelembe kell venni.

2. Az ember egyéni tulajdonságai

Az **egyéniséget** meghatározó **tulajdonságok** közé tartozik a gondolkodásmód, az érzékelés, a **jellem**, a **temperamentum** és a tehetség sajátossága.



SZÓTÁR

Az ember egyéni tulajdonságai — olyan mentális jellemzők összessége, amelyek megkülönböztetik az egyik ember képességeit a másiktól: gondolkodás, emlékezet, képzelőereje és képességeinek sajátosságai, érdeklődési köre, jelleme.

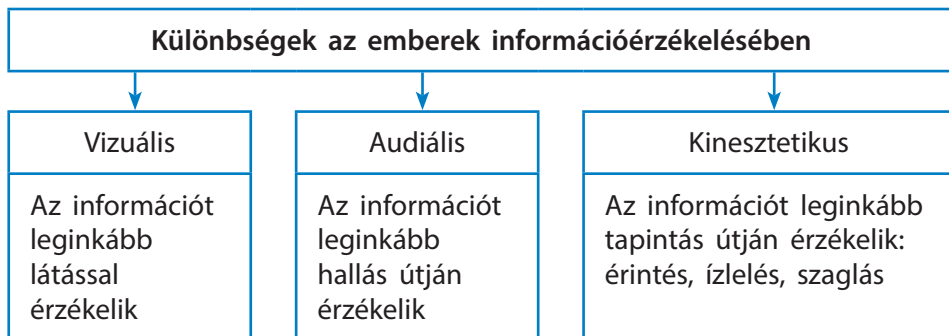
Jellem — olyan egyéni tulajdonságok összessége, amelyek az embernek önmagához, a körülötte lévő világhoz való viszonyában és viselkedésében nyilvánulnak meg.

Temperamentum — az ember veleszületett adottsága ahhoz, hogy adott módon reagáljon a vele megtörtént eseményekre.



A hasonló küllem nem jelent azonos tulajdonságokat. Az ikrek nagyon hasonlítanak egymásra, de különböző a személyiségük és a képességeik

Már az ókori görögök is négyféle emberi temperamen-tumot különböztettek meg. A modern tudományos világ azonban leszögezi, hogy alig vannak tiszta temperamen-tumú emberek. Általában kétféle temperamentum kombi-nációjáról beszélünk egy személy esetében, bár az egyik (vagyis a főtípus) mindig hangsúlyosabb.



ÉRDEKES TÉNYEK

A mai tudósok az embereket pszichológiai jellemzőik alapján csoportosítják, amelyek nagyban meghatározzák a temperamentumukat. Az extrovertáltak (érdeklődők) például nyitottabbak a világra, és jobban igénylik az aktív kommunikációt. Az introvertáltak (befelé fordulók) ezzel szemben zárkóztak, személyes hobbiikat részesítik előnyben, és viszonylag kevesebb kapcsolatot tartanak másokkal.

A temperamentummal ellentétben a **jellem** tudatos erőfeszítéssel megváltoztatható. Az élet során, a nevelés

és az önképzés eredményeként alakul ki. A jellem az önmagunkhoz, a többi emberhez, a tevékenységünkhöz és a környezethez való viszonyunkban fejeződik ki.

JELLEMVONÁSOK

Alapvetők	Bátorság, becsület, megbízhatóság, gyávaság, irigység
Magadhoz való viszony	Magabiztosság, méltóság, szerénység, akaraterő, hiúság
Másokhoz való viszony	Figyelmesség, kedvesség, türelem, őszinteség, durvaság
A környezethez való viszony	Felelősségtudat, óvatosság, körültekintés, kegyetlenség
A tanuláshoz és a munkához való viszony	Céltudatosság, lelkiismeretesség, kitartás, felelőtlenység



Dolgozzatok párban! Nevezetek meg néhány, a táblázatban nem szereplő jellemvonást! Mely tulajdonságokkal szeretnétek rendelkezni, és melyekkel nem? Indokoljátok meg a választásotokat!



Gondolkodjatok el azon, milyen egyéni tulajdonságokkal rendelkezhetnek a szereplők. Fejtsétek ki a véleményeteket!



GONDOLKODJATOK EL!

Légy önmagad, a többi szerep már foglalt.

Oscar Wilde, XIX. századi ír költő és író



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

1. Két külön lapra írjátok fel a válaszokat a „Melyek az én személyiségjegyeim?” és a „Melyek a te személyiségjegyeid?” kérdésekre!
2. Hasonlítsátok össze a válaszokat, és beszéljétek meg a különbségeket, milyennek látjátok magatokat és hogyan látnak mások benneteket!



ETIKA UKRAJNÁBAN

Szerhij Szerhejev és Adrian Roscsupkin ukrán tudósok szerint a modern oktatásnak és nevelésnek „a lehető legnagyobb mértékben az egyéniségen kell alapulnia.” A tanulási folyamat során a tanulók személyiségjegyeinek és életkörülményeinek mélyreható ismeretére kell támaszkodni.

3. Személyiségformálás

Az, hogy az ember tudatában van egyéniségének, segít megérteni e tulajdonságok fontosságát a társadalom számára, és hozzájárul **személyisége** kialakulásához.



SZÓTÁR

Személyiség — az embernek olyan sajátossága, amely magában foglalja jellemét, szemléletét, a társadalomban elfoglalt helyét és az azon belüli kapcsolatait.

A személyiség alakulása összetett folyamat, amely különböző tényezők együttes hatására megy végbe. Mindezek között fontos szerepet játszik az oktatás, a környezet és a személy saját erőfeszítései.

Minden ember személyisége egyedi, de kialakulása más emberek körében zajlik; a kortársakkal való információcseré nagyban hozzájárul ehhez a folyamathoz



Ez a folyamat egyesíti az egyetemes, egy adott társadalom számára lényeges, valamint az egyéni és egyedi szempontokat. A személyiség kialakulása a család, a kortársak, az iskola és a társadalom együttes hatása. Ez lehetővé teszi, hogy az egyén alkalmazkodjon a külső környezethez, részt vegyen a társadalmi életben, fejlessze magát a művészeti és a humán ismeretek tanulmányozása által.



ÉRDEKES TÉNYEK

Az etika mint tantárgy a humán tudományok közé tartozik. Tanulmányozása segít elmélyíteni a jó és a rossz ismeretét, megérteni a pozitív erkölcsi tulajdonságok kialakításának fontosságát és azt, hogyan lehet másokkal harmonikus kapcsolatokat létesíteni.

A személyiség formálódásával párhuzamosan az egyén felkészül a tudatos felnőtt életre. Ha ez a folyamat sikerrel jár, az ember önálló tevékenységre képes személyként lép be abba. Ez azonban nem mindig van így. A XIX—XX. századi brit író, Ethel Lilian Woynich, kortársait szemlélve, sajnálattal állapította meg, hogy „...a legtöbben nem azok vagyunk, akik lehetnénk.”



SZÓTÁR

Személy — a társadalomban különféle szerepeket betöltő egyén.

Érdeemes elgondolkodnotok azon, hogy a jövőtök a saját magatok fejlesztésére tett erőfeszítéseiteken múlik.



ÉRDEKES TÉNYEK

A személyes fejlődéshez az embernek jól kell ismernie önmagát. Ennek érdekében ajánlatos időnként feltenni magatoknak bizonyos kérdéseket, és elgondolkodni a rájuk adott válaszokon. Utólag olvasva a válaszokat, nyomon követhetitek, hogyan változott az önismeretetek, és mi az, ami számotokra fontos. A kérdések a következők lehetnek:



Az önmegértés fontos a személyiségformáláshoz

- 1) Mennyire érzitek magatokat boldognak?
- 2) Milyen tevékenység szerez nektek legnagyobb örömet?
- 3) Emlékezzetek vissza, mikor nevettek jót utoljára! Min nevettek?
- 4) Milyen tevékenységnek szenteltetek szívesen egy egész napot?
- 5) Ki az a személy vagy karakter, aki csodálatot vált ki bennetek? Kire szeretnétek hasonlítani?
- 6) Jellemezzétek a személyiségeteket három szóval!
- 7) Tervezzétek meg az általatok elképzelt ideális munkanapot!



GONDOLKODJATOK EL!

Mindent az ember személyisége dönt el, nem a csapat vagy az ország elitje... és felvirágzása nagymértékben függ a kimagasló személyiségek megjelenésének ismeretlen törvényeitől.

Vlagyimir Vernadszkij, XIX-XX. sz. ukrán tudós

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Mi az egyediség, egyéniség és személyiség?
2. Írjatok egy mondatot a személy egyedisége és a személyiségfejlődés fogalmak felhasználásával!

3. Készítsetek beszámolót vagy előadást érvekkel a következő témakörben: „Van saját személyiségem, tehát...” Használjátok a „Hogyan készítsünk beszámolót (szóbeli vagy írásbeli érveléssel)” emlékeztetőt (125. oldal)!
4. Tartsatok eszmecserét a „Hogyan értelmezem az egyes személyek egyediségét és eredetiségét?” című témakörben!
5. Írjatok egy történetet egy képzeletbeli karakterról a „Hogyan formálódott a személyisége” témában!
6. **Kiscsoportos munka.** Beszéljék meg és oldjátok meg a kognitív feladatot! Egy kutató szavaival élve: „Az ember egyénnek születik, egyéniséggé válik, az egyediségét pedig meg kell védenie.” Mi a véleményetek erről a kijelentésről? Fejtsétek ki a véleményeiket! Milyen módszerek alkalmasak arra, hogy az ember megvédje egyediségét?
7. Az I. és a II. fejezet összegzéséről szóló leckéhez párban vagy egyénileg készítsetek tanulmányi projektet „Az ember sokfélesége a társadalom erőforrása” témakörben! Használjátok a „Hogyan készítsünk oktatási projektet?” című útmutatót (125. oldal)!
8. A különböző temperamentumtípusokat bemutató táblázat segítségével állapítsátok meg, melyikre jellemző leginkább személyiségetek! Rajzoljatok egy hangulatjelet (szimbólumot, jelet, képet), amely a temperamentumtípusotokat tükrözi!

Melankolikus	Kolerikus	Flegmatikus	Szangvinikus
Sebezhetőség, szorongás, féltékenység	Ingerlékenység, izgatottság, hangulatingadozások	Higgadtság, szorgalom, lassúság	Élénkség, kezdeményező-készség, társaságiasság

3.§. Az ember életének értéke. Az ember méltósága

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- megérteni, miért tartják az ember életét a legfőbb értéknek;
- alkalmazni a méltóság kifejezést;
- megérteni az emberi méltóság fogalmának lényegét;
- példákat mondani az emberi méltóság megnyilvánulásaira.

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

1. Miért tartják az ember életét a legfőbb értéknek?
2. Adjatok saját értelmezést a méltóság szóra!

1. Az ember életének értéke

Sok jó és hasznos dolog van a világon, de mindennek csak addig van jelentősége, amíg az ember életben van. Az egyén csak életében láthatja, értheti és fedezheti fel a világot. Az élet csak egyszer adatik, és mindannyian másképp éljük meg azt. Nem számít, hogy mennyire hosszú vagy rövid, hogy tele van rendkívüli eseményekkel



Az ember kizárólag életében képes szemlélni a világot, és megtalálni a helyét benne



Életünk során gyakran történnek velünk váratlan, örömteli pillanatok

vagy átlagos, ugyanolyan értékes. Nem élhettek kétszer, nem mehettek vissza az időben, nem ugorhattok előre a jövőbe. Csak maga az ember döntheti el, hogyan használja felbecsülhetetlen életét, és csak ő felelős a döntéséiért és annak következményeiért.

Az élethez való jog az egyik legfontosabb emberi jog, amelytől senki sem fosztható meg. Ezért az élethez való jog védelme rendkívül fontos az egész emberiség számára. A gyermekek élethez való alkotmányos jogát nemzetközi jogi okmányok, köztük az ENSZ Gyermekjogi Egyezménye is elismeri. Következésképpen, az embernek nemcsak az élethez van joga, de másokat sem foszthat meg ettől a jogától.



MUNKA A FORRÁSOKKAL

Ukrajna Alkotmányának (Alaptörvényének)

27. cikkelyéből

Mindenkit megillet az élethez való veleszületett jog. Senkit sem foszthatnak meg önkényesen az életétől. Az állam kötelessége az ember életének védelme. Mindenkinek joga van ahhoz, hogy életét és egészségét megvédje a törvénytelen beavatkozásoktól.

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

1. Az Alkotmány e cikke szerint milyen kötelezettsége van az államnak az állampolgárokkal szemben?
2. Milyen emberi jogokat véd az Alkotmánynak ez a cikke?



Az élethez való jog az emberi jogok alapja



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

1. Mit gondoltok arról az állításról, hogy az emberek felelősek a saját életükért, a döntéseikért és azok következményeiért? Egyetértetek ezzel a kijelentéssel? Keressetek érveket és ellenérveket, példákat ezen álláspont mellett és ellen!



Ukrajnában június 1-jén ünneplik a gyermeknapot

2. **Miniprojekt.** A gyermeknapot minden évben megünneplik világszerte. A gyermek jogairól szóló, 1959-ben elfogadott Nyilatkozatnak szentelték. A Nyilatkozat alapján született meg az 1989-es Gyermekjogi Nyilatkozat. Nézzetek utána, hogyan ünneplik ezt a napot az iskolákban, a településeken vagy városokban! Dolgozzatok ki saját projektet ennek a napnak a megünnepelésére!

2. Az emberi méltóság

Minden ember, aki tudatában van saját értékének, **méltósággal** rendelkezik. A méltósághoz való emberi jog nem adható és nem vehető el — minden embernek egyenlő joga van, hogy önmagát és méltóságát tiszteletben tartsa mind a többi ember, mind a társadalom.



SZÓTÁR

Méltóság — az ember önnön értékéről való bizonyosság, az önbecsülés érzése. A méltóság kifejezés azt is jelentheti, hogy egy személy különleges elismerést és tiszteletet érdemel (mondjuk, kivételes cselekedeteiért).

Van még egy fontos nemzetközi irat, amely az egész emberiségre érvényes — az Emberi Jogok Egyetemes Nyilatkozata. A nyilatkozat leszögezi, hogy minden ember szabadnak és egyenlőnek születik méltóságát és jogait tekintve. Más szóval, mindenkinek van méltósága, bármilyen egyéni sajátosságától függetlenül: kik a szülei, hol született, gazdag vagy szegény, milyen adottságai és képességei vannak, mit tett másokért, a társadalom hogyan bánik vele, milyen nézeteket vall stb.

A méltóságtudatról beszélünk, ha az ember tudatában van annak, hogy személyiségként értékes, és ugyanakkor elismeri, hogy mások is ugyanolyan értékesek, mint ő maga. Így az önmagát becsülő személy tisztelni fogja a többieket, függetlenül azok származásától, nemzetiségétől, korától vagy fizikai jellemzőitől. Tisztességesen bánik velük: elfogulatlanul, azon az alapon, hogy méltóságában és jogaiban minden ember egyenlő, az általánosan elfogadott törvények és rendelkezések szerint.

A méltóságtudat arra ösztönzi az embereket, hogy harcoljanak a jogaikért, de egyúttal vállaljanak felelősséget is tetteikért. Nem elegendő, ha értékesnek érzik magukat és megvédik a saját jogaikat, úgy is kell viselkedniük, hogy ne sértsék mások méltóságát, és ne okozzanak kárt nekik. A méltóságuk tudatában lévő emberek gyakran tevékenyen igyekeznek megvédeni a méltóságukat, mások méltóságát az azt érő nem kívánt hatásoktól és a jogaik megsértésétől.



FONTOS TUDNIVALÓK

A nemzetközi és az ukrán törvények védik az embernek az élethez és a méltósághoz való jogát. Ez azt jelenti, hogy kivétel nélkül minden embert egyformán meg kell védeni a méltóságát ért támadásoktól: az akarata ellenére történő kényszertől, a megaláztatástól, az erkölcsi és fizikai erőszaktól.



ÉRDEKES TÉNYEK

Ukrajna minden évben november 21-én ünnepli a Méltóság és Szabadság Napját, hogy megemlékezzen a 2004-es Narancsos Forradalomról és a 2013–2014-es Méltóság Forradalmáról.



A kijevi Függetlenség tér a 2004-es Narancsos Forradalom idején



A Függetlenség tér a 2013—2014-es Méltóság Forradalma idején



Mit tudtok a Méltóság Forradalmáról? Kérdezzétek meg szüleiteket, idősebb hozzátartozóitokat és barátaitokat, milyen emlékeik vannak ezekről az eseményekről! Gondolkodjatok el azon, miért neveztek éppen így ezeket az eseményeket!



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

Írjatok olyan mondatot, amelyben a méltóság kifejezést különböző módon használjátok!



FONTOS TUDNIVALÓK

Hova fordulhattok a családon belüli erőszak esetén:

- Ukrajna Nemzeti Rendőrsége — 102.
- Ingyenes, éjjel-nappal hívható forródrót a családon belüli erőszak áldozatai számára — 15-47.
- Az ingyenes jogi segítségnyújtás éjjel-nappal működő forródrótja — 0-800-213-103.
- Országos forródrót — 116-111 (mobiltelefonról); 0-800-5000-225 (vezetékes telefonról).

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Miért tartják az életet a legnagyobb értéknek?
2. Mondhatjuk-e, hogy az élet értéke egyénenként változó?
3. Magyarázzátok meg, hogyan értitek a következő állításokat:
 - 1) „Az élet sem nem szenvedés, sem nem öröm, hanem munka, amelyet tisztességgel kell elvégezni és végigcsinálni.” (Alexis de Tocqueville, XIX. századi francia történész);
 - 2) „Az élet az, amit az emberek a leginkább igyekeznek megőrizni és a legkevésbé törődnek vele.” (Jean de Labruyère, XVII. századi francia író).
4. **Dolgozzatok párban!** Beszéljétek meg, hogy a méltóság és az igazságosság fogalma hogyan kapcsolódik egymáshoz! Mondjatok példákat, amelyek illusztrálják ezt a kapcsolatot!
5. **Kiscsoportos munka.** Hogyan értelmezték a méltóság fogalmát? Gondoljatok olyan cselekedetekre, amelyek az önbecsülésről szólnak, és beszéljétek meg ezeket a helyzeteket!
6. Elemezzétek a helyzetet! Két tanuló, A és B, az iskola tulajdonát megrongálta. A tanuló még soha nem szegte meg a fegyelmet, szorgalmas és eredményes a tanulmányaiban, míg B tanuló többször is figyelmen kívül hagyta az iskolai viselkedési szabályokat, nem tanul jól, és nem tanúsít tiszteletet a tanárok iránt. Véleményetek szerint ebben a helyzetben az egyik tanulónak súlyosabb büntetést kellene kapnia, mint a másiknak? Indokoljátok meg döntéseteket! Igazságos volt-e? Csorbult-e valakinek a méltósága?
7. Készítsetek interjút a családtagokkal, tanárokkal, osztálytársakkal arról, hogyan értelmezik az emberi méltóság fogalmát! Írjatok történetet, amely arról szól, hogy valaki megvédi a saját vagy mások méltóságát!

4. §. Az ember erényei. A világnézet szerepe a személyiség kialakulásában

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- használni az erény, a világnézet fogalmakat;
- megérteni az erény, a világnézet és az érték sokféleségét.

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

1. Hogyan értelmezitek a jóság kifejezést? Milyen embert nevezünk jó-ságosnak? Milyen képzettársításokat kelt bennetek a jóság kifejezés?
2. Egészítsétek ki az erények listáját: nagylelkűség, becsületesség, szorgalom, kíváncsiság,

1. Az ember erényei

Az emberek ősidők óta próbálják kideríteni: hogyan lehet megállapítani, hogy az adott személy jó vagy rossz, milyen tulajdonságok alapján lehet ezt megítélni. A különböző korok tudósai összeállították azoknak az **erényeknek** a listáját, amelyek szerintük az ideális ember jellemzői.



SZÓTÁR

Erény — az ember pozitív erkölcsi tulajdonsága.

Az ókori Görögországban úgy tartották, hogy az erények közül négy a legfontosabb az ember számára: a bátorság, a mértékletesség, a bölcsesség és az igazságosság. Egyidejűleg viszont azt is felismerték, hogy ezek közül mindegyik az emberek egy bizonyos csoportjának a sajátja: az igazságosság az uralkodók, a bátorság a harcosok jellemzője.

A későbbiekben, a középkorban elterjedt az az elképzelés, hogy az olyan erények, mint a bátorság, a hűség és a nagylelkűség csak a nemesi származású emberek sajátja lehet. Ezzel szemben a közrendűeknek árulást, gyávaságot és kapzsiságot tulajdonítottak. Ezek a sztereotípiák nagyon sokáig fennmaradtak.



SZÓTÁR

Sztereotípia — stabil elképzelések (gyakran hamisak) az emberekről, a környező világról, amelyek már hosszú ideje elterjedtek a társadalomban. A negatív sztereotípiákat előítéletnek nevezzük.

I. e. a VI. században élt Kínában a böles Konfuciusz, akinek tanításait a kínai nép a mai napig követi. Azt tanította, hogy az ember kommunikációjának az alapját öt erénynek kell képeznie: az emberség, az igazságosság, az udvariasság, a bölcsesség és a felelősség (hűség).

Az ókori görög filozófusok írásai alapján a keresztény teológusok összeállítottak egy új listát az erényekről, melyekhez a következők tartoztak: a sértetlenség, az önmérséklet, a nagylelkűség, a szorgalom, a türelem, a szelídség és az engedelmesség. Ezeket a tulajdonságokat tekintették az ember legfőbb pozitív tulajdonságainak.

Korunkban nincs az erényeknek egységes listája. Mindez annak a társadalomnak az értékrendjétől függ, amelyben az adott személy nevelkedett. Értékeket ennek a közösségnek a történelmi sorsa, a vallása, a szokásai



ÉRDEKES TÉNYEK

A középkori olasz képzőművész, Piero Pollaiuolo festményén látható nő a mértékletesség erényét testesíti meg: lassan, vékony sugárban vizet tölt egy edénybe.



Mértékletesség.

Piero Pollaiuolo festménye. 1470



Keressetek szinonimákat a mértékletesség kifejezéshez! Milyen embert nevezhetünk mértékletesnek?

és a hagyományai alakítják. Másrészt, az olyan tulajdonságokat, mint az őszinteség, a türelem, a nagylelkűség és a segítőkészség világszerte sokra becsülik.

2. Az ember világnézete és személyisége

Azt már tudjátok, hogy a személyiség kifejezés az embert jellemzi, amikor a társadalomhoz való viszonyáról van szó, azaz a körülötte lévőekkel való kapcsolatról. Az embernek a világról (a társadalomról és általában a természetről) és az abban elfoglalt helyéről alkotott képét **világnézetnek** nevezzük. Ez eszmékből, nézetekből, **tudományos ismeretekből**, tapasztalatokból és sok más tényezőtől áll. A világnézettől függően az emberben értékek alakulnak ki, felmerülhetnek bizonyos igények.



SZÓTÁR

Világnézet — az ember világról alkotott nézeteinek rendszere és abban elfoglalt helye.

Tudományos ismeretek — olyan ismeretek, amelyeket kutatómunka eredményeként kaptunk.

Az ember világnézete egész élete során formálódik. Azon alapul, hogy milyen kultúrán belül alakult ki a sze-



Az utazás és a kommunikáció is segít a világnézet bővítésében és megváltoztatásában



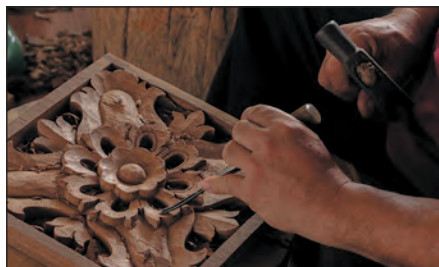
Az olvasás, az olvasottakról való véleménycseré a világnézet kialakulásának egyik tényezője

mélyisége, milyen körülmények között nevelkedett és éli felnőttkorát, mit tanult és sajátított el másoktól, milyen következtetéseket vont le saját tapasztalataiból, ismereteiből és sok egyéb tényezőből.

Az ember világnézetének jobb megértéséhez többek között a következő összetevőket lehet megkülönböztetni: meggyőződés, értékek és eszmények.

A **meggyőződés** — az embernek az elvei, eszméi és nézetei érvényességébe vetett bizalma. A meggyőződés bizonyos tettekre ösztönözheti az embert. Például, az a meggyőződés, hogy a megfelelő oktatás a záloga a jó munkahelynek és a magas jövedelemnek, arra ösztönöz, hogy nagyobb figyelmet fordítsunk a tanulmányainkra. Ezzel szemben az a meggyőződés, hogy az oktatásnak nincs hatása az életlehetőségekre, azt az elképzelést fogja erősíteni, hogy az oktatás haszontalan.

Az **értékek** — olyan szilárd meggyőződés, amely alapján a környező világ bizonyos jelenségeit pozitívnak vagy negatívnak tartjuk. Ez határozza meg az ember viszonyát mindenhez, ami körülveszi. Az értékekre példa a jóság, a szabadság, a méltóság, az irgalom, a szeretet.



Ha azt csinárod, amit szeretsz, az kielégítheti önmegvalósítási igényedet

Az **eszmények** valami tökéleteset példáznak, olyan magas rendű értékeket, amelyek megvalósítására az ember törekszik az életében. Az a vágy, hogy közelebb kerüljünk egy eszményhez, arra ösztönöz, hogy tökéletesítsük magunkat.

Tehát az ember világnézete nem valami előre meghatározott és megváltoztathatatlan dolog. Sok elemből áll, különböző események és jelenségek befolyásolhatják. Egy elolvasott könyv vagy megtekintett film (tudományos és művészi egyaránt), saját vagy mások tapasztalata — mindez hozzájárulhat a világnép kialakulásához. A jellem is fontos szerepet játszik ebben a folyamatban.

A világnézetet az élet során lehet és kell is alakítani. Minél többet tanul az ember, minél mélyebben sajátítja el az ismereteket, tapasztalatokat és az általa levont következtetéseket, annál átfogóbb lesz a világnézete, és annál sokrétűbbek lesznek a kapcsolatai az őt körülvevő emberekkel és a világgal. Következésképpen, személyiségként fejlődni fog.



GONDOLKODJATOK ELI

Az eszménykép értéke abban rejlik, hogy amint közelebb kerülünk hozzá, már távolodik is tőlünk.

Mahatma Gandhi, a XX. század indiai politikai és társadalmi aktivistája

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Mik az emberi erények? Milyen céllal kezdtek el az emberek listákat készíteni a legfontosabb erényekről?
2. Saját tapasztalataitok, az órán tanultak és a tankönyvben foglaltak alapján készítsetek egy listát a mai ember erényeiről! Beszéljétek meg és hasonlítsátok össze az osztálytársaitok által összeállított listákkal! Volt-e bennük valami közös? Készítsetek egy általános listát a szerintetek legfontosabb öt-hét erényről!
3. Szerintetek melyek azok a legfontosabb tényezők, amelyek alakítják az ember világnézetét?
4. Készítsetek szófelhőt „Az én világnézetem” témakörben! Véleményetek szerint a felsoroltak közül melyik volt a legnagyobb hatással a világnézetetek kialakulására?
5. A világnézet azonnal meghatározott és állandó marad egy életre szólóan, vagy a körülmények hatására változhat?
6. **Kiscsoportos munka.** Magyarázzátok el, hogyan értelmezték „a könyvek olvasása bővíti a látókört” kifejezést! Beszéljétek meg és fogalmazzatok meg érveket ennek az állításnak a megvédésére vagy cáfolatára!
7. **„Világnézetem mozaikja” című miniprojekt.** Írjátok fel külön cetlikre azokat a tényezőket, amelyek szerintetek formálják a világnézeteteket! Ezeket a cetliket rögzítsétek a táblára (vagy más szilárd felületre)! Hasonlítsátok össze mozaikjaitokat az osztálytársaitokéval! Milyen következtetéseket tudtok levonni a világnézetek sokféleségéről?

5.5. Az ember szükségletei, igénye és érdeke

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- hogyan kapcsolódnak egymáshoz az ember szükségletei, érdeke és igénye;
- miért oszlanak elsődlegesre és másodlagosra az ember szükségletei;
- milyen típusú szükségletek vannak.

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

Hogyan értitek a *szeretném* és a *szükségem van* közötti különbséget?

1. Az ember szükségletei, igénye és érdeke közötti kapcsolat

Az embernek, mint minden más élőlénynek, vannak bizonyos szükségletei. Ezek szervezetének *követelményei*, amelyek kielégítése elengedhetetlen az egészséges élethez. Az alapvető szükségletek listája meglehetősen rövid: biztonságérzet, kellő éjszakai alvás, elegendő táplálék és ruházat, valamint megfelelő orvosi ellátás. Amikor ezek a szükségletek teljesülnek, az ember igyekszik kielégíteni az érzelmi szükségleteit, valamint azokat is, amelyek nem közvetlenül a túléléshez kapcsolódnak: kényel-



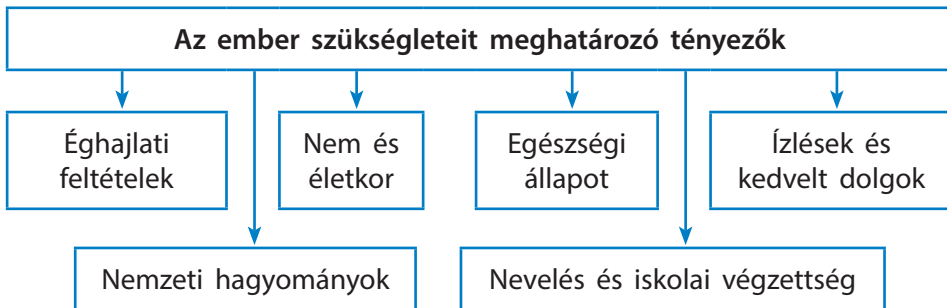
Az alvás és a táplálkozás alapvető emberi szükségletek



A társalgás az ember szükségleteinek egyike

mesebb életkörülmények, baráti kapcsolatok, kreativitás stb. Azt a szükségletet, amelynek az ember tudatában van, igénynek nevezzük.

Az érdekek a szükségletekkel kapcsolatosak — a személy érdeklődése bizonyos dolgok, mások, oktatási intézmények, kormányzati szervek stb. iránt, amelyek segítenek neki bizonyos szükségletek kielégítésében.



2. Az ember szükségleteinek típusai

Az embernek számos szüksége van. Az egyszerűség kedvéért csoportokra oszthatjuk ezeket. Leggyakrabban a szükségleteknek az Abraham Maslow amerikai tudós által összeállított felosztásával találkozhatunk. Az ember szükségleteiről alkotott elképzelését egy piramis alakú ábra tükrözi.



A Maslow-piramis

Maslow-piramis öt szintből vagy lépcsőfokból áll, amelyek mindegyikéhez egy-egy szükségletcsoport tartozik. A piramis alapját azok a szükségletek képezik, amelyek biztosítják az embernek biológiai lényként való fennmaradását (táplálék, ruházat, lakhely stb. iránti igény). A következő szint a biztonság és az egészségügyi ellátás iránti igény. A harmadik szint a társalgás, a barátság és a szeretet stb. iránti szükséglet. Ezek a másokkal való kapcsó-



Sokak számára a mások segítése és a környezet gondozása különböző szükségleteket elégíthet ki



Tegyetek javaslatokat arra vonatkozóan, milyen szükségleteket elégíthet ki egy személy az említett módon!

lattartásra vonatkoznak. A következő szint a mások általi elismerés és tisztelet iránti igény. A piramis csúcsán az önmegvalósítás iránti igény áll, ami az embernek az a vágya, hogy felfedje tehetségét és képességeit.

A szükségletek szintekre tagolását nem kell szó szerint érteni. Például, nem helyes azt állítani, hogy aki nem reggelizett (azaz az alapvető szükségletét nem elégítette ki), az nem fog senkivel sem kommunikálni (mert ez egy magasabb szintű szükséglet).



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Kiscsoportos munka. Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

Gyakran halljuk, hogy csak az alapvető szükségletek valódiak: alvás, víz, egyszerű ételek (nem ínycségek), korlátozott szórakozás, hétköznapi ruházat. És az összes többi (finomabb ételek, változatos szórakozás, utazás, divatos ruhák) csupán vágy, ami elhanyagolható, és csak szeszélyként merül fel. Egyetértetek ezzel az állítással? Indokoljátok meg az álláspontotokat!



FONTOS TUDNIVALÓK

A szükségletek ésszerű és ésszerűtlen szükségletekre oszthatók. Az ésszerűtlen szükségletek közé tartozik például a dohányzás, a kábítószeres, az alkoholfogyasztás stb. Az ésszerű szükséglet gyakran átalakulhat ésszerűtlen szükségletté. Ilyen például a szórakozás iránti igény (játék a számítógépen vagy telefonon stb.), amely ésszerűtlen, ha egész napunk nagy részét lefoglalja.

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Fogalmazzátok meg saját meghatározásokat az *ember szükségletei* fogalomra!
2. Készítsetek olyan ábrát, amely bemutatja az ember szükségletei, igénye és érdeke közötti kapcsolatot!
3. **Kiscsoportos munka.** Beszéljétek meg és döntsétek el, melyek az ember alapvető szükségletei.
4. Vitassátok meg a következő témát: Teljes lenne-e az ember élete, ha csak az alapvető szükségleteit elégítené ki?
5. **Dolgozzatok párban!** Írjátok le néhányat a szükségleteitek közül! Egy szükségletet példaként használva magyarázzátok el, hogyan tudjátok azt kielégíteni! Mikor válik a szükséglet vágygá? Milyen szerepet játszik az érdek a szükséglet kielégítésében? Osszátok meg a munkátok eredményét a társaitokkal! Egyetértetek-e a következtetéseikkal?
6. A. Maslow az önmegvalósítás szükségletét úgy határozta meg, mint „törekvés arra, hogy többé váljunk, mint amik vagyunk, hogy azzá váljunk, amik valóban lehetünk.” Ez olyan szükséglet, amely nem igényel sem anyagi javakat, sem mások jóváhagyását, csupán a munkavégzés eredményével való elégedettséget. Egyetértetek azzal az állítással, hogy ezt a szükségletet a legnehezebb kielégíteni?

Az erkölcsi készségek fejlesztése

Minden embernek van kötelessége

Vaszil Szuhomlinszkij

Anya és Peti autóba ültek, és egy távoli déli városba, a meleg tengerpartra utaztak, hogy kikapcsolódjanak.

Már esteledett. Anya az egyik padon helyezkedett el, Peti pedig a másikon. A fiú megevett egy finom zsemlet csirkecombbal és egy almát. Leheveredett a puha párnára, és azt kérdezte az anyjától:

— Anya, azt mondtad, hogy a vonatot a mozdonyvezető irányítja. És éjszaka ki vezeti a vonatot?

— Éjjel is a mozdonyvezető — mondta az anyja.

— Hogyan? — csodálkozik Peti. — Tényleg ébren marad éjszaka?

— Nem alszik, fiam.

— Mi alszunk, de ő nem? — Peti még jobban meglepődik.

— Nem...

— Hogy lehetséges ez? — Petinek nem megy a fejébe.

— Hiszen ő is aludni szeretne.

— Igen, de neki vezetnie kell a vonatot. Minden embernek van kötelessége.

— Nekem is? — kérdezi Peti.

— Neked is van.

— Nekem mi a kötelességem?

— Embernek lenni — mondja az anyja — az a legfontosabb.



GONDOKODJATOK EL AZ OLVASOTTAKON!

1. Mondhatjuk-e, hogy a fenti történetben szereplő mozdonyvezető fejlett személyiségű egyénként viselkedő ember? Mondjátok el a véleményeteket!
2. Hozzatok fel példákat olyanokról, akikről állítható, hogy személyiség és egyénisége van!

3. Mit gondoltok, mit kívánt a szerző üzeni az olvasóknak azzal az állítással, hogy mindenkinek embernek kell lennie?

A nagy vödör

Vaszil Szuhomlinszkij

Tizennégy gyerek ment az iskolába, hogy meglocsolják az almafacsemetét az iskolakertben. Ősszel különösen bőségesen kell locsolni, mert ilyenkor a nyári hőségtől kiszikkad a talaj.

A tanító tizennégy vödröt tett az iskolaépület fala mellé. Tizenhárom kicsi volt, a tizennegyedik pedig nagy.

A gyerekek gyorsan elvitték a kis vödröket. Csak a nagy vödör maradt. Egy tanulónak nem jutott vödör — a kis kékszemű Misinek. Ő lassú és elgondolkodó volt.

— Na, Misi — mondta a tanító —, fogd a nagyot, majd fél vödör vizet viszel!

A gyerekek nekiálltak locsolni az almafákat. Mindenki kis vödörrel hordta a vizet, de Misi a nagyot cipelte. Nem fél vödröt vitt, hanem telit. A többieknek könnyű dolga volt, de Misinek nehezebbre esett cipekedni.

Erre azt mondja az egyik kislány:

— Az alvó róka nem fog nyulat, Misi. Gyorsabban kellett volna kisebb vödröt venni.

Néhányan nevettek. És a locsolást befejezték.

A tanár így szólt:

— Most menjetek a kertbe, szedjétek meg a vödröt almával, és vigyétek haza. Kínáljátok meg édesanyátokat és nagymamátokat.



GONDOLKODJATOK EL AZ OLVASOTTAKON!

Véleményetek szerint hogy jellemezhető Misi személyisége?

II. FEJEZET. A TÁRSALGÁS SZEREPE AZ EMBER ÉLETÉBEN

6.§. Mi a társalgás, és hogyan befolyásolja az ember egészségét, biztonságát és jólétét?

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- mit jelent a társalgás és a kommunikáció;
- meghatározni a nyelv helyét és szerepét a társalgás folyamán;
- a társalgás hogyan befolyásolja az ember egészségét, biztonságát és jólétét.

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

1. Mit értetek a társalgás alatt?
2. Miért társalognak az emberek?
3. Szükséges-e a társalgás az ember számára? Vajon miért?

1. Miért társalognak az emberek?

Az emberiséget különböző **kommunikációs** rendszerek kötik össze. Ezek térben és időben egyesítenek minket. Tarasz Sevcsenko versét olvasva a XIX. századból kapunk „üzenetet”, mintha egy tengeri kavicsra karcoltuk volna: „Itt voltam.”, üzenetet hagyva utódainknak arról, hogy jártunk ezen a vidéken.

Idővel az információ továbbításának módjai megváltoztak. A kommunikáció fontossága az ember életében azonban nem csökkent.

A kommunikáció mint az emberek közötti érintkezés áll a **társalgás** középpontjában. A társadalom szerves részét képezi. Az életben minden tevékenységhez szükség van arra, hogy az emberek információt cseréljenek.



SZÓTÁR

Kommunikáció — az emberek közötti kölcsönhatás folyamata.

Társalgás — az emberek közötti olyan kapcsolat, amely magában foglalja az információcserét és az egymás közötti kölcsönhatás módszereinek kialakítását.



FONTOS TUDNIVALÓK

A társalgásnak három összetevője van. Az első összetevő a felek közötti kölcsönös megértést foglalja magában. Ezért lényeges, hogy megbízhatónak tartjuk-e egymást, vagy eleve úgy véljük, hogy a másik fél nem fog minket megérteni. A második összetevő magában foglalja a párbeszédben részt vevő felek közötti, nemcsak szavak, hanem tettek és cselekedetek formájában történő érintkezést is. Például, a boltban a vásárolni szándékozó ügyfél és a pénztáros közötti párbeszéd úgy történik, hogy az előbbi átnyújtja a pénzt a megvásárolni kívánt áruért, az utóbbi pedig elfogadja azt, összeszámolja a visszajárót, és kiállítja a nyugtát. A harmadik összetevő a beszélgetőpartnerek közötti információcsere. Ebben az esetben elsősorban a beszéd szolgál az információcsere fő eszközéül.

A társalgás az embereket összekötő hídhoz hasonlítható. Ez egy meglehetősen összetett kölcsönhatási folyamat, amely magában foglalja az információcserét, az egymás érzékelését és megértését.



Kommunikáció a hálón belül



Milyen előnyei és hátrányai vannak az ilyen típusú kommunikációnak?



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

Antoine de Saint-Exupéry XX. századi francia író írta: „Az egyetlen általam ismert luxus az emberi társalgás.” Magyarózzátok meg, hogyan értitek ezt a kijelentést! Mondjatok néhány példát olyan helyzetekre, amikor hasonló érzéseitek voltak!

2. A nyelv szerepe a társalgásban

A társalgás során a közlés tartalma bizonyos eszközökkel valósul meg, amelyek között a **nyelvnek** fontos szerepe van.



SZÓTÁR

Nyelv — hagyományos szimbólumok rendszere, amelyek olyan hangkombinációkat közvetítenek, amelyek az emberek számára bizonyos jelentéssel és tartalommal bírnak.

A nyelv az emberi kommunikáció folyamatának eredményeként alakul ki, és egy adott társadalmi és történelmi fejlődés sajátosságait tükrözi. Fontos megjegyezni, hogy az ember már egy kész nyelvvel találja szembe magát, amelyet a környezetében beszélnek. Az ember fejlődése során elsajátítja azt, és egyidejűleg tevékenységével hozzájárul magának a nyelvnek a további fejlődéséhez.



MUNKA A FORRÁSOKKAL

Johann Caspar Bluntschli

XIX. századi svájci gondolkodó a nyelvről

...A nyelv, más vívmányok mellett, az, ami a leginkább sajátja a népnek, jellemének legélénkebb tükre, a legeleveníebb láncszeme a közös kultúrának [az emberiségnek]...

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és válaszoljatok a következő kérdésre: Egyetértetek-e a nyelv fenti jellemzésével? Vajon miért?

Minden ukrán állampolgár gyermekként megtanulja az államnyelvet, és a későbbiekben is hozzájárul annak fejlődéséhez. Az ukrán nyelv nemcsak a kommunikáció eszköze, hanem a nemzet lelke is.



ÉRDEKES TÉNYEK

Október 27-én ünnepeljük az Ukrán Írásbeliség és Nyelv Napját. Ezen a napon rendezik meg a Petro Jacik Nemzetközi Ukrán Nyelvművelő Versenyt.



A köszönöm szó a világ különböző nyelvein



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

Van egy mondás, amelyet Johann Wolfgang Goethe német írónak tulajdonítanak: „Ahány nyelvet tudsz, annyi ember vagy.” Hogyan értelmezték ezt a kijelentést? Egyetértetek vele?



GONDOLKODJATOK EL!

A nemzetek nem szívrohamban halnak meg. Először a nyelvüket veszítik el. Tudatában kell lennünk annak, hogy a nyelvi probléma még a XXI. század elején is aktuális számunkra, és ha nem térünk észhez, nagyon kiábrándító kilátások elé nézünk.

Lina Kosztenko, kortárs ukrán költő

A nyelv a nemzetünk sorsa, ami azon áll vagy bukik, hogy milyen buzgón ápoljuk.

Olesz Honcsar, XX. századi ukrán író

3. A társalgás hatása az ember egészségére, biztonságára és jólétére

Az embernek mint társadalmi lénynek nem lehet teljes értékű élete kommunikáció nélkül. Nagymértékben meghatározza az ember lelki egészségének állapotát.

Az ember biztonsága nagyban függ a kommunikációs képességétől is. A különböző társalgási stílusok egyszerre provokálhatják és megfélekezhetik a másik személy agresszióját. Fontos, hogy az ember helyesen tudjon kommunikálni idegenekkel vagy ismeretlenekkel.



Az ember élete során folyamatosan tanul kommunikálni. A biztonságos kommunikáció érdekében az embernek figyelembe kell vennie az etikett kulturális különbségeit is. Például, a Nyugaton szokásos üdvözlés (bal oldalon) eltér a Keleten megszokottól (jobb oldalon)



SZÓTÁR

Agresszió — olyan emberi magatartás, amelynek célja kár okozása vagy rombolás, ami szélsőséges formájában erőszakba torkolthat.

A kutatók szerint a társalgás művészetének elsajátítása és az ember jóléte szorosan összefügg. A sikeres kommunikáció hozzájárul a kedvezőbb társadalmi kapcsolatok kialakításához. Több lehetőséget nyit az ország társadalmi és politikai életében való részvételre, vállalkozói tevékenységre stb. Az a képesség, hogy különböző emberekkel társalog, és bevonja azokat a csapatába, megmutatja az adott személy vezetői tulajdonságait.



GONDOKODJATOK ELI

Az emberek társalgásában három hiba fordulhat elő: az első az, hogy előbb akarunk beszélni, mint ahogy arra szükség lenne; a második, hogy nem akkor beszélünk, amikor kell; a harmadik pedig — úgy beszélünk, hogy nem figyelünk a hallgatóságunkra.

Konfucius, ókori kínai gondolkodó

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Mi a kommunikáció, a társalgás és a nyelv?
2. További információforrások felhasználásával válasszatok ki néhány, számotokra tetsző meghatározást a kommunikáció, a társalgás és a nyelv fogalmakra, illetve hírességek állításait ezekről a fogalmakról! Mondjátok el, miért keltették fel a figyelmeteket!
3. Írjatok egy történetet a „Miért van szükségem arra, hogy megtanuljak eredményesen kommunikálni?” témakörben!
4. Tartsatok eszmecsérét a „Lehetséges-e az ember élete társalgás nélkül?” kérdésről!
5. **Dolgozzatok párban!** Vitassátok meg és oldjátok meg a kognitív feladatot! Hrihorij Szkovoroda, a XVIII. század ukrán gondolkodója írta a társalgásról: „Nagyon fontos, hogy kivel érintkezünk és kiket hallgatunk meg nap mint nap. Az emberek szavai tartalmazznak jó vagy rossz szellemet. Miközben hallgatjuk azokat, ezt a szellemet szívjuk magunkba.” Hogyan értelmezték a gondolkodó állítását? Példával támasszátok alá, hogyan értitek ezt a kijelentést!
6. Írjatok történetet egy képzeletbeli személy nézőpontjából arról, hogy a kommunikációs készségeknek milyen pozitív vagy negatív hatásuk van az egészségére, biztonságára és jólétére.
7. Antoine Rivarol XVIII. századi francia író szerint „minden nyelv a történelem által veretett érem”. Mondjatok példákat olyan ukrán szavakra, amelyek Ukrajna történelmi múltját idézik!
8. Egy ukrán közmondás szerint: „Az anyanyelv nem pelyva: nem száll el a szélben.” Hogyan értelmezték a fentieket? További források felhasználásával válasszatok ki és magyarázzatok meg a nyelvről és a társalgásról szóló néhány ukrán közmondást és szólást!

7. §. Hogyan zajlik a társalgás?

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- megérteni, mi a szóbeli és a nem szóbeli közlés, és hogyan kell ezeket alkalmazni a társalgásban;
- megismerni a csoportos társalgás sajátosságait, valamint a barátságos, őszinte és tiszteletteljes kommunikáció főbb megnyilvánulásait;
- példákat felhozni az illedelmes és udvarias viselkedésre a beszélgetés során.

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

1. Mi a társalgás?
2. Miért van szükségünk a társalgásra?
3. Mondjatok példákat a beszélgetés különböző fajtáira!
4. Milyen szabályokat kell követni a csoportos munka során?

1. A verbális és nem verbális társalgás

A beszélgetés során használt kifejezési eszközök szerint **verbális** és **nem verbális** társalgást különböztetünk meg.



SZÓTÁR

Verbális társalgás — a nyelv segítségével történő társalgás, amelyben a résztvevők a megbeszélés tárgyáról cserélnek gondolatokat.

Nem verbális társalgás — olyan kommunikációs forma, amelyben nem használnak szavakat és más nyelvi szimbólumokat, az információt testmozgások útján közlik a beszélgetőtársal.

Az verbális társalgás a szavak és a nyelv segítségével, a nem verbális az arckifejezés (az arcizmok mozgása), a gesztusok (az ember testének vagy testrészeinek mozdulatai) és a pantomímia (az ember járásának, gesztusainak, testtartásának változásai, amelyek a hangulatát és érzelmeit fejezik ki) segítségével történik.



Az írásbeli kommunikáció a szóbeli társalgás egyik típusa



A kutatók szerint a kommunikáció során az információ mintegy 7%-át szóbeli eszközökkel, 50%-át nem szóbeli eszközökkel, a többit pedig hanglejtés útján — hangszínnel és intonációval — adjuk át.

A verbális társalgás lehet szóbeli és írásbeli. A fő követelmény a tartalom minősége, a gondolatok átadásának hozzáférhetősége és a kiejtés tisztasága.

A nem verbális kommunikáció során nem használunk szavakat. Az információk képeken, arckifejezéseken, gesztusokon stb. keresztül jutnak el a beszélgetőpartnerhez. Vagyis a kommunikáció fő eszköze az emberi test. Ebben az esetben a testbeszéd ismerete a fő feltétele annak, hogy helyesen megértsük, mit próbál közölni a beszélgetőpartner.

Mindkét kommunikációs eszköz nagyon fontos. Szavakkal, azaz a verbális kommunikáció segítségével az ember tényekre vonatkozó ismereteket közvetíthet. A nem verbális kommunikáció lehetővé teszi, hogy közöljük azt, amit szavakkal nem lehet kifejezni. A nem verbális társalgás eszközeinek elsajátítása segít az embernek abban, hogy kontrollálja magát, kifejezze vagy elrejtse érzéseit.



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot! Mutassátok be a munkátokat az osztálynak!

1. A szóbeli kommunikációs eszközök segítségével a szabályok betartásával adjatok tájékoztatást a megbeszélés tárgyáról!

1) Csak annyi információt nyújtsatok, amennyi feltétlenül szükséges, az ne legyen túlzott, és ne vessen fel felesleges kérdéseket!

- 2) Az információnak hitelesnek kell lennie, csak ellenőrzött adatokat kell tartalmaznia.
 - 3) Az információnak világosnak kell lennie, kerülni kell az ismeretlen kifejezéseket!
2. Használjatok nem verbális kommunikációs eszközöket (testtartás, arckifejezés, szemkifejezés, gesztusok) a meglepetésről, a közömbösségről, a félelemről, az örömről, az elégedettségről, az elégedetlenségről, a haragról, a nyugalomról, a megértésről stb. szóló információ átadásáról!

2. A csoporton belüli kommunikáció jellemzői. A jóindulat, az őszinteség és a tisztelet megnyilvánulásai társalgás során

A csoportos munkát gyakran használják az oktatásban. Ez aktív kommunikációval jár. A közös tevékenység során keletkező készségek, képességek formálása, fejlesztése, cseréje történik. Azt is tudjátok, hogy a sikeres csoportmunkához bizonyos szabályokat be kell tartani. Ezeknek a **jóindulaton**, az **őszinteségen** és az egymás iránti **tiszteleten** kell alapulniuk.



SZÓTÁR

Jóindulat — képesség és hajlandóság arra, hogy jót tegyünk másokkal.

Őszinteség — az ember pozitív tulajdonsága, érzéseit és gondolatait közvetlen, önzetlen és őszinte módon fejezi ki.

Tisztelet — más emberekhez való pozitív viszonyulás, amely érdemeik és pozitív tulajdonságaik elismerésével jár együtt.



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Kiscsoportos munka. Beszéljétek meg a csoportmunka alapvető szabályaira vonatkozó javaslatokat, az eredményeket mutassátok be az osztálynak!



MUNKA A FORRÁSOKKAL

A böles Buddha utasításaiból a követőinek (I. e. VII-VI. század)

..Tekints jóindulattal minden létezőre, minden egyes szavad legyen nyugodt, baráti, megértő, és minden tettetd a hibák korrekcióját, a fejlődést és a jót szolgálja...

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

1. Miben látta Buddha a jóindulatot az emberek kommunikációjában és cselekedeteiben?
2. Állíthatjuk-e, hogy a fenti gondolat nem vesztette el jelentőségét a mai világban? Indokoljátok meg a válaszotokat!



GONDOLKODJATOK EL!

Tanulj meg hallgatni, és még azokból is hasznot húzhatsz, akik rosszat mondanak.

Plutarkhos, ókori görög gondolkodó

3. Az udvariasság és az illedelmes viselkedés fontossága a kommunikációban

Az **illem** és az **udvariasság** a kellemes társalgás eszköze. Ezért érdemes alkalmazni az üdvözlést, a búcsút, a bocsánatkérést, a köszönetet stb. jelentő kifejezéseket: „Jó napot kívánok!” „Köszönöm.” „Hálás vagyok.” „Gratulálok!” „Elnézést kérek.” „Kérem.” stb.



SZÓTÁR

Udvariasság — tiszteletudó, illedelmes magatartás másokkal szemben.
Illem — tiszteletteljes, udvarias magatartás az emberekkel szemben; udvariasságot és kedvességet tanúsító viselkedés.

Az udvariasság a társalgásban azt mutatja, hogy az ember tapintattal és tisztelettel bánik másokkal. Ugyanakkor az ellenkezője is előfordul. De a legtöbb esetben a beszélgetőpartner kölcsönös jó magatartását fogjátok tapasztalni.



FONTOS TUDNIVALÓK

Az udvariasság alapvető szabályai társalgás során

- Köszönjétek!
- Búcsúzzatok el!
- Figyelmesen hallgassátok meg a beszélgetőpartnert!
- Kérjétek elnézést a kellemetlenségek miatt!
- Érdeklődjétek a beszélgetőpartneretek hogyan léte felől!
- Figyelmesen hallgassátok, ne szakítsátok félbe!
- Ne kiabáljatok a másikkal, ha az messze van tőletek!



ÉRDEKES TÉNYEK

A köszönöm szó először egy XVI. századi párizsi nyelvkönyvben jelent meg. A mindennapi használatban azonban csak a XX. században vált általánossá.

Ma már megünneplik a Köszönet Nemzetközi Napját. Ezen a napon versenyek, flashmobok, plakát-, képeslap- és ajándékcsere zajlanak.

Különböző országoknak különböző hagyományai vannak a hála kifejezésére. Indiában az emberek nem szavakkal, hanem mosollyal mondanak hálát. Kínában ez egy különleges gesztus: az asztal megkocogtatása a jobb kéz két ujjával. Japánban a hálát meghajlással fejezik ki. Az arab országokban az etikett tiltja a köszönetet az étkezésért. A vendéglátásért mondott hálalkodó szavakat azonban szívesen elfogadják. A nyugati világban New Yorkot tartják a legudvariasabb városnak, ahol a leggyakrabban mondanak köszönetet.



Minden év január 11-én ünneplik a Köszönet Nemzetközi Napját



ETIKA UKRAJNÁBAN

Az etika mai kutatói megjegyzik, hogy az ukránokat régóta a jóindulat, az őszinteség, a tisztelet és az udvariasság jellemzi társalgás során. Erről számos népi szólásmondás és közmondás tanúskodik. A leggyakrabban használtak közé tartoznak:

- Tégy jót másokkal, jót teszel magaddal is!
- Akit tisztelnek, azt dicsérik is!
- Más otthonában légy barátságos, ne feltűnő!
- A „kérem” nem hajlik meg, a „köszönöm” nem alázkodik meg.



MUNKA A FORRÁSOKKAL

A szabályok, amelyeket a családon belüli kommunikáció során követni kell (social.org weboldal)

- Ne nézzetek bele más telefonjába!
- Tartsatok egy órát kütyük nélkül!
- Kezddjétek el egy családi hobbit!
- Szervezzétek közös étkezéseket és vezessétek be családi szokásokat!
- Segítsetek egymásnak!
- Fogadjátok el családtagjaitokat olyanoknak, amilyenek!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot! Készítsetek saját projektet a családi társalgás szabályairól, és mutassátok be az osztálynak megvitatásra!



GONDALKODJATOK EL!

Udvariasságból jobb túlsózni, mint alulsózni.

Miguel de Cervantes, XVII—XVIII. századi spanyol író

Ha el akarsz élni a célot, udvariasan kérdezd meg, merre van az út, amelyet elvesztettél.

William Shakespeare, XV—XVI. századi angol költő

Beszéljétek udvariasan! Gondolkodjatok, ahogy tetszik!

Angol közmondás

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Mi a különbség a verbális és a nem verbális társalgás között? Mondjatok néhány példát!
2. **Kiscsoportos munka.** Jelöljete ki szerepeket, és játszatok el jeleneteket arról, hogy szerintetek hogyan kell és hogyan nem szabad viselkedni a tanulóknak, ha csapatban dolgoznak együtt!
3. Miért fontos a kedvesség, az őszinteség és a tisztelet a kommunikációban?
4. Egy XVIII. századi skót költő írta egyik versében: „Ó, őszinteség! Minden emberi erény közül te vagy a legfőbb!” Egyetértetek ezzel az állítással? Miért?
5. Végezzétek el az „Udvariasság a kommunikációban: lépések a megvalósításhoz” egyéni oktatási projektet!
6. Készítsetek érvekkel alátámasztott beszédet híres embereknek a jóindulatról szóló egyik kijelentéséről!
 - 1) „Ha a bátorságot és a becsvágyat nem a jóindulat irányítja, akkor csak rablónak teheti az embert.” (David Hume, XVIII. századi brit gondolkodó);
 - 2) „A kölcsönös jóindulat a legszorosabb rokoni kötelem.” (Publius Searus, ókori római költő).
7. A Biblia olyan állításokat tartalmaz, amelyek segíthetnek abban, hogy megértsük egymást. Többek között ez áll benne: „Ezért, a hazugságot elutasítva, ki-ki az igazat szólja felebarátjának...”. Mondjatok véleményt arról, miért tartják ezt a normát régóta fontosnak az emberek érintkezése szempontjából! Mondhatjuk-e, hogy napjainkban sem veszített jelentőségéből? Vajon miért?

8. §. A beszéd művészete. A virtuális kommunikáció jellemzői és kockázatai

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- meghatározni, milyen kommunikáció biztonságos és felelősségteljes, példákat mondani az ilyen kommunikációra;
- a társalgás etikettjét a valódi és a virtuális térben;
- tippeket kaptok a biztonságos virtuális társalgáshoz;
- ismerni a virtuális környezetben történő társalgás kockázatait.

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

1. Keressetek szinonimákat az udvarias szóra!
2. Írjátok le annak a személynek a viselkedését, akivel szívesen beszélgetnétek!
3. Társalogtok-e az interneten? Mit gondoltok, miben különbözik az élő és a virtuális kommunikáció?

1. A beszéd művészete. Az etikett

A társalgás elengedhetetlen feltétele a személyiségfejlődésnek, valamint az ember pszichológiai egészségének. Az emberek közötti kölcsönhatás a társalgás képességétől függ: a barátságos embernek könnyebb új ismeretségeket kötnie, megértésre találni a családban, a barátok között és az iskolában.

Érdeemes tehát odafigyelni arra, mit, kinek és hogyan mondunk. Ugyanilyen fontos a **helyénvalóság**, a nyelv olyan jellemzője, amely biztosítja a környezetnek való megfelelést. Ahhoz, hogy beszélgetőpartneretek megértse, amit közölni szeretnétek, a megfelelő időben és helyen kell azt elmondani. Fontos megérteni, hogy felelősséggel tartozunk szavainkért és viselkedésünkért, valamint azok esetleges következményeiért.

Az etikett a társadalmi viselkedés szabályait szabja meg



Idézzétek fel a mindennapi etikett szabályait: hogyan köszönjük és búcsúzzunk el, hogyan kell a társalgást megkezdeni, fenntartani és befejezni, hogyan kell viselkedni az asztalnál és nyilvános helyeken! Mondjatok példákat ezekre a szabályokra!



A biztonságos kommunikáció képessége mindenkinek fontos.

Az **etikett** szabályai meghatározzák, hogyan kell viselkedni különböző körülmények között különböző emberekkel beszélgetés során: idősebbekkel és fiatalabbakkal, rokonokkal, barátokkal, idegenekkel stb. Valójában nagyon sok illemszabály létezik, de mindegyiket a beszélgetőpartner iránti tisztelet, az arányérzék és a helyénvalóság elve köti össze. Ezeknek a szabályoknak a betartatása a **tapintatosság** jele.



SZÓTÁR

Etikett — az emberek viselkedési szabályai a társadalomban.

Tapintat — az etikett és az etikai normáknak megfelelő viselkedés készsége.



ÉRDEKES TÉNYEK

Az etikett fogalma ősidők óta létezik. A mai etikett szabályai univerzálisnak tekinthetők. Egyes kultúrákban azonban helyi szabályokkal egészítik ki azokat. Számos ázsiai országban, például Japánban és Dél-Koreában az a szokás, hogy a cipőt a küszöbön le kell venni. Thaiföldön a házigazdák először egy pohár vízzel kínálják meg a vendéget, ez a szokás a rendkívül forró és párás éghajlat miatt alakult ki.

A szívélyes társalgás további fontos elemei a barátságosság és az őszinteség. Ezek nélkül még az etikett szabályainak leggondosabb betartása sem tesz valakit kellemes beszélgetőpartnerré.



A társalgás egyik fontos szabálya: ha nem tudsz semmi jót mondani, akkor jobb, ha hallgatsz!



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

1. Milyen kifejezésekkel jellemezhetitek azt a személyt, aki betartja az illemszabályokat?
2. Szerintetek miért fontos az etikett szabályainak betartása?

2. A virtuális kommunikáció jellemzői és kockázatai

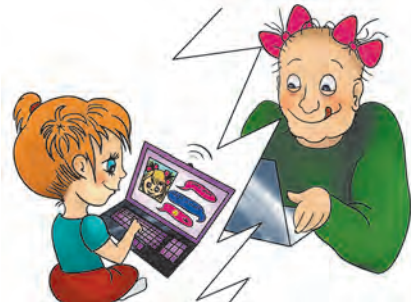
2021 elején az internet-felhasználók száma Ukrajnában közel 30 millióra rúgott. Ez a népesség több mint fele. Az ukránok 60%-a regisztrálva van a közösségi médiában. Így a virtuális kommunikáció országunk lakosságának többsége életének részévé vált.



SZÓTÁR

Virtuális — olyan, ami nem létezik a valóságban, az emberi képzelet hozza létre, vagy más eszközök segítségével szimulálják. Manapság a virtuális kifejezést leggyakrabban a számítógépekkel és az internettel kapcsolatos dolgok leírására használják.

Az interneten a felhasználót sok esetben nem a saját fényképéről és valódi nevről, hanem egy idegen által készített fotóról és felhasználónévről ismerjük. Ezért él az a tévhit, hogy a virtuális kommunikáció során megengedhetjük magunknak, hogy kevésbé legyünk visszafogottak, mint amikor szemtől szembe beszélgetünk valakivel. Az internetes társalgás egyben emberek közötti kommu-



Az internet lehetővé teszi, hogy szándékosan olyan képet alkossunk, amely nem mindig áll kapcsolatban a valós élettel



Ne feledjétek, hogy a virtuális kommunikáció nem helyettesítheti a való életben zajló társalgást!

nikáció is. Az etikett szabályai itt is érvényesek: a beszélgetőpartner tisztelete, udvariasság, tapintat stb.

A közösségi médiában leginkább azokkal érintkezünk, akiket a barátainknak, ismerőseinknek tartunk. Ezek gyakorta olyanok, akiket nem ismerünk személyesen. Csak annyit tudunk róluk, amennyit közölnek magukról. Az általuk közzétett fotók és videók valójában lehetnek fiktívek. Ebben rejlik a veszély: bár virtuális barátainkat valódi barátoknak tekintjük, valójában idegenek számunkra.

A virtuális kommunikáció esetében más okból is óvatosnak kell lennünk. Közismert szabály, hogy minden, ami az internetre kerül, örökre ott is marad. Ezért ne tegyetek közzé magánjellegű adatokat (például a közösségi hálózati profilotokban): a neveteket, a család- és utóneveteket, a telefonszámotokat, a címeteket, a szüleitekre vonatkozó bármilyen információt stb. Ezeket az adatokat ugyanis csalók is felhasználhatják. Ez a szabály a barátaitokra is vonatkozik: mielőtt közös fényképeket posztolnátok az interneten, kérjétek ki a beleegyezésüket.



A helyénvalóság fontos része a virtuális kommunikációnak is



FONTOS TUDNIVALÓK

Az internetes kommunikációnak megvannak a maga sajátosságai és etikai normái. Munkával és tanulással kapcsolatos üzeneteket ne küldjete a munkanap (általában reggel 9 és este 6 óra között) végeztével, magánügyben pedig este 9 óra után. Természetesen ez a szabály közös megegyezéssel megszeghető. Viszont nem jó ötlet éjszaka sms-t küldeni a barátaitoknak egy vidám csevegést remélve.



FONTOS TUDNIVALÓK

Mielőtt felvezettek valakit a barátaitok listájára („közös feliratkozói-tok” stb.) a közösségi hálózaton, érdemes megvizsgálni az illető profilját („profiloldalát”). Ha ott bármi olyat találtok, amit kellemetlennek vagy gyanúsnak találtok, vagy ha az oldal üres, és a felhasználónév betűk és számok kombinációja, ne adjátok hozzá ezt a felhasználót az ismerőseitekhez.

Ha online baráti kérést kaptok, de haboztok elfogadni, ne feledjétek, hogy nem jelent gondot visszautasítani olyan emberek ajánlatát, akikkel nem akartok társalogni!

Ne feledjétek, hogy a sértő felhasználók letilthatók, így nem láthatják az oldalakat, illetve nem küldhetnek nektek üzeneteket!

Ha nem tudjátok, hogyan viselkedjete a virtuális kommunikáció során, valami szorongást váltott ki vagy megijesztett, kérjete tanácsot felnőtttektől! Így elkerülhetete a hibákat és a felesleges aggodalmakat.



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljéte meg és végezzéte el a feladatot!

Szerintete kiket kellene felvenni a virtuális barátlistára, és kiket nem?

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Magyarozzátok meg az etikett kifejezés jelentését! Miért fontos, hogy betartsuk az etikett szabályait?
2. Mit jelent a virtuális kifejezés?
3. Készítsetek asszociációs bokrot a tapintat fogalmához!
4. Mondjátok el, hogyan értitek a felelős kommunikáció fogalmát!
5. Tartsatok vitát a következő témában: „Célszerű-e az élő társalgást teljes egészében helyettesíteni a virtuális kommunikációval?”
6. **Dolgozzatok párban!** Beszéljétek meg és válaszoljatok a következő kérdésekre! Kérést kaptok barátnak való hozzáadásra egy ismeretlen felhasználótól az egyik közösségi oldalon:
 - 1) Miután megnéztétek az oldalát, arra a következtetésre jutottatok, hogy felnőttről van szó. Ti elfogadnátok ezt a kérést? Vajon miért?
 - 2) Megnézitek az oldalát, és azt látjátok, hogy nincs kitöltve, és a leírásban ismeretlen nyelven írt szavak szerepelnek. Elfogadnátok ezt a kérést? Vajon miért?
7. **Csoportos megbeszélés.** Képzeljétek el, hogy új internetes barátotok arra kér, hogy küldjétek neki fényképeket magatokról azonnal, amint elkezdtek beszélgetni. Mit kellene tennetek ebben a helyzetben?
8. **Kiscsoportos munka.** Írjátok le a biztonságos virtuális kommunikáció öt szabályát, és olvassátok fel az osztály előtt! Beszéljétek meg és készítenek egy általános emlékeztetőt a biztonságos internetes kommunikációról!

9.§. Agresszivitás a kommunikációban. Zaklatás és internetes zaklatás

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- leírni az agresszió megnyilvánulásait a kommunikációban;
- ellenállni az agresszióknak, a nyomásgyakorlásnak és a manipulációnak a társalgásban;
- fellépni a zaklatás és az internetes zaklatás ellen.

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

1. Emlékezzetek vissza, mikor voltatok utoljára bosszúsak a társalgás során! Mi volt ennek az oka?
2. Szerintetek hogyan nyilvánul meg az agresszivitás a kommunikációban?

1. Agresszivitás, nyomásgyakorlás és manipuláció a kommunikációban

A másokkal való kommunikációnk nem mindig kelle- mes. Néha **agresszivitásnak** vagyunk kitéve. Így nevezik azt a viselkedést, amikor valaki nyíltan ellenséges magatartást tanúsít, **konfliktushelyzetet** igyekszik teremteni, és megpróbál ártani másoknak. Az agresszió jelei közé tartozik az emelt hangnem, a sértő kifejezések, a fenyegetések és a beszédről tettekre való áttérésre tett kísérletek.



SZÓTÁR

Agresszivitás — olyan viselkedés, amelyben a személy haragot, rosszindulatot stb. tanúsít; továbbá olyan jellemvonás, amely abban nyilvánul meg, hogy az illető támadólag lép fel a körülötte lévő világgal szemben.
Konfliktus — olyan helyzet, amelyben mindegyik félnek olyan álláspontja van, amely összeegyeztethetetlen a többiekével.

Ha konfliktushelyzetbe kerültök, a legjobb, ha igye- keztek mérsékelni a másik személy agresszióját. Ennek különböző módjai vannak. Például, a feszült helyzetet viccre lehet fordítani, hogy ne gerjesszettek még súlyosabb konfliktust. Ha rájössz, hogy tévedtél, azonnal kérj bo- csánatot! Ne válaszoljatok sértésekkel a sértésekre,



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

A vadonban az állatok az életük, az életterük, az élelem és a szaporodás lehetőségének védelmében többnyire agresszívak. Mit gondoltok, az emberek miért viselkednek agresszívan?



A majom védi a kölykét

ne emeljétek fel a hangotokat a másik támadó magatartásának hatására! Higgadságotok révén méltóságteljesnek fogtok tűnni, ami csökkenti a feszültséget.

Talán észrevettétek, hogy a beszélgetés után egyes emberekkel a hangulatotok romlik. Ez gyakran a **kommunikációs nyomás** miatt történik. Ez származhat egy adott személytől vagy akár csoporttól.



SZÓTÁR

Nyomásgyakorlás társalgás során — olyan cselekedet, amikor a kommunikációban részt vevő egyik fél a másik ellenállását legyűrve megpróbálja rákényszeríteni azt valamire.

A NYOMÁSGYAKORLÁS TÍPUSAI A KOMMUNIKÁCIÓBAN

Fizikai	Azt sugallják, vagy egyenesen közlik veletek a fizikai erőszak lehetőségét.
Érzelmi	Megpróbálnak büntudatot ébreszteni bennetek, ha nem vagytok hajlandók megtenni, amit kérnek tőletek.
Intellektuális	Számos érvet sorakoztatnak fel a véleményük mellett anélkül, hogy lehetőséget adnának nektek elgondolkodni a hallottakon.

Hogy álljunk ellen a nyomásnak társalgás során? Fogalmazzátok meg világosan, hogy mire van szükségetek! Tegyétek fel magatoknak az alábbi kérdéseket: „Ha egyetértetek a másik féllel, ez megegyezik-e a saját szándékaimmal, a beszélgetés céljával?” Így válaszolhattok: „Megértelek, de nekem más a véleményem.”

Egy másik módja annak, hogy rávegyenek benneteket arra, amit más akar, a manipuláció. Rendszerint a manipulátorok megpróbálják megmásítani az igazságot, vagy bizonyos szóhasználattal próbálnak rávenni benneteket arra, hogy tegyétek azt, amit ők várnak el tőletek. Például, azt mondják: „Az igaz barátnak segítőkésznek kell lennie...”, aztán folytatják azzal, hogy meg kell csinálnotok valaki házi feladatát, el kell intéznetek egy kellemetlen ügyet stb.



SZÓTÁR

Manipuláció — *itt: a személy akarata ellenére történő rejtett irányítás, amely bizonyos előnyökkel jár az azt végrehajtó számára.*

Hogyan kerülhetjük el az ilyen helyzeteket? Gondolkodjatok el azon, mit akarhat tőletek az, akiről gyanítjátok, hogy manipulál, és mit akartok ti! Ha látjátok a különbséget, könnyebb lesz felismerni és elkerülni a megtévesztést. Ne legyetek megbántva az esetleges sértő szavak miatt, és ne keressetek mentségeket a kérés teljesítésének megtagadására!



FONTOS TUDNIVALÓK

Manipuláció a reklámban

A manipuláció nem csak a személyek közötti kommunikációban jelenik meg. A reklámokban is megtalálható. A manipuláció célja, hogy meggondolatlanul vásároljunk. A reklámok többek között a következő kifejezésekkel élnek: „Siess!”, „A kedvezmény csak a nap végéig érvényes!” stb. A manipuláció hatására az emberek olyan termékeket vásárolnak, amelyekre valójában jelenleg nincs is szükségük.

A manipulátorokat gyakorta a bábjátékosokhoz hasonlítják, akik zsinórokkal irányítják a bábokat. A bábjátékoshoz hasonlóan a manipulátor is a *zsinórokat* — mások érzelmeit és reakcióit rángatja, hogy irányítsa a cselekedeteit. A manipulátorok gyakorta büntudatot igyekeznek ébreszteni másokban



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

Fogalmazzátok meg, miről lehet felismerni, ha valaki manipulálni próbál titeket!

2. Zaklatás és internetes zaklatás: megnyilvánulások és ellenintézkedések

Előfordulhat, hogy a csoportos kommunikáció során olyan helyzet alakul ki, amikor egy vagy több személy **bullyingnak (zaklatásnak)** van kitéve, ami lelki vagy fizikai erőszakban nyilvánul meg. Ilyen körülmények között három egyenlőtlen csoport alakul ki: a zaklatás áldozata(i), az erőszakot elkövetők és támogatói, valamint a csapat többsége, akik megfigyelőként vesznek részt.



SZÓTÁR

Zaklatás — rendszeres fizikai és/vagy pszichikai bántalmazás és megfélemlítés, amelyet egy adott személy ellen követnek el.

A zaklatás gyakran hétköznapi konfliktusként kezdődik. Azonban nem minden konfliktus minősül zaklatásnak.



A gúny és a pletyka a zaklatás egyik megnyilvánulása

Bárki lehet zaklatás áldozata.

Milyen megnyilvánulásai vannak a zaklatásnak? Az iskolai közösségek esetében például többnyire így néz ki:

- az áldozat külsejére, viselkedésére, életmódjára, anyagi helyzetére vonatkozó pletykák és gúny;
- kiközösítés, az áldozat figyelmen kívül hagyása (szándékos kizárás a csoportból a szünetekben, az ebédlőben, az iskolán kívüli társalgás során stb.);
- az áldozatot bizonyos cselekvések végrehajtására kényszerítik, általában a következő formában: „bizonyítsd be, hogy te...”;
- tárgyak, pénz stb. eltulajdonítása;
- fizikai erőszak (verés, gáncsolás, akadályoztatás, lökdösés stb.);
- kényszerítés az elkövető bizonyos kívánságainak a teljesítésére.

Sajnos, a tanárok részéről is előfordul zaklatás. Például:

- mindenféle fizikai nyomásgyakorlás (ráncigálás, verési kísérletek, sarokba állítás stb.);
- az osztályban a tanuló hibáinak, családi jellemzőinek, a tanító tudomására jutott családi események megbeszélése;
- sértő gúnynevek stb.

A zaklatás pusztító az áldozat lelki egészsége szempontjából. De mély nyomot hagy az elkövetőben és a szemlélőben is.



ÉRDEKES TÉNYEK

A „bullying” kifejezés az angol bully szóból származik, amelynek jelentése „huligán” vagy „kötekedő”.

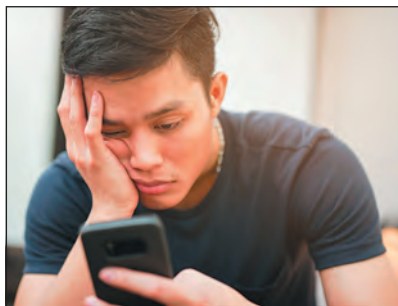


FONTOS TUDNIVALÓK

Az ukrán törvények szerint a zaklatás (bullying) bűncselekménynek minősül, ha az elkövető 16 éven aluli, akkor a szülei is büntethetők. Ha megaláznak vagy bántalmaznak benneteket az iskolában vagy máshol, szóljatok a születeknek (vagy más hozzátartozóitoknak) és a tanáraitoknak. A szülőknek a zaklatással kapcsolatos nyilatkozatot vagy panaszt kell benyújtaniuk az iskola vezetéséhez. Ha az iskola nem reagál erre a panaszra, a szülőknek joguk van feljelentést tenni a zaklatás ellen az oktatási hatóságoknál és a rendőrségen.

A zaklatás virtuális térben is megtörténhet, ezt **cyberbullyingnak (internetes zaklatásnak)** nevezzük. Ennek megnyilvánulásai közé tartoznak az agresszív és sértő üzenetek a közösségi médiában (különösen, ha ezek rendszeresek), hamis vagy magánjellegű információk terjesztése, pletykák, fényképek és videók az interneten a rajtuk ábrázoltak beleegyezése nélkül stb. A hagyományos zaklatáshoz hasonlóan a cyberbullying is súlyos lelki problémákat okozhat az áldozatnak.

A cyberbullying jelentős pszichológiai kellemetlenségeket okozhat, mivel ma sok ember élete szorosan kapcsolódik a virtuális térhez. Ezért nem szabad elfelejteni, hogy a virtuális kommunikáció csak egy része az életünknek





Az internetes zaklatás gyakran előfordul a közösségi médiában

A közösségi hálózatok különböző lehetőségeket ajánlanak a védelemre: feketelisták létrehozása, panasztétel a közösségi oldalak és közösségek adminisztrációjánál a felhasználók elfogadhatatlan cselekedeteiről, a bejegyzéseiteket megtekintő személyek számának korlátozása, valamint az oldalak „privát” módba állítása.

Emellett az is fontos, hogy találjatok valakit, akivel megbeszélhetitek, mi aggaszt titeket. Ha kellemetlen helyzetbe kerültök, mondjátok el egy olyan felnőttnek, akiben megbíztok. Lehet, hogy nem tudnak azonnali megoldást találni, de biztosan a segítségetekre sietnek. Együtt megtalálhatjátok a kiutat.

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Az agresszivitás milyen megnyilvánulásait tudnátok felsorolni a kommunikációban? Jellemezzétek valamennyit!
2. **Kiscsoportos munka.** Beszéljétek meg és készítsetek listát a viselkedési szabályokról arra az esetre, ha kommunikáció során agresszivitással talákoztatok!
3. Hogyan lehet ellenállni a manipulációnak?
4. Magyarázzátok el a zaklatás jelenségének lényegét! Ki válhat a zaklatás áldozatává?

5. Az osztálytársak külsejének és viselkedésének megvitatása, például a fülünk hallatára, a zaklatás egyik formája? Mondjátok el a véleményeteket!
6. Mi a cyber-bullying?
7. Tartsatok eszmecserét a következő témában: „Lehetséges-e teljesen felszámolni a zaklatást?”

Az erkölcsi készségek fejlesztése

A bölcs kisfiú Mongol népmese

Réges-régen élt egy férfi a feleségével és a hétéves fiával. Kevéske vagyonuk volt: egy sánta fehér kanca, három sovány fekete kecske és egy régi jurta. A család nagy szegénységben élt, de a fiú okosnak és talpraesettnek cseperedett.

Egyszer egy hivatalnok érkezett, hogy a jurtájukban töltsen az éjszakát. Becstelen és lelkiismeretlen ember volt, olyan komisz, hogy mindenki tartott tőle. Amikor belépett a jurtába, a hétéves kisfiú a pokrócon ült és egy nagy bögréből kumiszt* ivott. A férfi, a gyereket látva, hangosan felnevetett:

— Micsoda bögre! Nem is bögre, hanem egy igazi rönk!

A fiú abbahagyta az ivást, és meglepetten nézett a vendégre:

— Kedves uram, tényleg olyan kevés jószága van, hogy egy ilyen rönkből meg tudja itatni?

A hivatalnok zavarba jött, és nem talált szavakat. Reggel, amikor indulni készült, észrevette, hogy a kecs-

* A kumisz erjesztett tejből készült ital, amelyet kancatejből készítenek (hasonlóan a kefirhez).

kék az éjszaka folyamán megették a lova kengyelét. A hivatalnok dühbe gurult, és azt mondta a házigazdának:

— Térítsd meg a veszteségemet, különben baj lesz!

— A bölcs kisfiú azonban védelmébe vette az apját:

— Kedves vendég! A kecskék megették a lovad kengyelét. Hát fizettesd meg velük!

A hivatalnok nem szólt semmit, felpattant a lovára és elnyargalt. De a ló vakondtúrásba lépett, a lovas pedig a földre esett. A dühös hivatalnok minden erejével korbácsolni kezdte a lovát. A kisfiú ezt látva harsányan felnevetett.

— Miért nevelsz, te buta fiú? — kiabálta a hivatalnok.

— Hogyne nevetnék? Úgy tartják, ha valaki sokat hazudik, a lova egy nap vakondtúrásba botlik, ő maga pedig a földre esik. Szóval te hazug vagy és csaló!

A hivatalnok nem válaszolt a fiúnak, akinek eszébe jutott a régi közmondás, a lovat a kantárnál fogva folytatta az útját.



GONDOKDJATOK EL AZ OLVASOTTAKON!

1. Elmondható-e, hogy a hivatalnok tisztelettel beszélt a beszélgetőtársával? Vajon miért?
2. A kisfiú tisztelettel bánt a beszélgetőpartnerével? Mondjátok el a véleményeteket!
3. Mondjátok meg, hogyan változott volna a helyzet, ha a hivatalnok tisztelettel bánt volna a beszélgetőtársával!
4. Vonjátok le a következtetést, hogy a beszélgetésben részt vevő felek között helyénvaló-e a kölcsönös tisztelet!

III. FEJEZET. AZ EMBER ÉRZELMEINEK ÉS ÉRZÉSEINEK VILÁGA

10.§. Az érzelmek és az érzések

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- megérteni az érzelmek és az érzések közötti különbséget;
- hogyan fejezik ki az emberek érzelmeiket;
- megérteni, miért fontos figyelembe venni mások érzéseit és érzelmeit;
- jobban megérteni az empátia jelenségét..

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

1. Könnyen kifejezitek az érzelmeiteket?
2. Hogyan hatnak az érzelmek a mindennapi életetekre?

1. Mik az érzelmek?

Az élet folyamán az embert különböző **érzelmek** és **érzések** érintik. Hogyan értelmezték ezeket a szavakat? Első pillantásra úgy tűnhet, hogy ezek szinonimák, de valójában nem azok. Ezért kísérjük meg ezt tisztázni.

Az érzelmek a valós vagy képzeletbeli valóság jelenségeire adott reakciók. Az érzelmeket kiválthatja egy beszélgetés vagy egy megtekintett film. Az érzelmekhez tartozik az öröm, az elragadtatás, az izgalom, a harag, a szomorúság, a félelem, a meglepetés, a szégyen stb.

Az érzések az érzelmekhez képest tartósak és stabilak. Az ember általános viszonyát fejezik ki egy tárgyhoz, élőlényhez, jelenséghez vagy akár önmagához. Az érzések a tisztelet, a büntudat, a szeretet, az öröm, a boldogság. Például, a zene szeretete egy érzés, azok az élmények, amelyeket az ember kedvenc zenéjének hallgatása közben átél, az érzelmek.



SZÓTÁR

Érzelmek — rövid ideig tartó reakció a valóságos vagy a fiktív jelenségekre.

Érzések — valamivel vagy valakivel kapcsolatos általános viszony.



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

Válasszatok egyet és mondjátok el, milyen eseményekhez vagy dolgokhoz kapcsolódik!

Egy és ugyanaz a dolog vagy jelenség két emberben különböző érzelmeket és érzéseket válthat ki. Mindez



Az ember érzelmei



Nézzétek meg az illusztrációkat! Milyen érzelmeket közvetítenek az ábrázolt gyerekek?

Mi segített ennek megállapításában?

a szemléletmódtól, a jellemtől és az ízlés béli különbségektől függ. Például, aki nem szereti a főtt sárgarépát, viszolyogni fog, amikor meglátja a tányérján, míg egy másik, akinek nincsenek ilyen érzései a sárgarépával kapcsolatban, nem reagál rá.

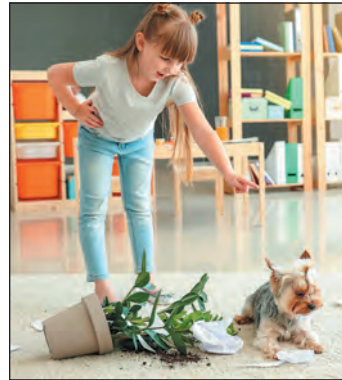
Az érzések és érzelmek kiegészíthetik egymást vagy ütközhetnek egymással.



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

Valaki szeretheti a kutyáját, de egyúttal dühös is lehet rá, ha az kárt tesz a dolgaiban. A negatív érzelmek, amelyeket az állat tulajdonosa jelenleg átél, nem azt jelentik, hogy az érzései megváltoztak, csak éppen most eluralkodtak rajta az érzelmek, amik hamarosan elmúlnak. Milyen érzelmeid lennének a leírt helyzetben? Miért?



A háziállatok különböző érzelmeket váltanak ki belőlünk

2. Az érzelmek és az érzések kifejezése

Az emberek általában azonnal és egyértelműen fejezik ki az érzelmeiket: az arckifejezésük, a hangszínük, a hanglejtésük és a testtartásuk megváltozik az érzelmek hatására. Csak ránézésre is meg lehet állapítani, hogy az illető boldog, meglepett vagy feldúlt. A sikeres kommunikáció előfeltétele, hogy megértsük, milyen érzelmeket élt meg



Az érzelmek kifejezése a kommunikáció fontos része



Hogyan fejezitek ki érzelmeiteket és érzéseiteket, és hogyan értelmezitek mások érzelmeit?



A hála olyan érzés, amely egy jó tett hatására keletkezik



Milyen módon fejezhetjük ki a hálánkat?

a másik ember. Ez segít abban, hogy tapintatosak legyünk, tudjunk viccelődni és támogatást nyújtani.

Az érzelmeknek önmagukban nincs érzékelhető kifejezőmódjuk. Az emberek különböző módon nyilvánítják ki érzéseiket: egyesek egyenesen beszélnek azokról, míg mások konkrét cselekedetekkel fejezik ki.



FONTOS TUDNIVALÓK

A pszichológusok azt ajánlják, hogy az érzelmek és az érzések kifejezésekor az úgynevezett „én-üzeneteket” használjátok a „te-üzenetek” helyett. Az „én-üzenetek” (például: „Nem szeretem, ha kénytelenül elveszik a dolgaimat”) célja, hogy kifejezze egy adott helyzet által kiváltott gondolataitokat és érzelmeiteket. Ezzel szemben a „te-üzeneteket” (például: „te tolvaj vagy”) sértésként fogják fel, és a helyzet megértése helyett inkább a védekezés és az önigazolás szándékát váltják ki.



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot! Készítsetek „én-üzeneteket”, amelyek a következő élethelyzetekben lehetnek helyénvalók:

1. Az osztálytársaid olyan gúnynevet találtak ki, amelyet sértőnek találtok.
2. Megállapodtatok egy osztálytársatokkal, hogy együtt dolgoztok egy projekten, de ő nem teljesíti a saját részét.

3. Mi az empátia?

Az ember képes megérteni mások érzéseit és érzelmeit, és képes együttérezni velük. Ezt a tulajdonságot empátiának nevezzük. Fontos szerepe van a kommunikációban és a kapcsolatokban. Az empátiának köszönhetően az ember képes segíteni a rászorulókon. Például, úgy próbál támogatni egy másik embert, akinek fájdalmai vannak, hogy beleéli magát az illető helyzetébe.



SZÓTÁR

Empátia — olyan képesség, hogy az ember megérti és átéli a másik érzéseit.

Az empátia a tapasztalattal alakul ki, de fejleszthető is. Ehhez a különböző élethelyzetek figyelemmel kísérése, olvasás és filmek nézése során tegyetek fel kérdéseket



Az empátia arra indítja az embert, hogy fogékony legyen mások érzelmeire, különösen a negatív érzelmek iránt



Miért fontos az empátia fejlesztése? Milyen módjai vannak ennek?

magatoknak: „Mit érez ez az ember?”, „Mi ennek az oka?”, „Hogyan érezném magam ennek a személynek a helyében?”

A kifejlett empátiával bíró emberek sikeresebbek a kapcsolatok kiépítésében. Emellett a különböző emberek érzelmeinek, érzéseinek és világnézetének megértése segít abban, hogy könnyebben megértsük saját tapasztalatainkat, felismerjük a kiváltó okokat és az életünkre gyakorolt hatásukat.

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Mi az érzés? Mondjatok néhány példát az érzésekre! Miben különböznek az érzések az érzelmektől?
2. Hogyan nyilvánítják ki az emberek az érzelmeiket?
3. Írjátok le, milyenek az érzelmeitek, amikor: 1) megkapjátok a kívánt születésnap ajándékot; 2) találkoztok egy agresszív kutyával; 3) nyertetek egy versenyen; 4) pénzt veszítettetek; 5) a mobiltelefonotok akkumulátora hirtelen lemerült; 6) a barátaitok meghívtak egy sétára. Ha akartok, használhattok arckifejezéseket és gesztusokat a leírt érzelmek ábrázolására.
4. **Dolgozzatok párban!** Osszátok ki a szerepeket, és játsszátok el a „Találjátok ki az érzelmet” játékot! Az egyik tanulónak arckifejezéssel és gesztusokkal kell bemutatni egy érzelmet, a másikkal pedig ki kell találnia azt.
5. **Csoportos megbeszélés.** Beszéljétek meg, hogy a könny mindig a szomorúság jele-e!
6. Mi az empátia? Miért fontos, hogy az ember ki tudja ezt mutatni?
7. **Kiscsoportos munka.** Beszéljétek meg és teljesítsétek a feladatot! Miből tudjátok, ha a szerettetek zaklattok? Mit szoktatok tenni ilyen esetben? Hasonlítsátok össze a válaszaitokat az osztálytársaitokéval!

11. §. Az érzelmek az ember életében

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- megismerni a pozitív és negatív érzelmek szerepét az ember életében;
- az érzelmi állapot hogyan befolyásolja a hangulatot és a közérzetet;
- az érzelmek szabályozásának módjait.

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

1. Nevezzétek meg az általatok ismert módszereket az érzelmek szabályozására!
2. Tapasztaltatok az érzelmek hatását az általános közérzetetekre? Hogyan nyilvánult meg?

1. Pozitív és negatív érzelmek az ember életében

Az érzelmek világa rendkívül változatos, ezért az egyszerűség kedvéért pozitív, negatív és semleges érzelmekre osztjuk azokat. A pozitív érzelmek közé tartozik például a csodálat, a lelkesedés, az önmagatokkal vagy a munkátokkal való elégedettség, a negatív érzelmek közé pedig a szomorúság, a szorongás és a félelem tartozik. A kíváncsiság, a meglepetés, a közömbösség semleges érzelmeknek számít.

Az érzelmek nemcsak azt fejezik ki, hogy egy személy hogyan viszonyul valamihez vagy valakihez, hanem a **hangulatát** is meghatározzák. A pozitív érzelmek, mint például az öröm vagy egy kellemes esemény előérzete jó kedvre derítenek minket. Mosolygósak vagyunk, lendületesnek érezzük magunkat és tele vagyunk energiával. Mindez cselekvésre és eredmények elérésére ösztönöz minket.



SZÓTÁR

Hangulat — az ember általános érzelmi állapota.



ÉRDEKES TÉNYEK

Az ukrán közmondások között vannak olyanok, amelyek az érzelmeknek az egészségre gyakorolt hatásáról szólnak. Például:

- A vidám gondolat fél egészség.
- A bánat elveszi az egészséget.



Január 21-én ünnepeljük
az Ölelés Nemzetközi
Napját



ÉRDEKES TÉNYEK

A tudósok bebizonyították, hogy az ölelés javítja a kedélyünket. Az ölelés lelassítja a szívverésünket, normalizálja a vérnyomásunkat, és csökkenti a kortizol nevű stresszhormon felszabadulását. Szóval, ölelkezzünk gyakrabban!

Ezzel szemben a negatív érzelmek gyakran súlyos izomfeszültséget és depressziót okoznak. A negatív érzelmeket nem lehet teljesen elkerülni; ezek természetes reakciói a kudarcoknak, sérelmeknek és más kellemetlen vagy szomorú eseményeknek az ember életében. Ha azonban a negatív érzelmeket huzamosabb ideig éljük át, azok rossz hatással lehetnek az egészségünkre.

Ha valaki kellemetlen helyzetbe került, megpróbálhatjátok enyhíteni a negatív érzelmek hatását: a támogató, vigasztaló, együttérző szavak és minden lehető segítség hasznos lehet.



ÉRDEKES TÉNYEK

Az Agymanók (2015) című amerikai animációs játékfilm arról szól, hogy öt érzelem — az öröm, a szomorúság, a félelem, a düh és az undor — hogyan befolyásolja a főszereplő, Riley viselkedését. A filmben a negatív és a pozitív érzelmek kölcsönhatásba lépnek egymással, hogy teljes személyiséget alakítsanak ki. A közönséggel elhitetik, hogy nincsenek jelentéktelen érzelmek.



Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és döntsétek el, hogyan befolyásolja a düh, az izgalom és a szorongás az ember viselkedését?

2. Az érzelmek kezelése

Mindenkinek egyedi jelleme és temperamentuma van, és az érzelmeket különböző módon fejezi ki. Például, ugyanaz az esemény más-más érzelmeket válthat ki. Néha azonban nem ajánlatos túl hevesen kifejezni érzelmeinket (ez zavarhat vagy akár meg is sérthet másokat), ezért meg kell tanulni uralkodni magunkon. Az illedelmes ember egyik jellemzője, hogy érzelmei és érzései kifejezésében ismeri a mértéket. Nem szabad azonban figyelmen kívül hagyni vagy magunkban tartani — az érzelmek elfojtása káros az egészségre.

Képesnek kell lennünk önnön belső érzéseinkre hallgatni. A mindennapi életben általában elég, ha feltesszük magunknak a kérdést: „Mit érzek? Mi az oka?” Aztán el kell gondolkodni azon, mit tehetünk a helyzet orvoslása érdekében. Gyakran az érzelmi állapot okainak megértése segít megnyugodni. A negatív érzelmektől való megszabadulás másik módja a figyelem átirányítása: séta a szabadban, vagy ha a kedvenc tevékenységetekkel foglalkoztok,



Az érzelmek kezelésének módjai



Hogyan tudtok megbirkózni az illusztrációkon látható érzelmekkel?
Magyarázátok meg válaszotokat!

akár a szobákat takarítjátok, mindez segít elterelni a figyelmet a kellemetlen élményekről és gondolatokról.



FONTOS TUDNIVALÓK

A legegyszerűbb módja annak, hogy megfékezzétek az indulataitokat, amikor úgy érzitek, az érzelmeitek (különösen a negatívak) túl hevesek, olyankor mély lélegzetet vesztek és lassan lélegeztek ki, és gondolatban elszámoltok ötig. Ez eltereli a figyelmeteket és csökkenti az érzelmi feszültséget.



GONDOLKODJATOK EL!

Minden érzelem akaratlan, ha őszinte.

Mark Twain, XIX—XX. századi amerikai író

Az elfojtott érzelmek nem szűnnek meg. Elhallgattatják azokat. És folytatják az emberre gyakorolt hatásukat belülről.

Sigmund Freud, XX. sz. osztrák pszichológus

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Milyen típusú érzelmek vannak?
2. Mondjatok példákat pozitív és negatív érzelmekre!
3. Milyen érzelmek tekinthetők semlegesnek? Szerintetek miért nevezik így?
4. Magyarazzátok el az érzelmek és a hangulat kapcsolatát!
5. Hogyan hatnak a negatív érzelmek az ember életére és egészségére?
6. Tartsatok beszélgetést a következő témáról: „Lehet-e negatív érzelmek nélkül élni?”
7. **Kiscsoportos munka.** Beszéljétek meg és döntsétek el, lehet-e „létrehozni” egy bizonyos hangulatot saját magatoknak! Ha igen, milyen módon?
8. Egyetértetek azzal a gondolattal, hogy a társalgás segít az érzelmek feldolgozásában? Példákkal támaszátok alá a választókat!

12.5. Az érzések és a tettek közötti kapcsolat. A hazaszeretet

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- megérteni az érzések és a tettek közötti kapcsolatot;
- választ kapni példákkal arra a kérdésre, hogy a különböző érzések hogyan ösztönzik az embereket cselekvésre;
- megvitatni a hazaszeretet érzését és annak megnyilvánulását cselekedetekben.

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

1. Mi váltja ki szeretetet érzését? Mit gondoltok, mit jelent ez az érzés?
2. Miért van szükségük az embereknek érzésekre?

1. Az érzések és a tettek kapcsolata

Az érzések kifejezik az ember viszonyát az őt körülvevő világ különböző dolgaihoz és jelenségeihez, és bizonyos cselekvésekre is ösztönzik. Például, a mások iránti tisztelet érzése tiszteletreméltóbb viselkedésre ösztönöz. A bűntudat érzése arra készteti az embert, hogy elgondolkodjon tettein, megtalálja módját a helyzet orvoslásának és viselkedése megváltoztatásának, hogy a jövőben elkerülje a hasonló helyzeteket. Ha valaki elveszít vagy megrongál egy kölcsönvett dolgot, bocsánatot kell kérnie, és újat kell vennie az elveszett helyett. Arra a következtetésre fog jutni, hogy a jövőben elővigyázatosabbnak kell lennie.



A szeretet érzése arra késztet bennünket, hogy törődjünk szeretteinkkel



A háziállat tulajdonosa, aki felelősséget érez érte, gondoskodik a megfelelő ellátásáról és neveléséről



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Kiscsoportos munka. Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

Hozzatok fel példákat a szépirodalomból, filmekből vagy rajzfilmekből, amikor a szereplők bizonyos érzelmi figyelemre méltó cselekedetekhez vezettek.

Az egyik legerősebb érzés a **szeretet**. Több típusa is van. A szeretet például arra ösztönzi a szülőket, hogy erőfeszítéseket tegyenek gyermekeik érdekében. A kreativitás vagy a sport szeretete arra ösztönzi az embert, hogy minden szabadidejét ezzel a tevékenységgel töltsse, vagy egész életében ezzel foglalkozzon.



SZÓTÁR

Szeretet — valaki vagy valami iránti mély odaadás érzése.



ÉRDEKES TÉNYEK

Az ókori Görögországban négyféle szeretetet különböztettek meg. Mindegyikre külön szavuk volt. A „storge” szót általában a rokoni szeretetre használták (például, a szülők gyermekeik iránti szeretetére). Az „erósz” az ukrán „szerelem” szónak felelt meg. A „phileo” szó a szeretetet, barátságot jelentette. Az „agapé” kifejezés pedig a feltétel nélküli, áldozatos szeretetet, az Isten iránti szeretetet fejezte ki.

2. A haza iránti szeretet érzése

A szeretet egyik fajtája a hazaszeretet, vagyis a szülőföld iránti szeretet. Ez olyan, mintha az egész országhoz — a nagyszerű hazatokhoz — lennétek hűségesek, és a kis haza — a település, a város vagy a község, ahol felnőttek és emberré váltatok — iránti szeretet. A hazafi szó a latinból származik, és honfitársnak fordítják, vagyis olyan személynek, aki valakivel azonos helyen született.



SZÓTÁR

Hazaszeretet — a szülőföld iránti szeretet; az ország polgárainak közösségéhez való tartozás különleges érzelmi élménye.

A hazaszeretet a szülőföld vívmányaira való büszkeség, kultúrája, hagyományai és múltja iránti tisztelet, ezek megőrzésének, gyarapításának, valamint a haza és a nép érdekei védelmének vágya.

A hazaszeretet érzése nem születik az emberrel, és nem jelenik meg magától — azt ápolni kell. Az országról, annak múltjáról és jelenlegi állapotáról való tudásnak, valamint a hagyományos és modern kultúra örökségének



1



2



3

A szülőföld szokásainak és hagyományainak ismerete, a megőrzésükre való törekvés hozzájárul a néppel való egység érzéséhez



Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és állapítsátok meg, milyen ukrán szokásokat, rituálékat és hagyományokat ábrázolnak az illusztrációk!



Oroszország teljes körű ukrajnai inváziója idején hazánk számos polgára önként jelentkezett az Ukrán Fegyveres Erőknél, hogy ellenálljon az orosz agresszióknak



Vajon ez a hazafiság megnyilvánulása? Magyarázzátok meg a válaszotokat!

ismerete révén alakul ki. Ez az érzés a nép, a nyelv és a történelem iránti tiszteletből fakad. Aki szereti a hazáját, az szívesen és őszintén szeretne minél többet megtudni róla.

A saját államunkra való büszkeség nem jelenti a más országokkal és népekkel szembeni elutasító magatartást. Éppen ellenkezőleg, egy hazafi, miközben szereti hazáját, tiszteletben tartja a más országok népeinek hazafias érzéseit is.



GONDOLKODJATOK ELI

Az ember nem azért szereti a hazáját, mert az hatalmas, hanem mert a sajátja.

Seneca, ókori római gondolkodó

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Magyarázzátok meg, hogyan függenek össze az érzelmek és a cselekedetek!
2. Tartsatok vitát a következő témáról: „Különbözik-e az érzések kifejezésének módja különböző országokban, kultúrákban és közösségekben?”
3. Mondjatok példákat arra, hogyan tud az ember tetteivel „mesélni” érzéseiről!

4. Kialakítható-e az emberben a hazafiság érzése? Milyen módon?
5. **Kiscsoportos munka.** Beszéljétek meg és állapítsátok meg, hogyan függ össze a hazafiság és a hazáért érzett felelősségtudat!
6. A XIX—XX. század amerikai filozófusa, George Santayana szerint: „Az ember lába nőjön bele hazája földjébe, de szeme lássa az egész világot!” Hogyan értelmezték ezt a kijelentést?
7. Készítsetek beszámolót az ukrán nők és férfiak figyelemre méltó eredményeiről!
8. A III. fejezet összefoglaló órájához készítsetek egyéni tanulási projektet „Hogyan fejezem ki szeretetemet a hazám iránt” címmel, és mutassátok be az osztálynak!

Az erkölcsi készségek fejlesztése

Megosztott öröm Vaszil Szuhomlinszkij

Kati ma nagyon boldog. Édesapja több mint egy évig beteg volt. Kórházban feküdt, három műtéten esett át. Nehéz napokat éltek át az édesanyjával. Kati nem egyszer arra ébredt éjszaka, hogy édesanyja halkan sír.

És ma apa már a munkában volt. Egészséges és vidám.

Kati szeme ragyog az örömtől. Amikor megérkezett az iskolába, az udvaron találkozott két osztálytársával, Petivel és Grisával. Odalépett hozzájuk és megosztotta velük örömét:

— Édesapám meggyógyult...

Peti és Grisa Katira nézve megvonták a vállukat, és szó nélkül elszaladtak labdázni. Kati csatlakozott a lányokhoz, akik az osztályban játszottak.

— Az édesapám meggyógyult — mondta, és a szeme csillogott az örömtől.

Az egyik lány, Nyina, meglepetten kérdezte:

— Meggyógyult, na és?

Kati úgy érezte, hogy egy nagy csomó jön fel a mellkasából a torkába, nehezen kap levegőt. Az udvar végében álló nyárfához ment és sírva fakadt.

— Miért sírsz, Kati? — kérdezte egyik osztálytársa, az amúgy szótlan Kosztya halk, szelíd hangján.

Kati fölnézett, és szipogva válaszolt:

— Az édesapám meggyógyult...

— De hisz ez nagyszerű! — örvendezett Kosztya.

— A házunk melletti erdőben már virít a hóvirág. Gyere el iskola után hozzánk, szedünk hóvirágot, és elvisszük apukádnak!

Kati szeme ragyogott az örömtől.



GONDOKODJATOK EL AZ OLVASOTTAKON!

1. Hogyan értelmezték a történet címét: „Megosztott öröm”? Hogy nevezik azt a képességet, hogy valaki képes osztozni mások érzelmeiben?
2. Miért érezte Kati Nyina válasza hallatán, hogy „egy nagy csomó jön fel a mellkasából a torkába, nehezen kap levegőt”? Milyen érzelmeket élt át?
3. Hogyan reagált Kosztya a Katitól hallott örömhírré? Milyen szóval lehet leírni a reakcióját?
4. Szerintetek kinek a reakciója helyénvalóbb, Nyináé vagy Kosztyáé? Miért?
5. Mit gondoltok, miért volt boldog Kati a történet végén?

IV. FEJEZET. AZ EMBER FEJLŐDÉSE ÉLETE SORÁN

13.§. Az ember személyiségének fejlődése

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- megismerni, mi a személyiségfejlődés és hogyan történik;
- milyen szerepet játszik a tanulás az ember életében;
- megállapítani, milyen személyiségjegyek fontosak az ember fejlődésében és felnőtté válásában.

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

1. Mondjatok példákat az ember fejlődésére!
2. Milyen szerepet játszik a tanulás a ti életetekben?
3. Nevezzétek meg azokat a tevékenységeket (sport, művészetek stb.), amelyekkel a szabadidőtökben foglalkoztok! Miért?
4. Mi a személyiség?

1. Mi a személyiségfejlődés és hogyan valósul meg?

Az ember személyiségének fejlődése és alakulása, illetve a **személyiségfejlődés** bizonyos pozitív változásokkal jár, amelyek külső hatások és belső folyamatok eredményeként jönnek létre. Ez mindaz, ami megváltozik az emberben az életkor előrehaladtával külső befolyás hatására, másokkal való közös tevékenység eredményeként jön létre és önállóan fejlődik.



SZÓTÁR

Az ember személyiségének fejlődése — a külső és belső tényezők hatására bekövetkező pozitív változások folyamata, amelynek köszönhetően az ember egy bizonyos társadalmi közösség boldog, sikeres és önálló tagjává válik.



A személyiségfejlődés az ember egész élete folyamán zajlik

A személyiségfejlődés az ember életének minden szakaszában a sajátosságainak megfelelően történik — csecsemő, gyermek, serdülő, fiatal felnőttkor. Fontos, hogy a fejlődés az ember természetes képességeihez igazodva történjen.

A személyiségfejlődés eredményességéhez magának az embernek is aktív, tudatos erőfeszítéseire van szükség. Először támad egy ötlete, majd megfogalmazódik a szándék, és ennek alapján meghatározza a célját. A kitűzött célok szerint az ember erőfeszítéseket tesz azok elérésére.

AZ AKTÍV SZEMÉLYISÉGFEJLŐDÉS ÖSSZETEVŐI



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

1. Állapítsátok meg a hasonlóságokat és különbségeket a személyiségek fejlődésében az óvodától az általános iskoláig!
2. Mondjatok példákat a külső hatások és a belső folyamatok megnyilvánulására a személyes fejlődéseik során!

2. A tanulás szerepe az ember életében

A **tanulás** fontos szerepet játszik a személyes fejlődés folyamatában. Segít elsajátítani azokat az ismereteket, készségeket és képességeket, amelyeket a mindennapi életben kell alkalmaznunk.

A tanulás folyamata különböző, tartalmilag eltérő formákban zajlik az élet során.



SZÓTÁR

Tanulás — *itt:* az ismeretek, készségek és képességek megszerzésének és elsajátításának folyamata.



ÉRDEKES TÉNYEK

A Bibliában Salamon, Izrael és Júda királya levelet írt fiainak, amelyben szorgalmas tanulásra buzdította őket, és rámutatott, hogy a tanultak alkalmazásának eredménye a bölcsesség lesz. Ez egy a sok arra utaló jel közül, hogy az emberiség ősidők óta nagyra értékeli a tanulás szerepét és fontosságát.

A tanulás jelentősége a személyiségfejlődés szempontjából abban rejlik, hogy segít megismerni a környező világot és a helyzeteknek megfelelően alakítani a viselkedést.



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Kiscsoportos munka. Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

Állapítsátok meg, hogy az általános iskolai tanulmányok milyen szerepet játszottak a személyes fejlődésükben!



A tanulás a személyiségfejlődés alapvető eleme



GONDOKODJATOK ELI

Tanuljatok, testvéreim, gondolkodjatok, olvassatok!

Tarasz Sevcsenko, XIX—XX. sz. ukrán költő

3. Érdek és hobbi

A személyiségfejlődés szempontjából fontos, hogy az ember tudatosítsa és ismerje az **érdeklődési körét**.



SZÓTÁR

Érdek — elragadtatás valami vagy valaki iránt; az ember törekvései, szükségletei.

Az érdekeket létfontosságúra, alapvetőre és másodlagosra oszthatjuk. A létfontosságú érdekek közé tartozik az ember élete, a biztonsága, az egészsége, a tápláléka, a szabadsága stb. Az alapvető érdekek közé tartozik a tanulás lehetősége, a hajlék, a család stb. A másodlagos érdekek közé tartozik a luxus, a finom ételek stb. iránti vágy.

Az első érdekcsoport kielégítése nélkül az ember nem lesz képes az egészséges létezésre. A második csoportba tartozó érdekek a teljes értékű fejlődéséhez szükségesek. Az érdekek harmadik csoportjába olyan szélsőséges szeszé-



Az ember létfontosságú érdekei egybeesnek az alapvető szükségleteivel

lyek tartoznak, amelyek nem fontosak az emberi lét szempontjából.

Az a képesség, hogy az érdekeket fontosságuk szerint megkülönböztessük, lehetővé teszi számunkra, hogy sikeresen felépítsük az életünket, és harmóniát teremtsünk a fennálló társadalommal és az állammal

Az emberek jelentős részének van olyan **hobbija** vagy érdeklődési köre, amivel szívesen foglalkozik szabadidejében.



SZÓTÁR

Hobbi — az ember kedvenc időtöltése vagy szabadidős tevékenysége.

A hobbi az, aminek az ember szívesen szenteli szabadidejét. Az ilyen szenvedély a fáradtság és az ingerült-



Milyen kedvenc foglalkozások láthatók az illusztráción? Nektek milyen egyéb érdeklődési kör és hobbi jut eszetekbe? Milyen hobbitek van, mit próbálnátok ki szívesen?

ség/feszültség leküzdésének egyik módja, és segít kiteljesíteni az ember világnézetét. Ha a hobbi a sporttal van összefüggésben, akkor az javítja a fizikai erőnlétet. A művészettel kapcsolatos hobbi fejleszti a művészi ízlést, a körülöttünk lévő világ szépségének érzékelését.



ÉRDEKES TÉNYEK

A Research & Branding Group ukrán szociológiai kutatóintézet 2018-as felmérése szerint az ukránok 30%-ának van hobbija. A legnépszerűbb hobbi a kötés vagy hímzés, a sport, az olvasás, kertészkedés.

4. Az ember fejlődése és felnőtté válása

A növekedés és felnőtté válás érdekes és izgalmas időszak a áll előttetek. Túljutva ezen az időszakon, tizenévesből **felnőtté** váltok. Ezt követően hazánk állampolgáraként minden jog és kötelesség megillet titeket.



SZÓTÁR

Felnőtt — olyan személy, aki elért egy bizonyos életkort.

A felnőtté válás folyamatának sikere nagyban függ az erre való felkészültségtől, annak felismerésétől, hogy a jövőtök alapjait rakjátok le. Fontos megjegyezni, hogy ennek a folyamatnak a szerencsés kimenetele a **függetlenségeteken, kitartásotokon és céltudatosságotokon** múlik.



SZÓTÁR

Függetlenség — az embernek az a képessége, hogy a problémák megoldása során önmagára támaszkodik.

Kitartás — az a képesség, hogy egy tevékenységet az akadályok ellenére is folytatni tudjunk.

Céltudatosság — törekvés egy bizonyos cél elérésére.



A sikerhez bármilyen tevékenységben kitartó erőfeszítésre van szükség



További forrásokat használva keressetek olyan könyvet, filmet vagy rajzfilmet, amely egy bizonyos cél eléréséről szól! Beszéljétek meg ezt a művet az osztályban!



PSZICHOLÓGIA UKRAJNÁBAN

Mária Zsoltikova ukrán pszichológus szerint a függetlenség „az a képesség, hogy önállóan határozzuk meg céljainkat, kívánságainkat, szükségleteinket és kielégítsük azokat, hogy saját magunkra hagyatkozva oldjunk meg feladatokat és problémákat”.



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

Írjatok egy rövid történetet egy képzeletbeli személyről, akinek a tettei függetlenségről, kitartásról és határozottságról tanúskodnak!



GONDALKODJATOK EL!

A vízcsepp nem erővel, hanem gyakori hullással vési a követ.

Ovidius, ókori római költő

Előfordulhat, hogy egy csatát többször is meg kell vívnod ahhoz, hogy megnyerd.

Margaret Thatcher, XX. századi brit politikus

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Mi a személyiségfejlődés és mi a jelentősége?
2. Készítsetek rövid történetet érvekkal a következő témában: „A személyiségfejlődés fontos az ember számára, mert...”!
3. Készítsetek szófelhőt vagy asszociációs bokrot a „tanulás” fogalmához!
4. **Dolgozzatok párban!** Készítsetek interjút a szülőkkel/ családtaggal vagy osztálytársakkal a következő kérdésekről! 1) Mi az érdeklődési köröd és hobbid? 2) Hogyan befolyásolja az életedet? Mutassátok be az eredményeket az osztálynak!
5. Henry Ford amerikai vállalkozónak tulajdonítják a következő kijelentést: „A legjobb munka egy jól jövedelmező hobbi.” Magyarazzátok el, hogyan értitek ezt! Egyetértetek ezzel a kijelentéssel? Miért?
6. Tartsatok megbeszélést a „Miért szerves része az ember életének a tanulás?” kérdésről!
7. Fogalmazzatok meg érvekkal alátámasztott véleményeket Konsztantyin Usinszkij, a XIX. század ukrán pedagógusának szavaival kapcsolatban! „A tanítvány elméjének önállósága az egyetlen szilárd alapja minden sikeres tanulásnak.”
8. Készítsetek kiállítás-bemutatót „Az én hobbim” címmel!
9. Mondjatok példákat arra, társaitok hogyan nyilvánítják ki függetlenségüket, kitartásukat és elszántságukat!

14. §. Hogyan érik el az emberek életcéljukat?

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- megérteni, mi az életcél, a terv és a kilátás;
- hogyan kell döntéseket hozni;
- meghatározni, hogyan kell terveket készíteni az életcélok eléréséhez.

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

1. Mi a cél?
2. Hogyan határozzátok meg célokat, és hogyan fogtok hozzá a megvalósításához?
3. Szerintetek milyen jellemzőkkel kell rendelkeznie a család élettervének?

1. Életcélok, tervek és kilátások

Mindenkinek, még ha nem is tudatosítja, van **életcélja**. Azonban az élet során megváltozhat: valamelyik elveszíti fontosságát vagy megvalósul, helyette más jelenik meg.

Annak érdekében, hogy elérjék, amit elhatároztak, az emberek megtervezik az életüket. Az **élelettervek** azt a szándékukat tükrözik, hogy bizonyos módon akarják élni az életüket. Az életcélokkal ellentétben az élet tervei általánosabbak és kevésbé konkrétak. Ezért a legtöbben inkább beszélnek az életerrőről, mint az életcélról.



SZÓTÁR

Életcél — azok a fontos feladatok, amelyeket az ember élete során el akar érn.

Élelettervek — bizonyos időszakra vonatkozó tervezés, ami alapján az ember a céljai felé tart, tekintetbe véve azok fontosságát és elérősüknek a lehetőségeit.

Az életcélok és a tervek alapján alakul ki az elképzelés az **életkilátásokról**. Ez utóbbiak tükrözik az ember jövőképét, mint a tervei és a valós élet közötti kapcsolatot. A mai ukrán fiatalok például a szakértőknek a fejlődésre vonatkozó előrejelzései alapján választják meg a szakmájukat.



SZÓTÁR

Életkilátások — jövőkép, amely tükrözi az életterv kapcsolatát a társadalom és az állam állapotával.



ETIKA UKRAJNÁBAN

Dmitro Hucol kortárs ukrán tudós az ember életcéljainak a következő jellemzőit nevezi meg: a célok befolyásolhatók kívülről (a szülők, az iskola, mások által) és lehetnek a sajátjaink (ahol mi szeretnénk sikereket elérni). A célok lehetnek egyértelműek (mindenki számára érthetőek) és nem egyértelműek (nem értjük, hová tartunk, de van célunk). Az idő és időtartam szempontjából D. Hucol az életcélokat hosszú távúakra (5—15 évre tervezettre — családalapítás, gyermeknevelés stb.), középtávúakra (3 hónaptól 3 évig — megtanulni angolul, elvégezni egy hímző tanfolyamot stb.) és sürgős napi feladatokra (telefonbeszélgetés, időpont egyeztetése, anyagküldés stb.) osztja.



A célok értelmet adnak az életnek, és segítenek az embereknek megtalálni az útjukat



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

1. **Határozzátok meg** a munkátok célját az egyik (általatos választott) tantárgyból, valamint az elérésükhöz vezető utat!
2. **Készítsetek tervezetet** egy konkrét cél (általatos választott) eléréséhez!

2. Hogyan születnek a döntések?

Minden embernek különféle döntéseket kell hoznia élete során. Mikor készítsétek el a házi feladatokat, hogyan osszátok be a szabadidőtöket, kivel beszélgetsetek — ilyen döntéseket valószínűleg már hoztatok. Általánosságban elmondható, hogy a lehetséges következménynek és az életre gyakorolt hatásra vonatkozó információknak fontos szerepe van a döntés meghozatalában. A következmények a rövid távúak („ha nem csinálom meg a házi feladatot, rossz jegyet fogok kapni”) és a hosszú távúak („ha nem csinálom meg a házi feladatot, lemaradok a tanulásban és nem fogok sikeresen vizsgázni, nem vesznek fel a főiskolára”) között változhatnak.

A döntéshozatal folyamata egyszerűsíthető és ésszerűsíthető. Használhatjátok a Descartes-négyzet néven ismert módszert. Osszátok egy papírlapot négy négyzetre, amelyek mindegyikének más a jelentése:

- a döntés meghozatalának kedvező következményei;
- pozitív következményekkel jár, ha ezt a konkrét döntést nem hozom meg;
- az adott döntés meghozatalának kedvezőtlen következményei;
- negatív következményekkel járhat, ha ezt a döntést nem hozom meg.

**MIVEL JÁRNA AZ,
HA EZ A DOLOG
MEGTÖRTÉNNÉ?**

**MIVEL JÁRNA AZ,
HA EZ NEM
TÖRTÉNNÉ MEG?**

**MI NEM LESZ, HA
EZ MEGTÖRTÉNIK?**

**MI NEM LESZ, HA EZ
NEM TÖRTÉNIK MEG?**

Minden négyzetbe írjátok be a megfelelő következményeket! A Descartes négyzet lehetővé teszi, hogy rendszerezétek gondolataitokat és világosan lássatok minden lehetséges változatot.

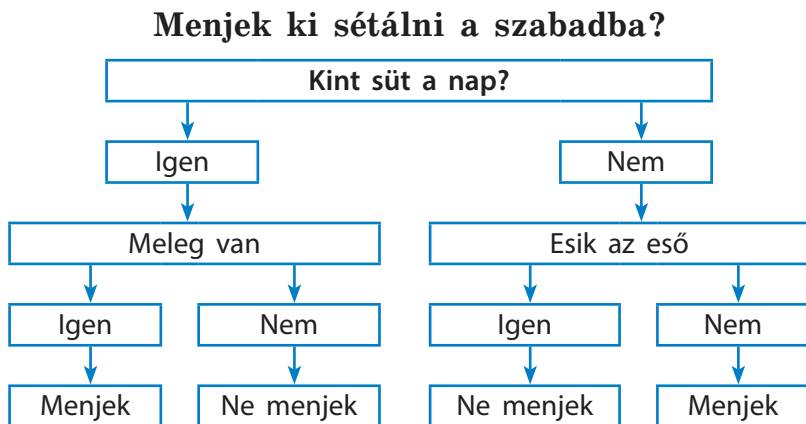


DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

Válasszatok ki egy problémakört, és javasoljatok megoldási lehetőségeket a Descartes négyzet segítségével!

Egy másik módszer a Döntésfa. Ez a módszer onnan kapta a nevét, hogy a fő problémából — a törzsből — indulnak ki a lehetőségek — az ágak. Ezt abban az esetben alkalmazzák, amikor egy probléma megoldására kevés lehetőség van, de azokat rendszerezni kell.



Minta a döntéshozatalra a Döntésfa módszer alkalmazásával



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

Készítsetek saját döntésfát egy érdekes probléma kiválasztásával!



FONTOS TUDNIVALÓK

Pszichológusok tanácsai a döntéshozattal kapcsolatban

- Ne féljete a hibáktól és a kudarcoktól, vállalatok ésszerű, meggondolt kockázatot!
- Ne feledjétek, jobb, ha a döntéseket egy kiadós éjszakai alvás után, nyugodt állapotban hozzátok meg (hogy ne zavarják azt más gondolatok)!
- Használjatok speciális módszereket, amelyek segítenek meghozni a döntéseket!

3. Az ember életcéljának megtervezése

A társadalomban egyre inkább elfogadottá válik az az elképzelés, hogy az ember megtervezze élete főbb eseményeit. Természetesen ez nem garantálja, hogy minden pontosan úgy történik majd, de jelentősen csökkenti a nem kívánt véletlenszerű események okozta hatásokat.



SZÓTÁR

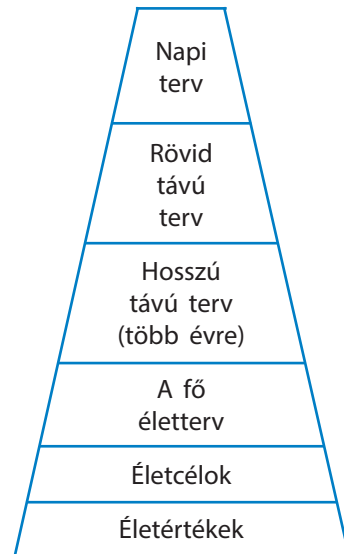
Élet tervezése — egy konkrét terv készítése három, öt, tíz évre és annál hosszabb távra, amely meghatározza az ember céljait.



ÉRDEKES TÉNYEK

A kutatók úgy tartják, hogy az első olyan közismert személyiség, aki megtervezte az életét, a XVIII. sz. amerikai gondolkodója, Benjamin Franklin volt. Az általa javasolt élettervezési módszert ma Franklin-piramisnak nevezik. Lényege az, hogy egy nagyobb feladatot kisebbekre bontunk, amelyek viszont még kisebbekre vannak osztva, és így tovább (a nagyobbtól a kisebbig).

Időgazdálkodási módszer
B. Franklin szerint



Miért érdemes megtervezni az életeteket? Mindenkinek napi 24 óra áll a rendelkezésére. Egyeseknek sikerül sok tennivalót elvégezni, míg másoknak nem. A tervezés segít abban, hogy ésszerűen használjátok fel az időtöket, és önállóan alakítsátok az életeteket.

Gondolkozzatok el azon, a tervezés hogyan segíthet megszervezni az életeteket! Hogyan tanulhatjátok meg ezt? Célszerű a legegyszerűbb dologgal kezdeni: meghatározni a tennivalók listáját minden következő napra. Például: órák az iskolában, pihenés (séta), a házi feladat elkészítése, foglalkozás a sportegyesületben stb. Fokozatosan át lehet térni a hosszabb időre szóló dolgok megtervezésére. Például, készíthettek olyan tervet a szünidőre, amely érdekessé és hasznossá teszi a nyaralást.



ÉRDEKES TÉNYEK

Nem könnyű az életeteket azonnal hosszú időre tervezni. Kezdhettek kicsiben: a napi időgazdálkodással. Próbáljátok



A dolgok megtervezése lehetővé teszi, hogy hatékonyan osszátok be és használjátok fel az időt, és ennek révén időt takarítotok meg

megfigyelni, mennyi időbe telik bizonyos napi feladatok elvégzése, ez ad egyfajta időérzékletet és megértitek, mire mennyi időt fordítotok.

A teendőket sokféleképpen szervezhetitek, kiemelve a legfontosabbakat. Készíthettek különféle kategóriájú listákat. Például: *A* — a sürgős és kötelező feladatokra, *B* — a kevésbé fontos dolgokra, *C* — amit egyelőre el lehet halasztani.

Ez a felosztás azért hasznos, mert általa kiderül, hogy mit kell először megtenni. A tapasztalatok azt mutatják, hogy több feladat egyidejű elvégzése nem hatékony. Jobb, ha egy új feladatot csak akkor kezdtek el, ha az előzőt befejeztétek.

A személyes fejlődés fontos részét kell képeznie terveiteknek a jövőre vonatkozóan. Tisztában kell lennetek azzal, mit fogtok csinálni ma, holnap, a jövő héten és az elkövetkező hónapokban. Az ilyen tervezésnek az lesz az előnye, hogy nem halogatjátok a teendőket, hanem szokásotokká teszitek, hogy mindent elvégezzetek időben.



GONDOLKODJATOK EL!

Az élet az, ami veled történik, miközben terveket készítesz.

John Lennon, XX. századi brit énekes és zenész

Mindig végeztem olyan feladatokat, amelyek kissé felkészületlenül értek. Ez lehetőség a szakmai fejlődésre, mondván: „Hű, nem vagyok benne biztos, hogy meg tudom csinálni!” Aztán mégis belevágysz, és egy lépéssel továbblépsz.

Massie Mayer, a Yahoo! vezérigazgatója

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Miért fontos, hogy az embernek legyen életcélja?
2. Készítsetek előadást „Életcéloom a következő...” témában!
3. Miben különböznek az élettervek az életkilátásoktól?
4. A huszadik század német gondolkodója, Hans-Georg Gadamer a döntéshozás problémáját vázolja azt állította: „A probléma megoldása a tudáshoz vezető út.” Hogyan értelmezték ezt a kijelentést? Egyetértetek vele? Miért?
5. Japánban ismert egy közmondás: „Ne hozz döntést csak az egyik fél meghallgatása után!” Szerintetek mire kívánja figyelmeztetni ez a közmondás a döntéshozókat?

6. Készítsetek hozzávetőleges tervet a következő napra, hétre, hónapra, évre! Ezek alapján mondjátok el, mi a különbség a rövid távú és a hosszú távú tervezés között!
7. Készítsetek egyéni tanulási projektet „Életem Ukrajna jövőjéről” címmel a IV. fejezet összefoglaló órájára, és mutassátok be az osztálynak!
8. Michael Bloomberg kortárs amerikai üzletember és politikus intelme: „Ne készítsetek túl sok hosszú távú tervet!” Véleményetek szerint mi a veszélye annak, ha túl sok hosszú távú tervünk van? Hasznosnak találjátok ezt a megjegyzést? Miért?
9. **Dolgozzatok párban!** Beszéljétek meg és fejtsétek ki a következő kijelentéssel kapcsolatos érvekkel alátámasztott véleményeteket: „A nagy emberek célokat tűznek ki maguk elé, mások a vágyaikat követik.” (Washington Irving, XVIII—XIX. sz. amerikai író).
10. Friedrich Schiller, a XVIII—XIX. sz. német költője úgy vélte: „Az ember úgy fejlődik, ahogyan a céljai nőnek.” Fejtsétek ki, hogyan értitek ezt! Hozzatok példákat a véleményetek alátámasztására!
11. **Közös megbeszélés.** Egyetértetek az i. e. I. sz. ókori római költő, Publius Servilius vélekedésével? — „Rossz döntés az, amit nem lehet megváltoztatni.” Fejtsétek ki álláspontotokat, és hozzatok témába vágó példákat!
12. Franklin Roosevelttel amerikai elnök úgy vélte: „A holnapra vonatkozó terveink megvalósításának egyetlen akadálya a mai kételyeink lehetnek.” Erősítsétek meg vagy cáfoljátok meg ezt az állítást saját élelettervezési tapasztalataitok alapján!

15. §. Sikerek és kudarcok az ember életében

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- mi a siker, és milyen szerepet játszik az ember életében;
- mi a kudarc mint az ember életének egyik összetevője;
- mi a siker és a kudarc oka a tanulásban.

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

1. Hogyan értelmezitek a sikert és a kudarcot?
2. Lehetséges-e az élet siker és kudarc nélkül? Miért?
3. Mi a személyiségfejlődés?

1. A siker az ember életében

Minden ember személyes fejlődésének része a **siker** és a kudarc. Bizonyára hallottátok már azt a kifejezést, hogy „sikereket ért el” vagy „ő egy sikeres ember”. Természetesen, mindenki másképp értelmezi a sikert, és mindenkinél különböző módon nyilvánul meg. De megmutatják az ember eredményeit az életnek azon a területén, amelyet fontosnak tart. Egyesek számára ez új készségek elsajátítását (autóvezetés, idegen nyelv megtanulása stb.), mások számára karrierépítést, megint mások számára pedig nagyobb nyereséget jelent stb.



SZÓTÁR

Siker — az ember tevékenységének pozitív eredménye egy bizonyos területen; a kitűzött cél elérésének ténye.

A sikerről alkotott első képek gyermekkorban alakulnak ki a családi példák alapján. Ugyanakkor a gyerek arról is fogalmat kap, hogyan lehet ezt elérni.



MUNKA A FORRÁSOKKAL

Joe Perez, a Tastemade televíziós hálózat társ-alapítójának beszédéből (USA)

...Szeretnetek kell azt, amit csináltok! Ahhoz, hogy bármilyen területen sikeresek legyetek, megszállottak-ká kell válnotok, engednetek kell, hogy fejest ugorjatok bele! Nem számít, mennyire sikeres a vállalkozásotok, meg kell elégednetek a valósággal! Többre és jobbra kell törekedni...!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

1. A forrás szerzője szerint mi szükséges a siker eléréséhez?
2. Osztjátok J. Perez véleményét a sikerhez vezető útról? Miért?



ETIKA UKRAJNÁBAN

Olekszandr Romanovszkij és Valentina Mihajlicsenko ukrán tudósok szerint: „Az embernek veleszületett vágya, hogy sikeres legyen — ez olyan természetes számára, mint a légzés. A siker a magunk elé kitűzött és számunkra rendkívül fontos célok folyamatos megvalósítása. [A személyiségfejlődés] a legrövidebb és leghatékonyabb út a sikerhez és a jóléthez, bár néha hosszúnak tűnik.”



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

1. Hasonlítsátok össze az élet sikerességéről alkotott elképzeléseiteket!
2. Soroljátok fel a siker néhány jellemzőjét!



ÉRDEKES TÉNYEK

A tinédzsereknek szóló „sikeriskolákat” évente megrendezik Ukrajna különböző városaiban a nyári szünetben. A foglalkozásokon a következő témakörökkel foglalkoznak: a siker fő összetevői, a kommunikációs készségek fejlesztése és a célok elérése.



Mindenki másképp értelmezi a sikert és a sikeres élet fogalmát. Ne hasonlítsuk össze az élet különböző területein elért sikereket, ne tartsunk egyeseket „sikeresebbnek” másoknál!

2. Kudarcok az ember életében

A sikerek mellett az ember tevékenységét kudarcok is kísérik. Az egyik gondolkodó megjegyzése szerint: „A kudarc legyen a tanárunk, ne a temetkezési vállalkozónk!” Nincs olyan, akit még soha életében nem ért volna kudarc. A különbség abban van, hogyan kell elfogadni az ilyen helyzeteket. A kudarc olyan tapasztalat, amely segít abban, hogy a következő próbálkozásokat sikerrel járjon. Tanulnotok kell a hibákból, és tovább kell lépnetek az eredmény eléréseért!



SZÓTÁR

Kudarc — valaminek a sikertelen végrehajtása; az a tény, hogy az ember nem érte el a célját.



Mindenkit érnek kudarcok. A kudarcok okozta negatív érzést úgy lehet feldolgozni, ha megosztjuk azt olyan emberekkel, akikben megbízunk



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Dolgozzatok párban! Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

1. Winston Churchill, a huszadik század brit politikusa azt mondta: „A siker az, ha kudarcból kudarcba haladunk anélkül, hogy elveszítenénk a lelkesedésünket.” Egyetértetek ezzel a kijelentéssel? Fejtsétek ki az álláspontotokat! Hozzatok példákat ennek alátámasztására!
2. Hozzatok példákat a szépirodalomból, filmekből, a saját életeitekből vagy a családotok, barátaitok és ismerőseitek részéről, amikor a kudarcok elősegítették az előrehaladást!



FONTOS TUDNIVALÓK

Hogyan kezeljük a kudarcot?

1. Ismerjétek be, hogy ezúttal nem érték el a célokat!
2. Fogadjátok el negatív érzelmeiteket, például a szégyent vagy a csalódottságot!
3. Értsétek meg, hogy a lehangoltságotok átmeneti állapot!
4. Ne adjátok fel idő előtt a célokat vagy a tevékenységeket a kudarc miatt!

5. Elemeztétek tevékenységeket és a körülményeket, és állapítsátok meg a sikertelenség okát!
6. Terveztétek meg a következő lépéseket a siker elérése érdekében!

3. Sikerek és kudarcok tanulmányaitok során

Tanulmányaitok során mindannyiatoknak sok sikerben volt részetek, de voltak kudarcok is. Célszerű lesz, ha megbeszélitek a tanulmányi előmeneteleteket az órán, megállapítjátok a sikerek és a kudarcok okait. Az ilyen elemzés segít megtalálni azokat a módszereket, amelyek segítségével a jövőben a sikereitekből építkezve leküzditek a kudarcokat.



FONTOS TUDNIVALÓK

Ha kudarcot vallotok, ne fojtsátok el az érzelmeiteket és érzéseiteket, például a haragot, a szomorúságot vagy a csalódottságot, de ne ezekre összpontosítsatok! Szakítsatok időt, mondjuk egy napot arra, hogy feldolgozzátok ezt! Ezután fogadjátok meg, hogy elengeditek ezeket az élményeket, hogy tiszta lappal kezdjétek egy új napot! Beszéljétek meg a gondjaitokat olyanokkal, akikben megbízhattok!

Ne feledjétek, hogy számos lehetőség áll még előttetek, és attól, hogy egyszer vagy akár többször is hibáztatok, még nem kell feladnotok! Gondoljátok végig, hogy ezúttal mi volt az oka a kudarcotoknak, és milyen következtetéseket vonhattok le belőle! Így a kellemetlen tapasztalatokat hasznos életre szóló leckévé változtathatjátok.



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Csoportos megbeszélés. Beszéljétek meg és elemezzétek az évek során az egyes tantárgyakban elért tanulmányi fejlődéseket! Derítsétek ki, kinek-kinek mik voltak a sikerei és a kudarcai, és ezeknek mi volt az oka! Ne feledjétek, hogy a kérdések őszinte megvitatása segít azok megoldásában!



A közös megbeszélés segít az okok meghatározásában és a megoldások kidolgozásában



GONDOLKODJATOK ELI

Csak azt kapod az élettől, amit kérni mersz. Ne félj magasabba tenni a mércét!

Oprah Winfrey, amerikai televíziós műsorvezető

Kudarccok biztosan lesznek, és azok kezelése lesz a legfontosabb mutatója annak, hogy sikerrel jársz-e.

James Dimon, a JPMorgan Chase vezérigazgatója

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Lehetséges-e, hogy az embernek ne legyenek sikerei vagy kudarcai az életében? Indokoljátok meg a véleményeteket!
2. Készítsetek rövid elbeszélést a „Siker/kudarccok számomra...” témáról!
3. Bill Gates amerikai vállalkozó, a Microsoft egyik alapítója mondta: „A siker nem tanít semmire. Csak az okos emberek győzi meg arról, hogy nem veszíthetnek.” Hogyan értelmezték ezt a kijelentést? Egyet-értetek vele? Indokoljátok meg a véleményeteket!
4. **Dolgozzatok párbant!** Készítsetek interjút egy családtaggal vagy osztálytárral a következő témáról: „Kudarccok az életetek során és hogyan küzdöttétek le azokat.” Dolgozzatok ki saját interjúkérdéseket! Mutassátok be az eredményt az osztálynak!
5. Beszéljétek meg a „Mi a szerepe a kudarcoknak az ember életében?” kérdést!
6. Van egy brit közmondás: „A kudarc a siker pillére.” Véleményetek szerint mit jelent ez a közmondás? Találjátok ki néhány saját közmondást a kudarcok szerepéről az ember életében!
7. Állapítsátok meg, milyen közös vonások figyelhetők meg az osztálytársaitok sikereiben és kudarciban a tanulmányok során!

16. §. A tapasztalat az ember életében

EBBEN A PARAGRAFUSBAN MEGTANULJÁTOK:

- megérteni, hogy mi a tapasztalat;
- megállapítani a tapasztalat fontosságát az ember életében;
- a kölcsönös tanulás és a tapasztalatcsere milyen szerepet játszik az emberek életében.

MONDJÁTOK EL A VÉLEMÉNYETEKET!

1. Hogyan értitek a tapasztalat szó jelentését?
2. Milyen szerepet játszik a tapasztalatcsere az emberek életében? Mondjatok néhány példát!
3. A tapasztalatcserenek milyen formáit tudjátok megnevezni?

1. Mi a tapasztalat és mi a jelentősége az ember életében?

Életük során az emberek gyakran folyamodnak saját vagy mások **tapasztalataihoz**, hogy megoldást találjanak a problémáikra. Bizonyára hallottátok már a „felbecsülhetetlen értékű tapasztalat”, „a tapasztalat pótolhatatlan” stb. kifejezéseket. A személyes tapasztalat árulja el, hogyan kell cselekedni hasonló helyzetben. A saját vagy a mások által szerzett és továbbadott tapasztalatok megbízható segítőtársak az életben. Ha nem lenne az előző nemzedékek tapasztalata, akkor arra lennének ítélve, hogy újra és újra felfedezzük, amit ők már tudtak. Ez gátolta volna az új felfedezéseket.



SZÓTÁR

Tapasztalat — az ember vagy közösség élete és tevékenysége során szerzett készségek és ismeretek.

A tapasztalat fontos szerepet játszik mindenki életében. Erre már az ókor óta számos híres ember rámutatott.



Az ember tudást, tapasztalatot szerez a családban és az iskolában



Mit gondoltok, mi a fontosabb, a tudás vagy a tapasztalat?
Magyarázzátok meg válaszotokat!



GONDALKODJATOK ELI

A tapasztalat a legjobb tanító.

Latin közmondás

Minden nemzetnek számos olyan mondása és közmondása van, amely a tapasztalatok előnyeit tárja fel számunkra.



ÉRDEKES TÉNYEK

Az ukrán nép számos közmondást és mondást alkotott a tapasztalatokról. Íme néhány közülük:

- Ne öregembert kérdezz, kérdezz tapasztaltat!
- Egyszer megégeted magad, másodszor vigyázol.
- Aki sokat tett, az sokat is tud.
- Aki hajózott már a tengeren, az nem fél a pocsolyától.



DOLGOZZUNK EGYÜTT!

Kiscsoportos munka. Beszéljétek meg és végezzétek el a feladatot!

A tanár által ajánlott további információforrásokat felhasználva olvassatok aforizmákat, gondolatokat, idézeteket és mondásokat a tapasztalatról! Beszéljétek meg, hogyan értelmezik a tapasztalat fontosságát,

és készítsetek egy listát azokról a jellemzőkről, amelyek ezt a jelenséget jellemzik! Mutassátok be a csapatmunka eredményeit az osztálynak, hogy közös jellemzőket fogalmazhassatok meg a tapasztalat jelentőségéről az ember életében!

2. Egymás tanítása, tapasztalatscere

Az oktatásnak fontos szerepe van életünkben. Segít abban, hogy elsajátítsuk azokat az ismereteket, készségeket és képességeket, amelyek révén egyéniségként képesek leszünk megvalósítani önmagunkat. A sikeres oktatás kulcsa **egymás tanítása** és a **tapasztalatscere**.



SZÓTÁR

Egymás tanítása — az oktatási folyamat szervezésének olyan formája, amelyben a résztvevők egymástól tanulnak.

Az egymás tanítása lehetőséget teremt arra, hogy csapatban dolgozva ismereteket szerezzetek. Ugyanakkor lehetővé teszi az önálló gondolkodás, a nyelvi és egyéb egyéni tulajdonságok fejlesztését.

A tapasztalatscere különböző formáinak (élet-, szakmai stb.) fontos szerepe van a modern társadalomban.



A tapasztalatscere révén az emberek gazdagítják ismereteiket a világról és fejlesztik empátiakészségüket

Például, az ukrán orvosoknak egy európai kórházban folytatott orvosi gyakorlata mint a szakmai fejlődés eszköze, vagy a külföldi cégekkel folytatott tapasztalatcsere az ukrán rakétatechnika fejlesztése érdekében. A tapasztalatcsere-folyamatok mindkét fél számára pozitív eredményekkel járnak.

Tehát, ne feledkezzetek meg a tapasztalatcsere előnyeiről!



GONDOLKODJATOK ELI

Sokat tanultam a mentoraimtól, még többet a társaimtól, de a legtöbbet a tanítványaimtól.

A Talmud, a judaizmus vallási és etikai előírásait tartalmazó gyűjtemény



PEDAGÓGIA UKRAJNÁBAN

A mai ukrán tanárok kreatívan fejlesztették tovább az egymás tanítása módszert, amelyet először Olekszandr Rivin tanár javasolt 1918-ban. 11 és 16 év közötti tinédzserek tanításával foglalkozott Kornyin városában a Zsitomiri területen. Az általa tanított mintegy 40 gyermek váltakozva, egymást váltó párokban működött együtt tanítóként és diákként. Mivel a párokban különböző korú gyerekek



A különböző területek szakemberei találkoznak, hogy tanuljanak és megosszák egymással tapasztalataikat. Az ilyen eseményeket képzésnek, szemináriumnak, konferenciának nevezik.



Óra, ahol a tanulás párban történik



Olyan tanóra, ahol a tanulás csoportokban történik

voltak, a tudás folyamatos átadása biztosított volt a tanártól (az egymástól való tanulás vezetőjétől) az idősebb diákoknak (közvetlen segítőinek), majd a kevésbé felkészült diákoknak. O. Rivin ezt a tanítási módszert szinte minden tantárgyra alkalmazta.

Rivin iskolája Kornyinban tíz éven át működött. 2018-ban az ukrán pedagógiai közösség külön ünnepséget rendezett az egymás tanítása e módszerének 100. évfordulója alkalmából.



ÉRDEKES TÉNYEK

Az egymás tanítása módszerének sikeres alkalmazására első példaként a Platón gondolkodó által i. e. 338-ban a görögországi Athén közelében alapított Akadémián folytatott párbeszégeket tartják számon. Az Akadémia tagjai idősebb és fiatalabb csoportokba szerveződtek (tanárok és diákok). A tanulási folyamat a köztük folyó párbeszégekre épült.

KÉRDÉSEK ÉS FELADATOK

1. Van egy zsidó közmondás: „A tapasztalat az, amit az emberek a hibáiknak neveznek.” Magyarózzátok meg, hogyan értitek ezt! Fejtsétek ki a tapasztalat fontosságát az ember életében!
2. **Dolgozzatok párokban!** Ovidius ókori római költő írta: „Bízz a tapasztalatban!” Magyarózzátok el, hogyan értitek ezt a kijelentést, és egyetértetek-e vele!

3. Úgy tartják, hogy nincs olyan élettapasztalat, amelyik ne számítana. Írjatok rövid eszmefuttatást erről az állításról!
4. Készítsetek interjút a szüleitekkel/családotok tagjaival a következő témában: „Milyen szerepet játszik a tapasztalatcsere az életetekben?” Állítsatok össze önálló interjúkérdéseket!
5. Készítsetek előadást „Az egymás tanítása számomra...” címmel!
6. Tartsatok vitát „Az oktatás fontossága a mai ember életében” címmel!

Az erkölcsi készségek fejlesztése

Ha...

Joseph Rudyard Kipling

Ha fejedet megőrzöd zavarban,
Bár csak szidás ér jószágodért.
Ha kétkedők közt bízni tudsz magadban,
De megérted a mások kételyét.
Ha várni tudsz, s a várás el nem fáraszt.
Rágalmaznak, s nem ejtesz csalfa szót,
Nem gyűlölködsz, bár a gyűlölség eláraszt,
S mégse játszod a bölcset és a jót.

Ha álmodol, de nem úr az álom rajtad,
Gondolkodol, de végcélod nem ez.
Ha balsors sújt is, megmarad nyugalmad,
S nincs oly siker, mely lábadról levesz.
Ha az igazságot, amit kimondtál,
Más aljas eszközül használja fel;
Ha élted munkája tiszta rom már,
S tört szerszámmal előlről kezded el.

Ha van szíved, hogy mindazt, mit elértél,
Ha kell, egyetlen kockára rakd,
S túltegyed magad, ha vesztesség ér,
S ne legyen róla többé egy szavad;
Ha tudsz még küzdeni, mikor a lelked,
Ideged, izmod réges-rég halott,
S helytállnak, mikor nincs más benned,
Csak a tudat, hogy ki kell tartanod.

Ha tiszta tudsz maradni tömegben,
S király előtt is őszinte, emberi;
Ha nem bánthat meg sem barát, sem ellen,
Ha nem szolgálva, de tudsz segíteni;
Ha az egész órát úgy betöltöd,
Hogy benne érték hatvan percnyi van,
Minden kincsével bírod ezt a földet,
S ami még több, ember vagy, fiam.

Szabó Lőrinc fordítása



GONDOLKODJATOK EL AZ OLVASOTTAKON!

1. Tekinthesz-e a verset egyfajta programnak az életcélok elérése érdekében? Fejtsétek ki a véleményeteket!
2. Nevezzétek meg a vers szerzője által megfogalmazott, az emberi cselekvésre irányuló tanácsokat!
3. Véleményetek szerint milyen intelmekkel kellene kiegészíteni Kipling tanácsait? Indokoljátok meg azok célszerűségét!

SZÓTÁR

Agresszió — olyan emberi magatartás, amelynek célja kár okozása vagy rombolás, ami szélsőséges formájában erőszakba torkollhat.

Agresszivitás — olyan viselkedés, amelyben a személy haragot, rosszindulatot stb. tanúsít; továbbá olyan jellemvonás, amely abban nyilvánul meg, hogy az illető támadólag lép fel a körülötte lévő világgal szemben.

Az ember egyéni tulajdonságai — olyan mentális jellemzők összessége, amelyek megkülönböztetik az egyik ember képességeit a másiktól: gondolkodás, emlékezet, képzelőereje és képességeinek sajátosságai, érdeklődési köre, jelleme.

Az ember személyiségének fejlődése — a külső és belső tényezők hatására bekövetkező pozitív változások folyamata, amelynek köszönhetően az ember egy bizonyos társadalmi közösség boldog, sikeres és önálló tagjává válik.

Céltudatosság — törekvés egy bizonyos cél elérésére.

Egyediség — olyan fogalom, amely valaminek az egyediségére, kivételességére utal.

Egyéniség — olyan egyedi tulajdonságok összessége, amelyek megkülönböztetik az egyik személyt a másiktól.

Egymás tanítása — az oktatási folyamat szervezésének olyan formája, amelyben a résztvevők egymástól tanulnak.

Empátia — olyan képesség, hogy az ember megérti és átéli a másik érzéseit.

Érény — az ember pozitív erkölcsi tulajdonsága.

Erkölc — olyan normák és elvek összessége, amelyeket az emberek különböző élethelyzetekben követnek.

Erkölc **értékek** — olyan erkölcsi normák és követelmények, amelyek lehetővé teszik számunkra, hogy az ember cselekedeteit helyesnek és helytelennek, jónak és rossznak határozzuk meg.

Etika — az erkölcsöt tanulmányozó tudomány.

Etikett — az emberek viselkedési szabályai a társadalomban.

Élet tervezése — egy konkrét terv készítése három, öt, tíz évre és annál hosszabb távra, amely meghatározza az ember céljait.

Életcél — azok a fontos feladatok, amelyeket az ember élete során el akar érn.

Életkilátások — jövőkép, amely tükrözi az életterv kapcsolatát a társadalom és az állam állapotával.

Élettervek — bizonyos időszakra vonatkozó tervezés, ami alapján az ember a céljai felé tart, tekintetbe véve azok fontosságát és elérésüknek a lehetőségét.

Érdek — elragadtatás valami vagy valaki iránt; az ember törekvései, szükségletei.

Érzelmek — rövid ideig tartó reakció a valóságos vagy a fiktív jelenségekre.

Érzések — valamivel vagy valakivel kapcsolatos általános viszony.

Felnőtt — olyan személy, aki elért egy bizonyos életkort.

Függetlenség — az embernek az a képessége, hogy a problémák megoldása során önmagára támaszkodik.

Hangulat — az ember általános érzelmi állapota.

Hazaszeretet — a szülőföld iránti szeretet; az ország polgárainak közösségéhez való tartozás különleges érzelmi élménye.

Hobbi — az ember kedvenc időtöltése vagy szabadidős tevékenysége.

Illem — tiszteletteljes, udvarias magatartás az emberekkel szemben; udvariasságot és kedvességet tanúsító viselkedés.

Jellem — olyan egyéni tulajdonságok összessége, amelyek az embernek önmagához, a körülötte lévő világhoz való viszonyában és viselkedésében nyilvánulnak meg.

Jóindulat — képesség és hajlandóság arra, hogy jót tegyünk másokkal.

Kitartás — az a képesség, hogy egy tevékenységet az akadályok ellenére is folytatni tudjunk.

Kommunikáció — az emberek közötti kölcsönhatás folyamata.

Konfliktus — olyan helyzet, amelyben mindegyik félnek olyan álláspontja van, amely összeegyeztethetetlen a többiekével.

Kudarc — valaminek a sikertelen végrehajtása; az a tény, hogy az ember nem érte el a célját.

Manipuláció — *itt:* a személy akarata ellenére történő rejtett irányítás, amely bizonyos előnyökkel jár az azt végrehajtó számára.

Méltóság — az ember önnön értékéről való bizonyosság, az önbecsülés érzése. A méltóság kifejezés azt is jelentheti, hogy egy személy különleges elismerést és tiszteletet érdemel (mondjuk, kivételes cselekedeteiért).

Nem verbális társalgás — olyan kommunikációs forma, amelyben nem használnak szavakat és más nyelvi szimbólumokat, az információt testmozgások útján közlik a beszélgetőtársal.

Nyelv — hagyományos szimbólumok rendszere, amelyek olyan hangkombinációkat közvetítenek, amelyek az emberek számára bizonyos jelentéssel és tartalommal bírnak.

Nyomásgyakorlás társalgás során — olyan cselekedet, amikor a kommunikációban részt vevő egyik fél a másik ellenállását legyűrve megpróbálja rákényszeríteni azt valamire.

Önbecsülés — az ember önmagáról, saját képességeiről, cselekedeteinek mások szempontjából való jelentőségéről, tulajdonságainak, érzelmeinek, előnyös, illetve előnytelen mivoltáról alkotott elképzelése.

Önismeret — az ember szellemi és fizikai jellemzőinek megfigyelése, önmagának és az élete során történeteknek a megértése.

Őszinteség — az ember pozitív tulajdonsága, érzéseit és gondolatait közvetlen, őszinte és őszinte módon fejezi ki.

Siker — az ember tevékenységének pozitív eredménye egy bizonyos területen; a kitűzött cél elérésének ténye.

Személyiség — az embernek olyan sajátossága, amely magában foglalja jellemét, szemléletét, a társadalomban elfoglalt helyét és az azon belüli kapcsolatokat.

Személy — a társadalomban különféle szerepeket betöltő egyén.

Szeretet — valaki vagy valami iránti mély odaadás érzése.

Sztereotípiák — stabil elképzelések (gyakran hamisak) az emberekről, a környező világról, amelyek már hosszú ideje elterjedtek a társadalomban. A negatív sztereotípiákat előítéletnek nevezzük.

Tanulás — *itt:* az ismeretek, készségek és képességek megszerzésének és elsajátításának folyamata.

Tapasztalat — az ember vagy közösség élete és tevékenysége során szerzett készségek és ismeretek.

Tapintat — az etikett és az etikai normáknak megfelelő viselkedés készsége.

Társalgás — az emberek közötti olyan kapcsolat, amely magában foglalja az információcserét és az egymás közötti kölcsönhatás módszereinek kialakítását.

Temperamentum — az ember veleszületett adottsága ahhoz, hogy adott módon reagáljon a vele megtörtént eseményekre.

Tisztelet — más emberekhez való pozitív viszonyulás, amely érdemeik és pozitív tulajdonságaik elismerésével jár együtt.

Tudományos ismeretek — olyan ismeretek, amelyeket kutatómunka eredményeként kaptunk.

Udvariasság — tisztelettudó, illedelmes magatartás másokkal szemben.

Verbális társalgás — a nyelv segítségével történő társalgás, amelyben a résztvevők a megbeszélés tárgyáról cserélnek gondolatokat.

Világnézet — az ember világról alkotott nézeteinek rendszere és abban elfoglalt helye.

Virtuális — olyan, ami nem létezik a valóságban, az emberi képzelet hozza létre, vagy más eszközök segítségével szimulálják. Manapság a virtuális kifejezést leggyakrabban a számítógépekkel és az internettel kapcsolatos dolgok leírására használják.

Zaklatás — rendszeres fizikai és/vagy pszichikai bántalmazás és megalázás, amelyet egy adott személy ellen követnek el.

A KÜLÖNBÖZŐ TÍPUSÚ MUNKÁKRA VONATKOZÓ VÁZLATTERVEK

HOGYAN KELL DOLGOZNOTOK A TANKÖNYV PARAGRAFUSAIVAL?

1. Fordítsatok figyelmet a paragrafus címére!
2. Olvassátok el, hogy a paragrafus anyagának feldolgozása után mit fogtok megtanulni, ahogyan azt az „Ebben a paragrafusban megtanuljátok” címszóban szerepel!
3. Hogy a tananyagra felkészüljeteK, végezzéteK el a „Mondjátok el a véleményeteket!” címszóban található feladatokat!
4. Olvassátok el a paragrafus fő szövegét, odafigyelve a pontok elnevezésére! TérjeteK vissza a paragrafus címéhez, és próbáljátok meg ellenőrizni, hogy értitek-e azt!
5. Olvassátok el a paragrafus szöveges kiegészítéseit, például: „Fontos tudnivalók”, „Érdekes tények”, „Munka a forrásokkal” stb.!
6. KeresséteK ki az általatok nem értett szavak és kifejezések jelentését!
7. HozzáteK összefüggésbe a paragrafusban szereplő tananyagot az órán tanult információkkal!
8. Ha a szövegben vannak hivatkozások a korábbi paragrafusok tartalmára, olvassátok el azokat!
9. VégezzéteK el a paragrafus szövege alapján a készségeket fejlesztő feladatokat (a „Dolgozzunk együtt!” címszó)!

10. Ha bármilyen kérdésetek van, vagy érdekelnek benneteket a megvitatott témák, nézzétek meg a tanár által ajánlott további információforrásokat!
11. Annak érdekében, hogy a tananyagot biztosan elsajátítsátok és jól alkalmazzátok, igyekezzetek a téma és a paragrafusok címeit saját szavaitokkal értelmezni!
12. Ha nehézségeitek vannak, térjete vissza a paragrafus szövegéhez, olvassátok el újra a számotokra nem érthető részeket vagy az egész paragrafust! Segíti a szöveg jobb megértését, ha minél több kérdést tesztek fel magatoknak azokkal a részekkel kapcsolatban, amelyek értelmezése nehézséget okoz.
13. Amikor a szöveggel dolgoztok, ne feledjétek, hogy ez az az ismeretanyag, amely alapján kialakul a világnézetetek és az erkölcsi képességeitek! Jogotok van levonni a saját következtetéseiteket a vizsgált anyaggal kapcsolatban.
14. Végezzétek el a feladatokat, és válaszoljátok meg a paragrafus végén található kérdéseket a tanároto által adott utasításoknak megfelelően!

HOGYAN DOLGOZZATOK PÁRBAN?

1. Válasszatok társat!
2. Ismerkedjete meg az elvégzendő feladat tartalmával! Ha nem értitek, beszéljéte meg a társatokkal, vagy kérjete segítséget a tanártól!
3. Dolgozzátok fel a feladathoz javasolt anyagot!
4. Beszéljéte meg a feladattal kapcsolatos gondolataitokat a társatokkal! Ne szakítsátok félbe egymást! Ne akarjátok ráerőltetni véleményeteket a társatokra! Ha nem értitek a véleményét, kérjete indoklást vagy magyarázatot!
5. A megbeszélést követően az egyik partner bemutatja a közös megoldást.

HOGYAN DOLGOZZATOK KIS CSOPORTBAN?

1. Alakítsatok csoportot, és osszátok ki a feladatokat! Válasszatok valakit, aki tájékoztatja az osztályt a csoport munkájának eredményeiről!
2. Olvassátok el a feladatot, amelyet el kell végeznetek!
3. A csoporttagoknak kiosztott felelősségi köröknek megfelelően végezzétek el a feladatot! Ne feledjétek, legyetek türelmesek a többiek véleményével szemben, és vállaljatok közös felelősséget a csoport munkájáért!
4. Mutassátok be a feladat eredményét az osztálynak! Ha eltérőek a vélemények, közöljétek azokat!
5. Töltsétek ki a csoportmunka értékelő lapját!

A csoportmunka értékelő lapja

Minden feladatot 0 és 2 pont között értékeljétek!

S/sz.	Értékelési kritériumok	Pontok
1	Tevékenyen részt vettetek a csoport munkájában	
2	Megfelelő javaslatokat tettetek, amelyeket a csoport figyelembe vett.	
3	Támogattátok a csoport többi tagját azzal, hogy munkára ösztönöztétek őket.	
4	Teljesen új ötletekkel álltatok elő, amelyek a többieknek tetszettek és értékelték	
5	Sikeresen összefoglaltátok a többiek ötleteit, és ezzel előmozdítottátok a csoport munkáját.	
6	Beszámoltatok az osztálynak a csoportmunka eredményeiről.	

HOGYAN KELL BESZÁMOLÓT KÉSZÍTENI? (SZÓBELI VAGY ÍRÁSBELI ELŐADÁS ÉRVEKKEL)

1. Olvassátok el a tankönyvben azt az anyagot, amelyről érvekkel alátámasztott beszámolót/előadást kell készíteni!
2. Készítsetek egy tájékoztató vázlatot a történethez!
3. Válasszátok ki azokat a forrásokat, amelyeket a történet elkészítéséhez használni fogtok!
4. Dolgozzátok fel a forrásokat, és ha szükséges, módosítsátok a beszámoló tájékoztató vázlatát!
5. Írjátok le a beszámoló tartalmát vagy főbb pontjait a szóbeli előadáshoz!
6. Ügyeljete arra, hogy előadásotok következetes, logikus és ésszerű legyen!
7. Ha szükséges, válasszátok szemléltető anyagokat, diákat a beszámoló főbb pontjainak vizuális szemléltetésére!
8. A beszámoló előadásakor ne feledkezzetek meg a helyes fogalmazásról és az érthető beszédről!

HOGYAN KÉSZÍTSÜNK TANULMÁNYI PROJEKTET?

A **tanulmányi projekt** egy adott probléma önálló, mélyreható tanulmányozása, a munka eredményeinek későbbi bemutatásával (megvédésével).

1. Felkészülés a projekt elkészítéséhez.
2. A téma kiválasztása.
3. A projekt céljának és feladatának meghatározása.
4. Információkeresés különböző módszerekkel.
5. A projekt feladatainak teljesítése.
6. Felkészülés a projekt megvédésére.
7. A projekt megvédése.
8. A projektmunka eredményeinek elemzése.

HOGYAN FOLYTASSUNK VITÁT?

Vita — valamely ellentmondásos kérdés, probléma megbeszélése, amelynek során különböző, gyakran ellentétes álláspontok ütköznek.

1. Az elméletet kell kritizálni, nem pedig azokat az embereket, akik ezeket elmondják.
2. A vita célja nem a győztes megállapítása, hanem a megegyezés.
3. A vita minden résztvevőjének részt kell vennie a kérdések megtárgyalásában.
4. Mindenkinek ugyanolyan joga és lehetősége van a véleménynyilvánításra.
5. A felszólalásokat a tanár engedélyével, szervezeten kell megtartani.
7. A vita során a résztvevők a tények és érvek hatására megváltoztathatják álláspontjukat.
8. A vita során össze kell foglalni az időközi és a végleges eredményeket.

TÁJÉKOZTATÓ TERV A TANULÓ VÁLASZÁNAK ÁTTEKINTÉSÉRE

Az osztálytársak válaszának elemzésekor célszerű a következő szempontokat figyelembe venni.

1. A tananyag teljes és hibátlan ismertetése.
2. A fő gondolatok és fogalmak megértése és megfogalmazásuk képessége.
3. A szemléletesség és érzelmi képesség szükségessége.
4. Megfelelő fogalmak és kifejezések használata a téma kifejtése során.
5. Megfelelő példák használata és azok célszerűsége.
6. Következetes és logikus válasz.

TARTALOM

ELŐSZÓ	3
BEVEZETÉS	
1. §. Az erkölcs. Az etika	5
Az erkölcsi készségek fejlesztése	13
I. FEJEZET. AZ EMBER EGYEDISÉGE ÉS UTÁNOZHATATLANSÁGA	
2. §. Hogyan válik az ember személyiséggé?	17
3. §. Az ember életének értéke. Az ember méltósága	26
4. §. Az ember erényei. A világnézet szerepe a személyiség kialakulásában	32
5. §. Az ember szükségletei, igénye és érdeke	38
Az erkölcsi készségek fejlesztése	43
II. FEJEZET. A TÁRSALGÁS SZEREPE AZ EMBER ÉLETÉBEN	
6. §. Mi a társalgás, és hogyan befolyásolja az ember egészségét, biztonságát és jólétét?	45
7. §. Hogyan zajlik a társalgás?	51
8. §. A beszéd művészete. A virtuális kommunikáció jellemzői és kockázatai	58
9. §. Agresszivitás a kommunikációban. Zaklatás és internetes zaklatás	64
Az erkölcsi készségek fejlesztése	71
III. FEJEZET. AZ EMBER ÉRZELMEINEK ÉS ÉRZÉSEINEK VILÁGA	
10. §. Az érzelmek és az érzések	73
11. §. Az érzelmek az ember életében	79
12. §. Az érzések és a tettek közötti kapcsolat. A hazaszeretet	83
Az erkölcsi készségek fejlesztése	87
IV. FEJEZET. AZ EMBER FEJLŐDÉSE ÉLETE SORÁN	
13. §. Az ember személyiségének fejlődése	89
14. §. Hogyan érik el az emberek életcéljukat?	97
15. §. Sikerek és kudarcok az ember életében	105
16. §. A tapasztalat az ember életében	111
Az erkölcsi készségek fejlesztése	116
SZÓTÁR	118
A KÜLÖNBÖZŐ TÍPUSÚ MUNKÁKRA VONATKOZÓ VÁZLATTERVEK	122

Tájékoztatás a tankönyv használatáról

S/ sz.	A tanuló családneve és utóneve	Tanév	A tankönyv állapota	
			az év elején	az év végén
1				
2				
3				
4				
5				

Навчальне видання

МАРТИНЮК Олександр Олександрович
ГІСЕМ Ольга Олександрівна

ЕТИКА

**Підручник для 5 класу з навчанням угорською мовою
закладів загальної середньої освіти**

Рекомендовано Міністерством освіти і науки України

Переклад з української мови
Перекладач Габор Вільмошович Ковач
Угорською мовою

Видано за рахунок державних коштів. Продаж заборонено

Підручник відповідає Державним санітарним нормам і правилам
«Гігієнічні вимоги до друкованої продукції для дітей»

Редактор *М. В. Короденко*. Технічний редактор *О. В. Христенко*.
Художнє оформлення *В. І. Труфена*.

Комп'ютерна верстка *К. О. Соболева-Зоркіна*. Коректорка *Є. С. Сабов*.

Формат 70×90/16. Папір офсетний. Гарнітура Шкільна.
Друк офсетний. Ум. друк. арк. 9,360. Обл.-вид. арк. 12,54.
Наклад 1856 пр. Зам. № 23-12-0603

ТОВ Видавництво «Атлант»

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 7928 від 08.09.2023.
Адреса редакції: 02095, м. Київ, вул. Княжий Затон, 9а, офіс 369.
E-mail: atlant_publishing@ukr.net.

Віддруковано у ТОВ «ПЕТ», вул. Максиміліанівська, 17, м. Харків, 61024.
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи серія ДК № 6847 від 19.07.2019.