

#### 4. Ki vagyok én?

##### Honnan hová:

Az önmeghatározás, identitás keresésében a „Ki vagyok én?” kérdéstől az Istené vagyok,

hozzá tartozom, Benne találok meg magam” válaszig szeretnénk eljutni.

##### Célrendszer

Téma	Hangsúly	Kognitív	Affektív	Pragmatikus
Ki vagyok én?	Istené vagyok, és ez jó nekem.	Az ember teremtmény. Az Istennel megromlott kapcsolat Krisztusban állt helyre.	Arra való rácsodálkozás, hogy Istenhez tartozom, az Ővé vagyok.	Mi a feladatom, küldetésem a világban, mit jelent, hogy felelős vagyok magamért, a tetteimért?

##### Óravázlat

- Ha erre a témára több idő is van, a bevezető órát eltölthetjük feladatokkal, játékokkal, amik a téma felé vezetnek.

A Feladattár 3-4. feladatait érdemes előtte házi feladatként feladni:

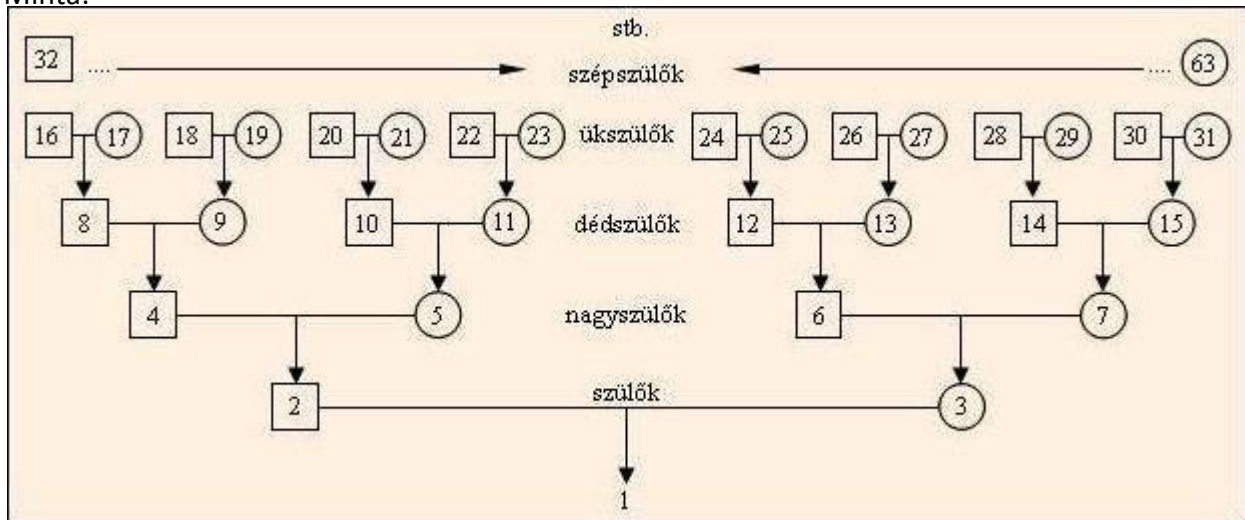
- *3. feladat: „Készítsetek családfát 3 generációra visszamenőleg! A világhálón több családfa - készítési módszer és modell is található. Érdemes a rokon kapcsolatokra is hangsúlyt fektetni, illetve az esetleges ismétlődéseket megfigyelni. Vizsgáljátok meg a családban visszatérő jelenségeket, pályaválasztást, esetleg válást, stb.!”*

Érdeemes egységes jelekben megállapodni az elején. Pl.:



Esetleg oda lehet írni a keresztnévek kezdőbetűjét, a születési és/vagy halálozási dátumot.

Minta:



a nőnek: O a jele, a férfinak:

Forrás:

[http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/8/8d/Geneal%C3%B3giai\\_sz%C3%A1moz%C3%A1s\\_Kekul%C3%A9\\_szerint.jpg](http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/8/8d/Geneal%C3%B3giai_sz%C3%A1moz%C3%A1s_Kekul%C3%A9_szerint.jpg)

- 4. feladat: „Milyen vagyok? Kérj visszajelzést magadról! Egy pozitív és egy negatív tulajdonságot kell összegyűjteni saját magadra vonatkozóan:
  - a. egy családtagtól
  - b. egy osztálytárstól
  - c. egy baráttól vagy a szerelmedtől
  - d. egy tanárodtól
  - e. egy idegentől (akit nem ismersz)
  - f. saját magadtól

Írd össze a kapott információkat egy táblázatba! Figyeld meg,

melyek a közös vonások!”  Motivációs feladat:

- A lecke elején található „Elmélkedés” című egység alapján kezdeményezzünk beszélgetést arról, milyennek is látják magukat a tanulók.
- „Mi lennél, ha... lennél” játékkal is bevezethetjük a tanórát. (Egészítsük ki a mondatot pl. Mi lennék, ha ház lennék? ! Pl. kis kunyhó a hegyek közt, vagy családi ház egy tó partján, stb.) Ezt a játékot sokféle tárggyal, állattal lehet játszani. Érdekes lehet megfigyelni, hogy milyen hangulatú, színű, anyagú és formájú tárgyhoz, milyen értékű dolgokhoz hasonlítják magukat!
- Kezdeményezzünk beszélgetést, akár vitát arról, hogy mi alapján határozzuk meg önmagunkat! Honnan kapunk választ a „Ki vagyok én?” kérdésre? Külső vagy belső – objektív vagy inkább szubjektív... A vita álláspontjai, ütköztethető véleményei lehetnek a következők például:

- Az vagyok, aminek látszom. Ez alapján döntenek el mások, erre kell nekem is figyelnem.
  - Az vagyok, ami belőlem fakad. Mindenki fogadja el, amilyen vagyok, amilyennek születtem. Minél ösztönösebben élek, annál jobban az vagyok, aki vagyok.
  - Minden ember mérhető objektív mérce szerint él. Ezek a szempontok (pl. teljesítmény, célok elérése, stb.) határozzák meg, ki milyen ember.
  - A kapcsolataim minősége és mélysége árulkodik arról, ki is vagyok valójában.
- Kiscsoportos munka: osszuk ki a „Kapcsolódó Ige” részben felsorolt Igéket a csoportoknak. A feladatuk, hogy arra keressék a választ az adott szakaszból, mit tanít Szentírás az emberről (például halandó, teremtmény, isteni vonásokkal rendelkezik, szabad, törékeny, ingatag, stb.). Osszák meg az egyes csoportok, mire jutottak!
  - Tanári közlés az ember istenképűségéről, teremtett állapotáról.
  - Kérdve kifejtő módon keressék a választ a vallástanár vezetésével arra a kérdésre, hogy miért szorul megváltásra az ember!
  - Egyéni munka: mindenki foglalja össze 3-4 mondatban a maga számára, hogyan segíthet a döntéshelyzetekben az, ha meg tudom fogalmazni: ki vagyok én! Osszák meg a csoportban ebből azt, ami megosztható!

### Énekjavaslat

8. zsoltár, 467. dicséret

### Valláspedagógiai, teológiai háttér:

- A fiataloknak a serdülőkorban központi kérdés az önmeghatározás. Közösségben ugyanakkor nem biztos, hogy ezeket a kérdéseket nyíltan felteszik. Az önmeghatározás kérdése egyébként is a közösség részeként, illetve a közösségben elfoglalt szerep mentén történik. Más-más mélységben tehetik fel az egyes tanulók ezt a kérdést maguknak, hiszen nem biztos, hogy ugyanott tartanak a fejlődésben.
- Valláspedagógiai kihívás a fiatalok önképének, önértékelésének erősítése. Az önértékelést a következő módon határozhatjuk meg: „Az énfogalom az, amit a selfünkről gondolunk, az önértékelés pedig a self<sup>1</sup> pozitív vagy negatív értékelésének érzése.”<sup>2</sup> Az önértékelést leginkább azokból az állításokból lehet

<sup>1</sup> részletesebben:

[http://www.google.hu/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCAQFjAA&url=http%3A%2F%2Fpecspszi.uni.hu%2Fii\\_aves\\_anyagok%2Fstern\\_selfemelet.doc&ei=fmJGU\\_3GOs-17AaGy4AQ&usg=AFQjCNFydkRTHbD07szL\\_GNSZ-35L5puw&bvm=bv.71126742,d.ZGU&cad=rja](http://www.google.hu/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCAQFjAA&url=http%3A%2F%2Fpecspszi.uni.hu%2Fii_aves_anyagok%2Fstern_selfemelet.doc&ei=fmJGU_3GOs-17AaGy4AQ&usg=AFQjCNFydkRTHbD07szL_GNSZ-35L5puw&bvm=bv.71126742,d.ZGU&cad=rja)

<sup>2</sup> Smith & Mackie: Szociálpszichológia. 208.p.

vizsgálni, amelyek az egyén értékességére, elégedettség érzésére utalnak. „Az önértékelést nagymértékben befolyásolják a self pozitív észlelésére irányuló pozitív motivációk. Ezek a motivációk az énvédő torzításokon keresztül számos, a selfre vonatkozó gondolatunkat és érzelmünket színezik.”<sup>3</sup>

Az önértékelés szempontjából a stabilnak mondható ember jól tud alkalmazkodni, tisztában van saját jó tulajdonságaival, és érzi, hogy környezete elfogadja őt. Szociális helyzetekben jól reagál, és jól érzi magát mások társaságában. Nem rendeli alá kényszeresen saját akaratát egy csoport akaratának. Az értéktelenség, elutasítottság, elidegenedés érzése nem határozza meg életét.<sup>4</sup>

Az ember önértékelésének legmeghatározóbb tényezőit a környezetéből érkező visszajelzések, értékelések alapján határozza meg: „az vagyok, akinek mások mondanak.” Rogers szerint a pozitív értékelések nagyban meghatározzák azt, hogy magunkat is el tudjuk-e fogadni vagy sem. A pozitív értékelés egyébként lehet feltétel nélküli, de bizonyos feltételekhez kötött is. A szeretet egy tipikusan pozitív értékelés, mely a környezetünktől érkezik hozzánk, és legtöbbször ez is bizonyos feltételekhez kötött. Ha aszerint cselekszünk, amit mások pozitív feltételeként szabnak, akkor ez akár saját belső értékeinket, kívánságainkat is felülírhatja. Ha hosszú időn át feltételeket állítanak velünk szemben, mi magunk is képesek leszünk értékfeltételeket állítani saját magunk számára. Ennek eredményeként csak akkor fogadjuk el magunkat, ha megfelelünk ezeknek. Ennek révén alakul ki a feltételhez kötött önértékelés.<sup>5</sup>

Az önértékelés fejlődését a mindennapokban leginkább a siker és kudarc dinamikája formálja. Ezek aránya az életünkben meghatározza az önértékelésünk „előjelének” alakulását. A kudarc kezelésére a legkülönbözőbb módszerek (kognitív disszonancia<sup>6</sup>, elhárító mechanizmusok, stb.) állnak rendelkezésre. A siker és kudarc objektív megítélése helyett az egyén a rá jellemző, számára bevált módon reagál az őt ért hatásokra (ezeket a módokat megküzdési stratégiáknak nevezzük). Ezek a reakciók, illetve a sikerre / kudarcra adott válaszok befolyásolják az önértékelés alakulását.<sup>7</sup> „Önmagunkat a napi sikerek és kudarcok segítségével, valamint a másokkal való összehasonlításokon keresztül értékeljük. (...) Az értékelés ezen forrásai közül bármelyiket torzíthatjuk az önértékelés javítása érdekében.”<sup>8</sup>

A serdülőkorban lezajló változások az identitásfejlődés szempontjából különösen is nagy hatással vannak a felnőtt emberre. Bár az én fejlődése

---

<sup>3</sup> I.m. 250.p.

<sup>4</sup> Atkinson & Hilgard: Pszichológia. 562. p.

<sup>5</sup> Carver & Scheier: Személyiségpszichológia. 378-379. p.

<sup>6</sup> Belső feszültség, amit egy – eddigi tapasztalatunknak ellentmondó – új információ vált ki.

Az a konfliktusos állapot, amelyet átélünk, miután olyan döntést hoztunk, amely korábbi véleményünkkel, érzelmeinkkel és értékeinkkel ellentmondásban áll. (Forrás:

[http://idegenszavak.hu/kognit%C3%ADv\\_disszonancia](http://idegenszavak.hu/kognit%C3%ADv_disszonancia))

<sup>7</sup> I.m. 384.p.

<sup>8</sup> Smith & Mackie: I.m. 251.p.

élethosszig tartó folyamat, a serdülőkor és az ifjúkor különösen fontos szakasza ennek a változásnak: a gyermekkori és felnőttkori közötti átmenet feszültségében kell az egyénnek újra és újra meghatározni saját magát. Ebben az életkorban megy át az énkép<sup>9</sup> a legnagyobb változáson, ami az önértékelés/önbecsülés szempontjából a legfontosabb része a személyiségnek. Az énkép a következő összetevőkkel írható le:

- kognitív komponens: tudatos válasz a „Ki vagyok én?” kérdésre
- affektív komponens: az egyén saját magára vonatkozó pozitív vagy negatív értékelése
- cselekvésszabályozó komponens: az egyéni teljesítményre, hatékonyságra vonatkozó elvárások.

Ebben az életszakaszban nagymértékben **megnövekszik az egyén önmagára vonatkozó visszajelzése**. Saját magát „én vagyok...” kifejezéssel írja le, míg a gyermekkori korábbi szakaszaiban inkább szituációkhoz vagy különböző viselkedésekhez kötöten nyert értelmezést. Egyre inkább túlsúlyba kerülnek az énről vonatkozó leírásokban az intrapszichés elemek. Ezek az énről vonatkozó megállapítások **egyre logikusabbakká és megalapozottabbakká válnak a személyiség fejlődése során**. Az énképnek a különböző **szociális szerepekben működő differenciálódása** is megfigyelhető. Lassan már különbséget tud tenni az önmaga és a mások által róla alkotott képe között. Végül pedig megjelenik az énképben az időbeliség: milyen voltam, milyen vagyok és milyen szeretnék lenni. Az **énkép szervezettsége** is nagy fejlődésen megy keresztül a serdülőkorban. Ekkor kezdődik el a fejlődésnek az a kulcsfontosságú folyamata, melyben az ellentétes vagy annak látszó tulajdonságokat az egyén megpróbálja megérteni és (jó esetben) integrálni az énképébe. Az énkép ezáltal is egyre absztraktabb lesz, így a vonások, jellegzetességek egyre kevésbé szituációkhoz kötött viselkedések, inkább absztrakt tulajdonságok, jellegzetességek alapján írhatóak le az egyén számára.<sup>10</sup>

Az önértékelés/önbecsülés rendszerére nagymértékben hat ebben az életkorban (a serdülőkorban és az ifjúkorban) az a bizonytalanság. Ez a serdülőkor egyik legmeghatározóbb alapérzése. Szocializációs szempontból fontos megértenünk, hogy ugyanaz a személy ebből a bizonytalanságból fakadóan végtelenen, vagy ellentétesen láthatja és ítélni meg önmagát akár egy-egy nap különbséggel. Ennek a nagy **bizonytalanságnak, instabilitásnak** az egyik biológiai oka a **hormonális változás**. Ez hatással van az egyén affektív rendszereinek működésére. Másrészt a nagymértékű **függés jellemzi a kortárs csoport visszajelzéseitől**, értékelésétől, amely gyengítheti az én belső stabilitását.

Folyamatosan megkérdőjeleződhet mindaz, amit az egyén magáról gondol, így ez is instabilitáshoz vezet. A **folyamatos döntéshelyzetek**, amelybe a serdülő kerül, ugyancsak erősíthetik ezt az érzést. Ez az ifjúkorban a siker és kudarc dinamikájában hat az önértékelés folyamatára. **Az ellentmondások**, amelyeket a változások kapcsán a serdülő fiatal felismer magában, ugyancsak bizonytalanságot

---

<sup>9</sup> Pinquart, Martin und Silbereisen, Rainer K.: Das Selbst im Jugendalter. 75-76.p.

<sup>10</sup> Pinquart, Martin und Silbereisen. I.m. 76-79.p.

váltak ki belőle mindaddig, amíg azokat az ifjúkor során nem tudja megfelelően az énképébe integrálni. Mindezen bizonytalanságokat leküzdve ugyanakkor az ifjúkor során az egyén egy „magasabb státuszú”, stabilabb identitással nézhet szembe a felnőttkor kihívásaival. Ugyanakkor az identitás fejlődése további szocializációs folyamatok mentén folytatódik. Ez a „magasabb státuszú identitás” természetesen nem tekinthető egy kész, zárt, teljesen egységes identitásnak. A posztmodern hatások eredményeként (a már említett módon) sokkal inkább egy jól funkcionáló, koherens „patchwork identitás” alakul ki. A későbbi életkorokban is feltehetően szükség lesz még önmaguk akár teljes újradefiniálására, ami bizonyára alapvető hatással lesz identitásukra.<sup>11</sup>

- Bár az emberi identitás nem egyenlő az emberi teljesítménnyel és hasznossággal, mégis ebben a korosztályban már alapvetően megerősödött az iskolai és családi szocializációs folyamataik révén ennek az ellenkezője. Az igazi identitás az Istennel való kapcsolatban gyökerezhet, ennek felismerésére, elfogadására kell segítenünk a fiatalokat.
- A „töredezettség”, a „sosem vagyok kész” érzése/tudata alapvetően meghatározó az ifjúkorban és későbbi időszakban is. Ez a folyamatos fejlődéshez is vezethet, ugyanakkor az ember elveszettségét, a tökéletlenségének érzését is erősítheti. Mindez persze Istenhez is vezethet, hiszen Isten szeretete tehet teljessé; ezáltal fogadhatom el saját létem tökéletlenségét.
- A fiatalokban kialakulhat egy én-ideál, és gyakran idealizálnak másokat is. Isten felé is közeledhetnek úgy, mint egy ideális, tökéletes Lényhez, vagy ideális bizalmashoz. Az előbbi inkább a fiúkra, utóbbi inkább a lányokra jellemző. Ez egyébként egy későbbiekben is megmaradó különbségre utalhat: *az önmagában való Isten, és az értem való Isten*. Az egészséges az lenne, ha e két kép egyesítéséből adódna az istenkép. Vergote szerint az 14 és 19 éves kor között az érdeklődés a vallás iránt magától ébred a fiatalokban, de ha azt nem érik megfelelő hatások, biztatások, akkor háttérbe szorul, kialszik. A vallástanárnak tulajdonképpen csak a fiatal természetes egzisztenciális érdeklődésére kell reagálnia a megfelelő időben és módon.
- Az ember teológiai megközelítései:
  - 1.) **Az ember önmagán túli identitása: Istennel való identitás.** Amikor az emberrel találkozunk, akkor Isten lényével találkozunk, ezért nem lehet ítélni, ítéletet mondani a másik ember fölött.
  - 2.) **Az ember cselekvő és tevékeny, vagyis Isten az emberrel akar valamit, és az emberben hat.** A világ dolgai nem csak úgy alakulnak, hanem úgy alakulnak a dolgok, hogy az ember cselekszik. Vagyis Isten hat az emberben.
  - 3.) **Ember az, akiben Isten megmutatja magát mint teremtőt,** és saját dicsőségét mutatja fel.
  - 4.) **Az ember személyisége Istentől való.**

---

<sup>11</sup> Pinqart und Silbereisen: I.m.: 79-81.p.

- 5.) **Az ember nem más, mint Isten eljövendő országa.** Krisztus az igazi embert mutatja meg: milyen az, amikor eljön Isten országa. A keresztyén ember feladata Krisztusról tanúskodni.
- 6.) **Az ember történeti lény.** Az ember mint antropológiai jelenség egyben történet is.
- **TEOLÓGIAI ANTROPOLÓGIA: Az ember Istenhez való viszonyából,** és nem a teremtettségéből elfoglalt helyéből kiindulva beszél az emberről. Nemcsak arról beszél, hogy mi az ember, hanem egyszerre mind: kié az ember. (8. zsoltár) Az istenképűség maga is viszonyfogalom, Isten és ember-, illetve ember-ember viszonyban érzékelhető épsége vagy sérültsége.

### **Módszertani javaslatok**

- A bibliai antropológia általános kérdései is előtérbe kerülnek a téma kapcsán, legyünk érzékenyek ezekre! Az ember teremtettsége, istenképűsége, felépítése, szabadsága és természetesen a bűn kérdése is előkerülhet. Ezekben a területeken sok a félreértés, keveredhetnek különböző nézetek a református hitvallásos állásponttal. Emellett a témának van egy személyes oldala is. A családfa készítése során a fiatalok megnyílnak egymás előtt. Célszerű mindenkit megkérni, hogy készítse el, mert biztosan hasznos lesz a számára. Ugyanakkor fel kell készíteni a csoportot arra, hogy mikor megosztjuk egymással a családfakészítés során született felismeréseinket, megnyílunk egymás előtt, legyünk kellő tisztelettel és szeretettel egymás iránt!
- A második egységben a „Ki vagyok én?” témánál is kellő érzékenységgel kísérjük a munkát (pl. az ajánlott kollázs készítését)! Itt figyeljünk arra, milyen színeket, anyagokat használnak a tanulók! Az önreflexiónak és a bibliai értékek megjelenésének legyen tere! Egymás munkájának hosszas és részletes értékelésére nem célszerű sok teret adni, mert az könnyen komolytalan irányba sodorhatja a munkát!
- A lecke során fontos magunk számára jól meghatározni a fókusz: merről közelítjük a „Ki vagyok én?” kérdést, illetve mire szeretnénk helyezni a fő hangsúlyt. Az általános önismereti igény mellett az Istennel való kapcsolat fényében szemléljük ezt a kérdést. Ennek egy fontos eszköze a Szentírás. Ezzel a szemponttal lehet, hogy még nem, vagy nem elég konkrétan találkoztak a tanulók korábban.