

adósság, ott a gond — tartja a német közmondás. Kerüljük a részletfizetésre való vásárlást, mert az mindig többbe kerül. Gyűjtsük össze előzőleg a vételárat és lehetőleg mindig készpénzért vásároljunk. Gazdálkodásunkban legyünk bizakodók, adósságcsinálás előtt azonban inkább pesszimisták. Gondoljuk meg, hogy akinek nincs adóssága, az nem mehet tönkre. Ha azonban foglalkozásunk olyan természetű, hogy kölcsön nélkül nem folytatható, adósságot csak akkor csinálunk, ha olyan vagyontárgyaink vannak, amelyek bármily rossz körülmények közt is értékesíthetők annyiért, amennyi az esedékes tartozás rendezéséhez szükséges. Különösen óvakodnunk kell a spekulációtól: a tőzsdén való játéktól, mert a tőzsde éles kés s annak a kezét, aki nem ismeri a vele való bánásmódot, könnyen megvágja.

A könyv többi része a közgazdasági alapfogalmakat (termelés, tőke, munka, pénz, hitel) határozza meg és ismerteti világos, élvezetes stílusban; ezért azok a tanárok, akik a középiskolában közgazdaságtant tanítanak, különösen haszonnal forgathatják; a most ismertetett fejezetek pedig az ifjúságnak a tervszerű gazdálkodásra való ráneveléséhez vezető utat mutatják meg világosan.

Jirkovsky Sándor.

Hencz Ilona: Az iskolai szorongás és a lámpaláz. (Tanulmányok a Kir. Magy. Pázmány Péter Tudományegyetem pedagógiai szemináriumából: 7.) Budapest, 1941, 8-r., 74 l.

A szerző ifjúkorában maga is megismerkedett a szorongás lelkiállapotának legsúlyosabb formáival, de rövid kísérletezés után talált rá módot, hogy megszabaduljon gátlásaitól. Még akkor határozta el e tárgy tüzetes tanulmányozását.

Jól felépített művében mindenekelőtt a félelem különböző fajtáiról nyújt áttekintést. A félelem, ijedtség, rémület érzelmeiben az a közös vonás, hogy ismerjük félelmünk tárgyát. Ezzel szemben a szorongás érzelme az ismeretlennel s az abban rejlő esetleges veszéllyel szemben lép fel bennünk. Külön kell választani ettől az ú. n. izgatottságot. Ez a mások jelenlétében végzett önálló cselekvésnek természetes velejárója, s mivel összeszedettségre sarkal, többnyire kedvezően befolyásolja a teljesítményt.

Az ú. n. *iskolai szorongásban* (drukk, lámpaláz) ezeket az elemeket többé-kevésbé mindig megtaláljuk. Testi tünetei (görcsös szorítás, támaszték keresése, gyorsabb és erősebb érverés, heves szívdobogás, gyomorémelygés) a félelem tüneteivel azonosak. Lelki tünetei közül a szellemi és érzésszervi merevség a legfeltűnőbb.

Az iskolai szorongás okát elsősorban az *egyén* arravaló *hajlamosságában* találjuk meg. Ebben a vonatkozásban három típusos lelki természetéről beszélhetünk. Félénkség, önbizalomhiány, vagy fogyatékosági érzés jellemzi őket, mégpedig úgy, hogy kapcsolatosság, átmenet van típusaik között. Elfogultság, érzékenység, visszavonulás, gyakran szélsőséges viselkedés a félénk ember jellemzői; önálló ítélet s kezdeményezés hiánya az önbizalmat nélkülözőé; az viszont, aki valamely valóságos vagy képzelt fogyatékoságban

szenved, más területen igyekszik megtalálni kárpótlását, vagy elmenekül az ábrándok világába, vagy úgy akar magasabbra emelkedni, hogy a többieket igyekszik magához lerántani.

Az iskolai szorongás másik oka bizonyos *külső körülményekben* rejlik, így pl. abban, hogy a tanulónak erős érdeke fűződik teljesítményének eredményéhez. A megfigyeltség érzése, vizsgálatoknál az ünnepélyes külsőségek, az osztálytársak szorongásának szuggesztív fertőzése, a várakozás feszültsége, új iskolában a szokatlan környezet: természetes forrásai e gátlásos érzelmeknek. Súlyosbítják a helyzetet bizonyos tanári hibák. Ilyenek lehetnek a gúny és megszegyenítés alkalmazása, igazságtalanság, a hatalom és szellemi fölény érzetése, a kelleténél hangosabb szó, türelmetlen idegeskedés s az, ha a tanulót csak korholni tudjuk, dicséretben sohasem részesítjük. A tanuló viszont önmaga lesz okozója szorongásának, ha nem készül s e miatt lelkiismeretfurdalásai vannak, vagy ha az órák alatt figyelmetlen s így nem értheti, amit később emlékezetébe kell vésnie s be is kell gyakorolnia.

Külön fejezetben foglalkozik szerzőnk *a művészek lámpalázával*. Ez csak abban különbözik az iskolai szorongástól, hogy a művész helyzete és körülményei hatalmas méretűvé fejlesztik s így tünetei is jóval feltűnőbbek.

A lámpaláz hátterében álló »művészi érzékenység« elsősorban abban gyökerezik, hogy a művésznek érzelmei túlsúlyban vannak értelmi belátása felett. Érzékenységét neveltetése és életkörülményei is kifejlesztik. Mások elismerő hódolata, a folytonos versengés kényszerűsége, a lelkében kialakuló sikerimádat, erejét túlfeszítő elfoglaltsága, a mások róla való vélekedésének fontossága, a titkolódzás, melyre a miatt kényszerül, mert titkosságával (esetleg fiatalságával is) vonzania kell a közönséget, vagy az, hogy technikai készségének fejlődése nem mindig áll összhangban ráfordított munkájával, — ugyancsak előkészítik a talajt rettegett ellenségének, a lámpaláznak fellépéséhez.

Ezt követően szerzőnk az iskolai szorongásra vonatkozó *megfigyeléseinek és kísérletezéseinek eredményét* adja. A legkülönbözőbb iskolafajok 6 és 30 év közötti 1500 tanulóját figyelte meg. A nagyobbfokú gátlásban szenvedőket kiválasztotta s velük kikérdező vizsgálódást végzett. Végül az ú. n. Szondi-féle ösztöndiagnosztikai kísérleteket folytatta le. Sok fáradtsággal végzett vizsgálódásának adatai igazolják azt, amiről fentebb szölvünk, hogy t. i. hasonló lelki természet, illetőleg ösztönalkat jellemzi a szorongásra hajlamos tanulókat.

A mű végül *a szorongás gyógyításának* nehéz feladatával foglalkozik. Minthogy tudatalatti folyamattal s érzelmi állapottal van dolgunk, puszta értelmi meggyőződéssel vagy meggyőzéssel nem ellensúlyozhatjuk. Az egyetlen járható útnak az látszik, hogy a szorongást kiváltó cselekvéssel kapcsolatban igyekezzünk felkelteni kellemes benyomásokat.

Aránylag könnyebb az eset, ha mást akarunk meggyógyítani. Kisebbség csak fokozatosan növekedő feladatok elé állítva a tanulót, alkalmat keresünk arra, hogy megérdemelt dicséretben részesíthessük. Gyakori feleltetés-

sel a sikerszerzés alkalmait szaporítottuk s a feleléshez való szoktatással ennek izgalmaikat közömbösítettük.

Sokkal nehezebb önmagunkat gyógyítani. Itt csak arra szorítkozhatunk, hogy a [dologgal] a múltban esetleg kapcsolatban volt kellemes benyomásainkat igyekezzünk felidézni és szereplésünknek elsősorban kellemes oldalaira iparkodunk gondolni. Sok függ célkitűzésünknek helyes irányától is. Ne a hiba kerülését, hanem az elérendő sikert helyezzük figyelmünk középpontjába. Kellemes benyomásainkat valamely egyéb téren kínálkozó kis sikerek gyűjtésével is növelhetjük. Ellensúlyozza a rossz benyomást a cselekvés megismétlése, mert ez már többnyire sikeres lesz. Ha az ismétlés nem alkalmazható, bele kell nyugodnunk a balsikerbe. A legfontosabb, hogy ne szenteljünk figyelmet sem a szorongásnak, sem tüneteinek. Nagyon súlyos esetekben az orvos szuggesztív ráhatásához kell folyamodnunk. Ez általában eredményt hoz.

A baj tehát nem gyógyíthatatlan, bár gyógyítása nem könnyű dolog s épen az iskolákban nehezen valósítható meg. Mindenesetre könnyebb a bajt megelőzni, mint gyógyítani. A szigorú, de szeretettel teljes nevelés ehhez az egyetlen út. Tárgyilagosság és következetesség — tanítványaink javára és érdekében. Olyan iskolákban, ahol valamennyi tanárnak az a legfőbb elve, hogy a tanulóknak ne kellemetlen kötelesség, hanem öröm legyen az iskolabajlás, az iskolai szorongás úgyszólván ismeretlen.

A világosan tagolt, megfigyelésekkel és kísérletekkel gazdagon dokumentált, kellemesen megírt, érdekes dolgozatnak ez a bizakodást kifejező tétel a végső eredménye.

Kováts Gyula.

Horváth Kálmán (szerk.): Ifjúsági könyvtárjegyzék. I—II. A polgári iskolák, gimnáziumok, liceumok, stb. számára. Budapest, 1941 8-r., 72+300 l.

A korszerű szellemet sugárzó mai iskola belső életében az utolsó évtizedek mindent megváltoztattak. Átalakult az anyag közlése és feldolgozása, a módszer. Közvetlenebbé vált a tanár és a növendék viszonya, szívesebb a szertárak készlete, gazdagabb a folyosók szemléltető sorozata. Általában újszerű és lelkes kísérletek próbálják az ifjúság tökéletesebb kifejlését szolgálni. Csupán egy maradt érintetlen, poros és elnyűtt: az *ifjúsági könyvtár*. Mintha a világot hatalmas zivatarok meg sem rázták volna, a békeévek problémátlansága úgy terpeszkedik ma is benne s lassan elmerülő szigete lesz a megújuló iskola tengernyi küzdelmének. Ha egyik-másik kötet tartalmi szempontból értékállóbb, az elszaggatott példányoknak mégis lomtárszaguk van. Ennek a mai, dicséltelen állapotnak kettős oka van: 1. a legújabb ifjúsági irodalmi termés beszerzésének hiánya, 2. a könyvtár kiegészítése, állandó megújítása többnyire nélkülözi a szakértelmet. Ahol a beszerzést nem a tanári testület, hanem valamelyik központi szerv intézi, ott a jóindulatú dilettantizmus gyakran tekintélyes anyagi erőket pazarol el, bár lehetséges, hogy a nevelési áldozat jóval meghaladja azt a kárt, ami tanulóinkat ezzel érte.