

## Mentálhigiéné



### „Nekünk feladatunk, hogy az emberek igényét felkeltsük a mentálhigiéné szemlélet iránt”

- Beszélgetés Seifert Eszterrel, a Szolnok Városi Nevelési Tanácsadó vezetőjével és Berkes Annával, a tanácsadó munkatársával -

A Nemzeti alaptanterv koncepciója megkívánja, hogy a mentálhigiéné, a testi és lelki egészség problémaköre beépüljön majd az iskolai pedagógiai folyamatba. Ugyanakkor az az általános tapasztalat, hogy sok pedagógusból hiányoznak azok a kompetenciák, amelyek szavatolhatnák, hogy valóban testileg-lelkileg egészséges nemzedék nevelődjék iskoláinkban. A Szolnok Városi Nevelési Tanácsadó munkatársai foglalkoznak a pedagógusok és a tanulók mentálhigiénéjének problematikájával. Figyelemre méltó, mit tapasztaltak, miként látják a kapcsolódó problémák okait és az elmozdulás esélyeit.

#### „... a hallgatók nem kapják meg az alapvető mentálhigiéné képzést”

*Seifert Eszter:* Az iskolai mentálhigiénével kapcsolatban elsőként a pedagógusképzést érintő tapasztalataimról szólnék. S most nem is szakmai, hanem közvetlen emberi élményeim idéződnek fel. Számos tanítóképzőbe, tanárképzőbe vagy egyetemre járó fiatal tölti nálunk a gyakorlatát, illetve gyűjt anyagot a szakdolgozatához. Egy negyedéves szegedi hallgató például a problémás gyerekekről akart szakdolgozatot írni. A beszélgetés során kiderült, hogy fogalma nincs általában a gyerekről, nemhogy a problémás gyerekről. Elmesélte azt is, hogyan jutott a pedagóguspályára. Problémamentesnek mondható családi háttérből, sima iskolai karrier után azonnal bekerült a felsőoktatásba, jól levezgázott, és most negyedévesként szakdolgozatot ír a problémás gyerekről. Felmerült bennem a kérdés, vajon mit fog kezdeni a jövődő kolléga egy peremkerületi vagy egy lakótelepi iskolában, de akár egy átlagos városi iskolában. Hacsak nincs valami veleszületett készsége, akkor egy tanéven, esetleg már egy féléven belül gyomorgörcsökkel fog küszködni, félve megy majd be az osztályba. Hiszen nem rendelkezik azokkal az eszközökkel, amelyek segítségével legalább elméletileg felkészülhetne a felmerülő problémahelyzetek kezelésére, törvényszerű tehát, hogy zsákutcába, de legalábbis nagyon nehéz helyzetbe fog kerülni, és rendkívül nehéz dolga lesz. A pedagógusképzés egyik nagy hiányossága, hogy a hallgatók nem kapják meg az alapvető mentálhigiéné képzést, kikerülve a felsőoktatás keretei közül nem szereznek elegendő ismeretet például a gyerek személyiségéről, a családsterkezetéről, a devianciáról.

Rendkívül gyatra a humán foglalkozásúak, ezen belül a pedagógusok önismertete. Ez is a képzés felelőssége. Elvértve tesznek kísérletet egyes képzőintézmények

e hiány pótlására. Tisztában vagyok azzal, hogy nehéz megszervezni egy-egy évfolyamon, egy-egy szemináriumi csoporton belül egy önismereti csoportot. Az illetékes kollégákkal sokszor beszélgettünk arról, vajon mi sült ki abból, ha egy fél évfolyam lehetne egy önismereti csoport. Kétlem ugyanis, hogy el tudna igazodni mások problémáiban, illetve képes lenne hatékonyan kezelni ezeket az olyan ember, aki saját magát sem ismeri.

Megint egy egészen friss élményem jut eszembe. Nemrégiben, amikor Beregfürdőre, a humánfoglalkozások találkozójára mentünk, a buszon véletlenül egy pesti kolleganő mellé ültem le. Ő mesélte, hogy részt vesz egy világbanki programban, amelyen belül önismeret- és személyiségfejlesztő tréningek is vannak, és ezeket pedagógusok csinálják a gyerekekkel. Vajon hogyan csinálják, ha – önhibájukon kívül – nem rendelkeznek az ezekhez nélkülözhetetlen ismeretekkel?

Mai világunkban a szükségletek hierarchiájának legalján található legalapvetőbb szükségletek sincsenek igazán kielégítve. Valóban nagyon nehéz kérdés, mennyire tud lelkileg egészségesen foglalkozni a gyerekekkel az olyan pedagógus kolléga, akinek személyes gondjai vannak, és ráadásul hiányoznak a foglalkozáshoz szükséges eszközei, aki nem készült fel igazán erre a munkára. Mi, a korábbi években, amikor még nem csináltuk ennyire koncentráltan a prevenciót, próbáltunk esetismertető csoportokat, pedagógus konzultációs napokat szervezni. Szinte törvényszerű volt, hogy a problémákat hátrították a kollégák.

### **„A mézesmadzag végül is a CHEF-program lett...”**

*– Ez azt jelenti, hogy ebben a vonatkozásban ellenállást tapasztaltatok a pedagógusok részéről?*

*Berkes Anna:* Feltétlenül, hiszen akkoriban a kollégák nem jöttek el az ilyen típusú rendezvényeinkre. Ezért kellett megtalálnunk azokat a módszereket, amelyekkel be tudjuk csalogatni őket a házba. Ez már maga fontos tényező, hogy ide jöjjenek be, és ne a képzés menjen ki, mert ha kimegy a mentálhigiénés jellegű képzés az iskolába, akkor ott már egy erre a célra szerintem alkalmatlan környezetbe kerül.

*A mézesmadzag végül is a CHEF-program lett,* amelyre a drogprevencióval foglalkozva bukkantam rá. E program célja olyanná fejleszteni a gyerek személyiségét, hogy később ne legyen szüksége drogok vagy bármely más szerek használatára. Az a pedagógus, aki egy picit is innovatívan gondolkodik, nagyon örül minden olyan kész programnak, amely közvetlenül hasznosítható a munkájában. Valószínűleg ezzel magyarázható, hogy a CHEF-program révén elindulhatott az a folyamat, amelynek során ebben a tanévben ugrásszerűen megnőtt a rendezvényeinken részt vevő pedagógusok száma. Meg vagyok győződve arról, hogy nálunk a CHEF-programnak köszönhetően ébredt fel a kollégák jelentős részében az igény, hogy a mentálhigiéné területén is fejlődniük kell. Hiszen ha nem tudok valamiről, akkor nincs is igényem rá. Dédanyáink például még nem tudták, hogy a mosógép hasznos szerkezet, s így fogalmuk nem volt róla, hogy igényük is lehetne rá.

Alapelvünk az, hogyha a pedagógusok képesek önmagukat ilyen irányban fejleszteni, akkor ennek hatása kisugárzik a gyerekekre, sőt azokra a kollégákra is, akik egyelőre még nem jönnek el hozzánk. Szolnok 1500 pedagógusának körülbelül 10%-a jutott el a programjainkra. Nem egy és nem is két esetben tapasztaltuk, hogy olyan kollégában, akiről tudtuk, hogy rendkívül konzervatív

szemléletű, ráadásul a nyugdíj előtt álló korosztályhoz tartozik, az itteni munka hatására jól érzékelhető attitűdbeli változás zajlott le.

### **„...mindenkihez meg kell találni a kulcsot”**

– *Úgy látjátok tehát, hogy konzervatív pedagógusok is lehetnek vevők a programjaitokra? A konzervativizmus vajon összeegyeztethető-e a mentálhigiéné gondolkodással és azzal a kooperatív szemlélettel, amelyet a tréningek hordoznak? Természetes dolognak tekinthető-e, hogy egy konzervatív pedagógus azonosuljon ezzel a gondolkodásmóddal?*

*Berkes Anna:* Szerintem természetes, csak *mindenkihez meg kell találni a kulcsot*. Éppen úgy, ahogy a pedagógusnak meg kellene találnia a harmincötös osztályában külön a kulcsot minden egyes gyerekhez. Ez ebben a munkában is iszonyatosan nehéz, de állítom, hogy nem lehetetlen. Pályafutásom alatt, a sok száz kolléga közül, akikkel találkoztam, alig néhány akadt, akihez – legalábbis az én kulcsaim – biztosan nem lennének jók.

Körülbelül egy fél évvel ezelőtt fogalmazódott meg bennem válasz arra a kérdésre, hogy miért ilyen nehéz az ilyen jellegű mentálhigiéné képzésekre, az ezzel a témával foglalkozó beszélgetésekre behozni az embereket. Amikor a felső-oktatásból kilépő pedagógus belép egy osztályba mint osztályfőnök, tanár, tanító, esetleg egy gyereksportba mint óvónő, valójában sajátos hatalmi helyzetbe kerül. Egyedül uralkodó hatalomként képviseli az okosságot, a szépséget, mindenfajta értéket. Hogyha az ember ebben a közegben ledolgozik tíz-tizenöt évet – én ezt saját magamon is tapasztaltam –, akarva akaratlanul is változik a személyisége. Mivel én mindig olyan helyzetben vagyok, hogy az én szavam a döntő, legyen szó oktatási ismeretről, nevelési szituációról, problémahelyzetek megoldásáról, ösztönösen eljuthatok odáig, hogy úgy érzem: nálam kompetensebb személyiség iskola-ügyben nem létezik. S amikor itt mi a pedagógust szembesítjük azzal, hogy a problémás gyerek esetleg éppen azért problémás, mert iskolai ártalomban szenved, és azt az iskolai ártalmat én, te, ő, a másik, a harmadik okozzuk, akkor ő éppen ebben a szerepkörben rendül, sérül meg.

### **„...nehéz elfogadni és nyíltan beismerni, hogy mégsem vagyok olyan kompetens, amint azt képzeltem magamról”**

– *Úgy gondolod, hogy a pedagógusok egy része azért motiválható nehezen az ilyen jellegű rendezvényekre, mert fél szembesülni saját gyarlóságaival?*

*Berkes Anna:* Ez így van. Abban a szerepkörben, amelyben én pedagógusként hiszem magam, nehéz elfogadni és nyíltan beismerni, hogy mégsem vagyok olyan kompetens, amint azt képzeltem magamról. Ugyanakkor az önismeret-fejlesztő tanfolyamokon azt látva, hogy a másik és a harmadik kolléga is küszködik, sőt ugyanazokkal a problémákkal küszködik, mint én magam, könnyebben eljutok arra a pontra, hogy nyíltan is vállaljam saját tökéletlenségemet.

*Seifert Eszter:* Ide kapcsolódik egy másik tapasztalatunk is. Rendkívül nehéz elfogadtatni a kollégákkal, hogy nem az a jó pedagógus, aki minden gyereket mindig egyformán és folyamatosan szeret. Nem az a jó nevelő, aki minden nevelési helyzetet meg tud oldani. És nem csak a főiskolán verték ezt belénk, hanem ebben

a szemléletben nőttünk fel. Az előbb említett negyedéves hallgató is ugyanilyen pedagógusmodellel találkozott az általános és a középiskolában, ebben a tudatban került a felsőoktatásba, és ha nem tapasztal meg a képzés során másfajta élethelyzeteket, ugyanezt a gyakorlatot folytatja majd tovább.

– *Tehát tovább játssza, legalábbis próbálja játszani a csalhatatlan, a mindig dönteni kész és dönteni tudó pedagógus szerepét.*

*Seifert Eszter:* Ez iszonyú túlkövetelés a pedagógusokkal szemben, mégis gyakran így gondolkodnak a kollégák. Korábban például, amikor még léteztek a korrekciós osztályok, ezek hozzánk tartoztak. Nagyon sok beszélgetés eredményeként tudtuk csak elérni, hogy a korrekciós csoportokban dolgozó nevelő szembe merjen szállni az igazgatójával. Ha esetleg úgy döntött, hogy Pistikét nem engedi át az év végén, könnyen megkaphatta az igazgatójától vagy az első osztályokban tanító többi kollégájától, hogy „mit csinálsz te azzal a tíz gyerekekkel, nekem harmincat kell fejlesztenem, és lám, ezt a helyzetet megoldom, te bezzeg a tízzel sem tudsz boldogulni”. S akkor a nevelőben valóban felmerült, hogy milyen pedagógus is lehet ő, ha az adott problémát nem képes megoldani. Holott egyáltalán nem erről van szó. Az adott gyerekek egy sereg hátránnyal kerültek be az osztályába, és ő a tudása legjavát adva annyit ért el, hogy az óriási hátrányból a tanév során kisebb hátrány lett. Ezt egy pedagógus többnyire nem éli meg sikerként.

### **„Az volt a csoda, hogy az ember néha tudta, hogy ki is ő, és mennyit ér”**

– *A létező problémák két okára is következtetni lehet a szavaitokból. Az egyik a hierarchikus tudat, amely esetenként azt sugallja, hogy én, a pedagógus, a gyerek fölött állok, tehát csalhatatlan, szép, jó és okos vagyok, aki ráadásul olyan tökéletes, hogy képes minden gyereket egyformán szeretni. A főnök azonban egy még magasabb grádicson áll a hierarchiában, vele nem lehet, nem érdemes beszélni. A másik ok, amire utaltatok, a pedagógusok nagy részére jellemző önértékelési zavar.*

*Berkes Anna:* Gondolj bele, hogy nem túl régen még nemcsak az igazgatónak kellett megfelelni, hanem a párttitkárnak, a szakszervezeti titkárnak meg a szakfelügyelőknek is. Az volt a csoda, hogy az ember néha tudta, hogy ki is ő, és mennyit ér. Kellott hozzá vagy 10-15 év gyakorlat, mire eljutottunk odáig, hogy ha valaki bejön az órára, akkor az ő elvárása szerinti órát tartunk. S kellett egyfajta bátorság is ahhoz, hogy amikor végre mindenki elment, becsukjam az ajtót, és tegyem a dolgom úgy, ahogyan én gondolom.

– *Sajátos tudathasadásos állapot volt ez. De mára ezek a külső elvárások elhalványultak. Most hogyan állunk a jelzett problémákkal: a hierarchiával, az önértékeléssel? Milyen tétje van jelenleg ezeknek a mentálhigiéné irányultságú képzéseknek?*

*Berkes Anna:* Nekem mint volt gyakorló pedagógusnak az a véleményem, hogy elsősorban bátorra kell tenni a pedagógust. Képessé tenni arra, hogy elfogadja: én ennyit tudok, és ennek ez az eredménye. Akkor is, ha ez nem a külvilág vagy a vezetés által elvárt szint. Tehát a személyiség megerősítése, a saját hiányosságok felismerése, annak elfogadása, hogy én mindezzel együtt vagyok, aki vagyok.

## „Nekünk feladatunk, hogy az emberek igényét felkeltsük...” Mentálhigiéné

*Seifert Eszter:* Téged hallgatva az a kérdés fogalmazódott meg bennem, hogy vajon mi dolga egy tanárnak a diákok képzése során, illetve messzebb menve, milyen emberekre van a társadalomnak szüksége. Felelősen dönteni tudó, önállóan, a saját dolgaikat intéző emberekre, ez lenne a demokrácia egyik lényege. Hogyan tegye alkalmassá a pedagógus a diákjait arra, hogy tudjanak önállóan dönteni, vállalják a felelősséget a saját tetteikért, amikor tőle-magától nem ezt várták el, ha nem erre van szocializálva, illetve ha csak éppen most indul el az a folyamat, amelynek során valahogy ilyené kellene válnia.

### **„Beül azután egy ilyen tréningre, s várja a csodát...”**

– *Úgy tapasztalom, hogy az ország tele van különféle tréningekkel, menedzserképzőkkel meg olyan ajánlatokkal, amelyek pontosan e hiány megszüntetését célozzák: önismeretet, kommunikációs készséget, konfliktuskezelési képességet kívánnak fejleszteni. Az ilyen jellegű kínálat már több mint egy évtizede jelen van a gyakorlatban a pedagógusok számára is többé-kevésbé elérhető módon. Nem állítom, hogy mindez nem változtatott semmit a pedagógus gondolkodásán, de közel sem annyit, amennyit változtathatott volna. Hogyan látjátok ti ezeknek a különféle képzési formáknak a szerepét a pedagógusok fejlődésében? Mi lehet az oka annak, hogy a hatékonyság nem olyan mérvű, mint ahogy az a 80-as évek elején remélhető volt?*

*Berkes Anna:* Az, hogy nem rendszerben működik. Nem tudom, hogy az intézményvezetők hány százaléka tudja rendszerben működtetni ezeket a képzési formákat a saját tantestülete számára. Hol ezt, hol azt a tréninget végzik el a kollégák, s a dolog vagy rendszerbe áll a fejükben, vagy nem. Az egyik tréner így mondja a dolgot, a másik úgy, olykor ellentmondásba kerülnek egymással. Az azonos tartalmú módszerek is gyakran ellentmondanak egymásnak a különböző tréningeken. Általában hiányzik a világos célmeghatározás, hogy az elejétől elindulva hová kívánjuk eljuttatni az embereket. A három-, négy-, ötnapos, egyhetes vagy negyvenórás tréningek önmagukban nem alkalmasak erre.

*Seifert Eszter:* Biztosan ez lehet az egyik tényezője annak, hogy e tréningek hatékonysága hosszú távon nem felelt meg teljesen a várakozásnak. Magam is elég sok tréninget vezettem az elmúlt években, és úgy tapasztaltam, hogy azt az embert tudták igazán megérinteni, aki kész volt arra, hogy abból a teli kosárból, amit személyiségnek nevezünk, kipakoljon valamit. Csakis akkor lesz ugyanis hely az új dolgok számára. Van olyan ember – én nagyon sok ilyennel találkoztam, és tiszteletben tudom őket tartani –, aki az általa alkalmazott módszert nagyon jól hasznosítja. Nem feltétlenül értek vele egyet, sok mindent másként csinálnék, de ő így érzi magát biztonságban, így képes működni, hiszen így csinálta a tanítója is. *Beül azután egy ilyen tréningre, s várja a csodát,* valami varázspálcát vagy technikát, ami azonnal működik. Persze, hogy nem működik az új elem az első varázsszóra, hiszen az illető a kosárból nem pakolt ki semmit, az csordultig van a megszokott, jól bevált másik dologgal.

*Seifert Eszter:* A világunkban most alakuló tendencia: az önmagáért és a másért felelős ember nem tud négy-öt év alatt kialakulni. Részben azért, mert másképp gondolkodtunk erről eddig, részben pedig, mert ezeknek a módszereknek nagy része nem erre a kultúrára van méretezve. A szakma kiváló mesterének kell lennie annak a trénernek, aki igazán jól át tudja szabni, a magyar kultúrára adaptálni ezeket a programokat, és aki hiteles személyiségként képes közvetíteni ezeket.

## „Akkor vagyunk reálisak, ha évtizedeket adunk a dolognak”

– *Teljesen egyetértek veled. Viszont ugyanakkor ott van az újabb elvárás a pedagógussal szemben: a NAT szerint mindezt mindjárt tanítani is kellene. Az Ember és társadalom című műveltségterületen, pontosabban az Emberismeret elnevezésű műveltségi részterületen megjelenik az önismeret mint követelmény. Az általános követelmények között szerepel a testi-lelki egészség, az egész mentálhigiéné problémakör. Milyen esélyt láttok arra, hogy az iskolákban, ha nem is holnapra, de néhány éven, esetleg évtizeden belül megvalósul valami ezekből a követelményekből? Mire lenne szerintetek szükség ahhoz, hogy a mentálhigiéné alapvető szükségletként legyen jelen a pedagógusok, az iskolák, a gyerekek, a családok életében?*

*Seifert Eszter:* Akkor vagyunk reálisak, ha évtizedeket adunk a dolognak. Eszembe jutottak a Zsolnai-módszerrel kapcsolatos városi tapasztalatok. Én magam semmiféle olyan alapképzésen nem vettem részt, ahol a Zsolnai-módszer tanították. Csupán külső megfigyelőként, szülői felhasználóként találkoztam vele, és megdöbbenve tapasztaltam, hogy százféle. Amikor Zsolnai tanár úr ezt kitalálta, igencsak egyféle lehetett. Nem azt a százféleséget kérdőjelezem meg, ami az egyes emberek személyiségén keresztül természetesen megjelenik. Azt feltételezem, hogy számos kolléga csak egy-egy szeletet csipett fel ebből, és ezt adta Zsolnai-módszer címen tovább. Ez azután vagy működött, vagy nem, vagy valóban „Zsolnai” volt, vagy nem. Ugyanettől tartok én az önismereti kérdésekben is. Nagyon sok humán foglalkozású ember megtanulhat például a saját szintjén relaxálni, de ettől ő még nem fog tudni autogén tréninget tartani az iskolában. Azt hiszem, hogy erre hipp-hopp, egy-két szóval, egy-két utasítással, előírással nem lehet előteremteni az embereket. Erre tudatosan képezni kell.

– *Úgy tudom, Eszter, te már 1986 óta tartasz tréningeket a pedagógusoknak. Mit tapasztaltál, mások lettek a kollégák, mint kezdetben voltak? Észrevettél-e valami elmozdulást, s ha igen, milyen mértékű és irányú az?*

*Seifert Eszter:* Úgy látom, hogy pozitív változás állt be abban, hogy mennyire merünk problémákat megfogalmazni vagy mennyire merünk bizonyos dolgokat kimondani. A csoportfoglalkozásokon egyre elfogadottabb, hogy vállalni lehet a hibákat, a gyerekekkel kapcsolatos kudarccokat. Ebben, visszagondolva az első tanári csoportjaimra, jelentős előrelépés tapasztalható. Ugyanakkor változatlanul elhárítjuk az új dolgokat, az önmagunkkal való szembesülést pedig lehetőség szerinti elkerüljük.

Most eszembe jutott egy jelenleg vezetett csoportom. Az első alkalommal a másik trénerrel együtt el voltunk ragadtatva. Ez egy csoda társaságnak ígérkezett, a résztvevők egy sereg olyan ismerettel rendelkeztek már, amelyiket mi újként akartunk elmondani nekik. Amikor azonban konkrét gyakorlatokkal próbálkoztunk, valóságos kősziklába ütköztünk. Ezek a kollégák két éve különböző tanfolyamokon vettek már részt, rendelkeztek a szükséges ismeretekkel, e téren tehát remekül felkészültek. Amikor például a magatartás nem hibáztató leírását kellett elvégezni: átfogalmazni az olyan kifejezéseket, mint például „te hazug vagy” vagy „te csúnya vagy”, akkor nem végezték el a feladatot. Valójában nem is értették, hogy miért kellene ezt megcsinálniuk. „Ez a gyerek hazug, és kész!” Ez így volt 1986-ban, és ugyanígy van most is.

## „Nekünk feladatunk, hogy az emberek igényét felkeltsük...” Mentálhigiéné

– Tehát a tanulók megrekednek a verbalitás szintjén. A személyiség teljes átprogramozásához nem elegendő egy-két tréning, ez egy huzamosabb tanulási folyamat eredménye lehet csak. A hatékonyságot tekintve komoly gondok származhatnak abból is, hogy a közeg, amelybe a résztvevők visszatérnek, nem vagy csak ritkán igazolja vissza azokat az elveket, csak elvétve hitelesíti azokat az ismereteket, amelyeket egy-egy tréning sugallni próbál.

*Berkes Anna:* Ezért is vélem úgy, hogy a mentálhigiénés képzést nem elég csak a felsőoktatásba beépíteni: Ennek a pedagógusok posztgraduális képzésében is meg kellene jelennie, mégpedig nagyon nagy óraszámokban, sok résztvevővel. Persze hatalmas munkát és pénzbefektetést igényelne, ha azt akarjuk, hogy legalább elkezdődjön a változás. Hogy az iskolába visszatérők ne álljanak ott a légüres térben, miközben a többieknek fogalmuk nincs róla, hogy tulajdonképpen mit akar ez az ember.

### **„...sokat segít a személyes hitelünk is”**

– A ti intézményeteknek mégis sikerült elérnie, hogy a pedagógusok egyre nagyobb számban bejöjjenek a tanfolyamaitokra. Miben látjátok e kétségtelen siker titkát?

*Berkes Anna:* A pedagógusok rosszul fizetett, nagyon rossz társadalmi elismertségű rétegében is él egyfajta önbizalom. Nagy többségük számára fontos a szakmai fejlődés. S ha ettől az igénytől hajtva sikerül eljutni hozzájuk, akkor már finoman meg lehet őket érinteni olyan témákkal, mint például az önismeret.

*Seifert Eszter:* Lehet, hogy dicsekvésnek tűnik, de sokat segített a személyes hitelünk is. Szolnok kis város, s ez a tanácsadó már több mint húsz éve létezik. A pedagógusok tisztában vannak azzal, hogy mire számíthatnak tőlünk emberileg, szakmailag. Ha Anna ír például egy levelet az ő vagy a kettőnk aláírásával, akkor a kollégák sejtik, hogy mit kapnak majd. Úgy vélem, hogy fontos szempont a munkánk kiszámíthatósága, bemérhetősége.

*Berkes Anna:* Többen jelzik, hogy amikor valamire meghívót kapnak tőlünk, akkor ugyan magát a témát nem feltétlenül értik, de ha ott van az aláírásunk, akkor úgy gondolják: valószínűleg érdemes eljönni.

Hiszem azt, hogy nekünk feladatunk, hogy az emberek igényét felkeltsük egyfajta mentálhigiénés szemlélet iránt. Amit mi itt, a tanácsadóban hiszünk, azt megpróbáljuk kifelé sugározni, és aki ebből kér, aki vevő erre, az esélyt kap ahhoz, hogy meg tudja magát sokszorozni saját közegében. S az a végső cél, hogy a gyerekek felé is közvetítse ezt a fajta szemléletet.

A drogprevenciók képzéséhez kapcsolódó bemutató órákon én mindig el voltam ragadtatva attól, hogy a gyerekek milyen elfogulatlanul képesek beszélni például a stresszhelyzetek feldolgozásának módjairól. Hiszem azt, hogy ha a gyerekeknek legalább egy része így nő fel, ilyen indíttatást, ilyen információkat kap, akkor képes lesz arra, hogy a beépült tudást a gyakorlati életben majd alkalmazza.

– Erre valóban rendkívül nagy szükség van, sőt túlzás nélkül mondhatom, hogy létkérdést érintettél. A dolgunkat nehezíti azonban, hogy az ilyen törekvések eredménye nem mutatkozik meg közvetlenül az érdemjegyekben, az iskolai versenyeken meg a felvételi pontszámokban. A kapcsolódó „output” hosszú távon mutatkozhat