

SZVETELSZKY ZSUZSANNA

A KORTÁRS KAMASZ

Egy, a kamaszkori agresszióról szóló cikk is kezdődhetne éppúgy, mint minden egyéb írás, mely az emberiség történetéhez kapcsolódó jelenséget vizsgál: *már az ókori görögök is...* Bizony, már az ókori görögök is megírták, főleg az idősebbek, hogy a (mindenkori) mai fiatalok milyenek, és leírásuk nem sokban különbözik napjaink napjaink fejcsóválgatóinak bölcselkedésétől.

Pedig a kamaszok alapvetően nem változnak – kamasz-őseikhez képest, ha szabad ezzel a képzavarral élni – s az agresszió sem, melynek sokmillió évi evolúciós múltja mellett eltörpül az emberi civilizáció néhány röpké évezrede. Annál inkább változik a világ, konkrétan: a fejlődő személységet körülvevő verbális és vizuális környezet. Gyorsabb, színesebb, hangosabb, élénkebb – összességében: intenzívebb és változékonyabb az érzékelt környezet, ahonnan percepciónk élményeket merít. Több benne az agresszió, mint régen: a rejtett agresszió is, mely a szülők és az iskola felől is éri a kamaszt, jóval korábban, mint amikor eléri a prepubertáskort.

Ma nagyobb távolság van a szülő és kamasz gyermeke között években, mint korábban, hiszen a nők átlagosan jóval később kezdenek szülni. Azonban a média kihúzza a kamaszkor idejét, vagyis a tömegkommunikációból érkező marketingüzenetek a minél intenzívebb fogyasztás érdekében félreértelmezik a fiatalosság fogalmát. Fogyasztói világunk és médiakörnyezetünk minden erőfeszítést megtesz azért, hogy a kamaszlét egyes formáit minél tovább fenntartsa a felnőtt egyedekben is, ezért számos szülői személyiségben több a kamaszos vonás, mint az ötven-hatvan évtizedekkel ezelőtti szülőknél, még akkor is, ha azok a szülők biológiai korukat tekintve néhány évvel fiatalabbak voltak, mint a mai kamaszok szülei. Ezért is rejtőznek sok mai szülőben kamaszkori lelki fossziliák, kövületek, amelyeket vagy nem dolgozott fel, vagy trendinek tartja a fiatalosság miatt, és ezért a személyiség része marad. Igen, nehéz felnőtté válni abban a világban, ahol az idősebb

*...a média
kihúzza a kamaszkor
idejét...*

bek is minél tovább fiatalok akarnak maradni, mert ezáltal elhomályosulnak a viszonyítási pontok.

Az ismeretek struktúrája is generációosan változik. Lássuk be, vannak dolgok, melyekről gyermekeink többet tudnak nálunk. Nemcsak azért, mert ők már osztályozzák a szmogfajtákat földrajzórán, hanem mert számos új technológia (például a mobil, az internet) nem az élmény, hanem a magától értetődő eszközhasználat szintjén épült be mindennapi életükbe. Ez azonban nem jelent különösebb előnyt a kamasz számára, hiszen

efféle jelenségeket eddig is produkált a történelem, noha ennyit, s ilyen rövid idő alatt bizonyára nem.

Helyzeti előnyben itt bizony a szülő van, hiszen, akárhogy is nézzük, ő már volt kamasz! (Értsd: remélhetőleg túlesett ennek a személyiségfejlődési életszakasznak az alapvető lélektani változásain is. Mert azért van, akinek ez kimarad, szülővé válásáig sem esik túl rajta a kívánatos mértékben.) Ha a szülő nem emlékszik erre, akkor talán nem alaptalan tinédzser gyermekének – esetleg szalonképtelenül fogalmazott – feltételezése apjának, anyjának szenilitásáról. Ám az a szülő, aki

nemcsak akkor kezd el gyermekével társalkodni, ha az kamaszodni kezd, hanem egynapos korától rendszeresen beszélget vele, valószínűleg nagyobb átérzéssel fordul majd ebben a korszakban gyermeke felé.

Sok szülő nem tudja, nem érzi, hogy kamasz gyermekével szembeni hétköznapi kommunikációja mikor és mennyire provokatív, megalázó, figyelmetlen, sőt, nevetséges. E szülők lepődnének meg a legjobban, ha mód lenne gyermekükkel szembeni viselkedésüket levetíteni nekik – alapvetően ők maguk sincsenek tisztában azzal, hogy saját szülői magatartásuk mekkora mértékben befolyásolja a kamasz agresszív viselkedését. Lényegében agresszív módszerekkel akarják elérni, hogy a kamasz ne legyen agresszív. (Igen, újra a régi igazság: a nevelés eszköze sokkal fontosabb a nevelés céljánál. Egyetlen gyerekbe se lehet beleverni, hogy ne verkedjen.) Továbbá, sok szülő saját agresszióját racionális fegyvelmezésnek, kifejezetten a szeretet jelének éli meg, mely nélkül az a szerencsétlen kölyök ki tudja, mivé lenne ebben a világban.

Nehéz időszak ez. Általában nemcsak a kamasz tanácstalan, hanem a szülő is, de egyik sem szívesen vallja be. Sok szülő kényelmetlennek találja ezt az időszakot (pedig számára is nagy lehetősége a személyiségfejlő-

*...a szülők
agresszív módszerekkel
akarják elérni,
hogy a kamasz
ne legyen agresszív...*

désnek!): „olyan rendes volt az a gyerek – én nem tudom, mi történt vele – egyszer csak egyik napról a másikra elkezdett úgy viselkedni, hogy néha komolyan azt gondolom, hogy nem normális – fogalmam sincs, hogyan lesz belőle rendes felnőtt, pedig tényleg olyan helyes és aranyos gyerek volt”. Ezek a fordulatok, melyeket gyakran hallhatunk, nemcsak az életismeret hiányáról tanúskodnak, hanem a kamasz gyerek viselkedéséhez kapcsolódó általános hiedelmeket, képzeteket fogalmazzák meg. Vagyis, figyelmetlenségről is árulkodnak, hiszen minden gyermek, minden kamasz más és más, nem lehet sémákkal, sablonokkal elintézni őket, miként más kapcsolatainkat sem. A legnagyobb tévképzet a fentebb summázott litániában, hogy a lázadást és a szembefordulást el kell elkerülni, meg kell úszni. Pedig nem: a krízis, a válság az élet része, és az a kamasz, akit belekényszerítenek a hazugságrendszerbe, ahol mindaddig szülei kedves és szófogadó gyermekének kell mutatnia magát, amíg a papa vagy a mama szabad jelzést nem ad (most már felnőttél, édes leányom) – nos, az ilyen kamaszok elbizonytalanodva veszik észre, néha már huszonévesen, hogy valamit kihagytak.

Pedig, miként a gyermeknek, a kamasznak is joga van ahhoz, hogy tisztelttel bánjanak vele, hogy kifejezhesse, és ha úgy alakul, megváltoztathassa érzéseit és véleményét, s hogy meghallgassák és komolyan vegyék. Joga van megállapítania, mi fontos számára és mi nem, büntudat nélkül nemet mondani, kérni azt, amire szüksége van, joga van vétenie és ezért vállalni a következményeket, joga van azt mondania: nem tudom.

Az agresszió kutatásnak hosszú a története – a teljesség igénye nélkül említék néhányat az ismert elméletek közül. Az agresszió, amely nem kegyetlenség, s nem is erőszak, Friedrich Hacker pszichoanalitikus szerint „minden emberben benne lakó diszpozíció és energia, mely alapvetően aktivitásban, a későbbiekben pedig az önfenntartás legkülönfélébb egyéni és kollektív, szociálisan elsajátított és közölt, egészen a kegyetlenségig terjedő formában nyilvánul meg... Minden erőszak agresszió, de nem minden agresszió erőszak.”

Konrad Lorenz etológus, a veleszületett agresszió elméletének világhírű képviselője szerint az agresszió a természet része, és abban roppant fontos szerepet tölt be. Az agresszió Lorenz szerint ösztön, és a pusztító agresszió, vagyis az erőszak pedig hibás ösztön. Mi több, szerinte még a

*...a kamasznak is
joga van ahhoz,
hogy komolyan
vegyék...*

szerelem és a személyes vonzalmak is a támadó vagy fenyegető magatartás ritualizálásából származnak.

A tudomány számos agressziófajtát különböztet meg: beszélnek a territoriális agresszióról, a vetélytárs elleni agresszióról, a zsákmányszerző, az ingerlékeny, a félelemből fakadó, az instrumentális és végezetül az anyai agresszióról. Az utódok védelmezése és a rangsor kialakítása nem menne agresszió nélkül, márpedig erre a két dologra minden közösségben szükség van. Az agressziót sokan összetévesztik negatív oldalával, az erőszakkal és a brutalitással, pedig például Bakunyin szerint a rombolási vágy lehet pozitív tendencia is

Az agresszió Sigmund Freud, a pszichoanalízis atyja szerint is ösztön. Desmond Morris biológus szerint dekadens, modern, unott, hedonisztikus társadalmunkban automatikusan növekszik az erőszak iránti, biológiailag rögzült igény. A lélektan kutatói közül sokan az elfojtás lelki elhárító mechanizmusának tartják az agressziót, Alfred Adler szerint önmagában álló, hatalomra és presztízásra irányuló törekvés, mely belső kisebbségének elensúlyozása érdekében fordul a külvilág felé.

J. B. Calhoun mára híressé vált kísérletével bizonyította be, hogy a patkányok populációjának nagysága befolyásolja agresszív viselkedésüket. A kísérleti terület zsúfolt központjában a patkányok támadták, megsebesítettek, megölték egymást, míg a ritkásabban lakott periferiákon többnyire rendezett rangsor uralkodott. Nemcsak a túlszűfoaltság, de a társas szervezetlenség is vezethet agresszióhoz.



Agressziót vált ki a félelem, a provokáció, a rangsorban betöltött hely fenyegetettsége, egy cselekvési folyamat megszakítása, a reményekben való csalódás. Biológiai vagy szociális tehát az agresszió? Is-is, vagyis mindenképpen: emberi.

Végezetül, tekintsük át az *asszertív kommunikáció* szakértőinek meghatározását az agresszióval kapcsolatban. Manapság egyre több szó esik az asszertív kommunikációról, melyet a szándékok határozott megfogalmazása, az érzések nyílt kifejezése, az egyenes, világos állítások használata, a kertelés és mellébeszélés kerülése, a magabiztosságot sugalló testbeszéd, őszinte szemkontaktus és nyugodt testtartás jellemez. Elsajátítása azért jelent előnyt, mert környezetünket, melyben élünk, értékelünk kell, hogy a megfelelő viselkedést

alakíthassuk ki. A helyzet értékelése befolyásolja érzéseinket, ezáltal hat a viselkedésünkre is. Az asszertív kommunikáció képviselői szerint az agresszív attitűd nem erőszakosságot jelent, hanem olyan látszólagos önbizalmat, mely az alacsony önértékelés kompenzálásaképp alakul ki. Az önbizalom hiányán túl az agresszív személyiséget jellemzi a harag és a vádaskodás is. A felsőbbrendűségi érzés, a kontrollvágy, és mások elfogadásának hiánya is – lényegében „mindig neki van igaza”. Úgy viselkedik, mintha nem lenne szüksége másokra, s mintha az ő véleménye és kívánságai fontosabb lenne másokénál. A mindenáron való győzelem érdekében úgy áll ki saját jogaiért, hogy közben akár megsérti másokét.

Az erőszak nemcsak ragályként terjed egy csoportban, de mintaként is tovább él. Hogyan? New York-ban, 1970-ben „a gyermekbántalmazások mintegy 2500 regisztrált esetének húsz százaléka közvetlenül halállal végződött. A bántalmazottak háromnegyede négyévesnél fiatalabb volt, a gyermekek egynegyedét már az első életévük alatt érte bántalmazás, az esetek tíz százalékában a mártírsors már az élet első hetében megkezdődött.” A gyermekeket bántalmazók közül sokan rendelkeznek egyetemi végzettséggel, tíz százalékuk bevétele meghaladja az átlagot, pszichotikus csupán egy százalék, szadistának pedig alig másfél százalék nevezhető. „A bántalmazó személyek mintegy kilencven százaléka gyermekük szünni nem akaró ordítását, sírását nevezte meg erőszakos tettének okául. Miután erőszakot alkalmaztak, mely a fojtogatástól a masszív verésen át a leforrázásig és az égetésig terjedt, ha egyszer nekikezdték, többnyire csak akkor tudták abbahagyni, ha a gyermek elnémult... A gyermekeiket verő szülőket gyermekkorukban szintén verték. Olyan kis családokból származtak, melyeknek tagjai nagyon magukra hagyatva éltek. A barátság és a társas kapcsolatok, vagy egyéb érdeklődés a munka és a tévénézés mellett alig kapott szerepet ezeknek az embereknek az életében. Gyanakvóak voltak minden idegennel szemben, s jól őrzött otthonukban a rendet és a tisztaságot tartották a legfőbb vívmánynak... A gyermekbántalmazók mindenekelőtt a külvilág előtt keltett jó benyomást, függetlenségüket és önméltóságukat tartják szem előtt, és hajlamosak az elszigetelődésre. Szinte nincs is alternatívájuk az erőszakra, mert saját kisgyermekkori tapasztalataik beléjük vésődtek, így csak a hagyományok követésére hagyatkoz(hat)nak... A bántalmazott gyermekek feltűnően ra-

*...a dzsungelharc
egyre gyakrabban
vonatkozik a modern
életmód mindennapi
helyzeteire...*

gaszkodnak erőszakos szüleikhez, s nemritkán megható leveleket írnak nekik a börtönbe. Többségükben elfogadják a szülőktől kapott büntetést, sőt szeretetük bizonyágának tekintik, mely csupán tévedésből lépte át a szokásos kereteket. Önmagukat „rossz gyerekek” tartják, mi több, lelkiismeret-furdalásuk van „rosszaságuk” miatt, mellyel szeretett szüleiknek annyi gondot okoztak. A szülők által beléjük vert büntudat bántalmazóik felmentésére szolgál.” (Rüdiger Dahlke: *Az agresszió mint esély*. Bertelsmann, München 2003. Fordította Makra Júlia)

Egy közkeletű kifejezés, a *dzsungelharc* egyre gyakrabban vonatkozik a városi élet konfliktusain túl a modern életmód mindennapi helyzeteire, a sűrűn előforduló, és összetett problémák világára. Legfőbb jellemzője: a helyzetek átláthatatlansága miatt a szövetségesek is harcba keveredhetnek. A *dzsungelharc* kifejezés annyiban helytálló szülő és kamasz kapcsolatára vetítve, hogy későbbi jogaink korábbi kötelességeinkből származnak, s az élet végső soron harcot jelent. Fölösleges illúziókkal ugyancsak terhelt társadalmunkban – ilyen illúzió például a frusztráció tökéletes elkerülése – az agresszió határozottan ki van tiltva adekvát megjelenési helyeiről, így hát egyáltalán nem meglepő, ha inadekvát helyeken bukkan fel.

Niko Tinbergen, az összehasonlító magatartáskutatás finn atyja az embert „szabadon garázdálkodó gyilkosnak” nevezi. Éppen Németországban éltem, akkor kisiskolás gyermekeimmel, amikor 2002 április 26-án az erfurti Gutenberg gimnáziumban a tizenkilenc éves Robert Steinhauser tizenhét embert, majd önmagát is megölte egy gyorstüzelő pisztollyal és egy puskával. Németország döbbenete és megrendülése határtalan volt – az iskolák homlokára felröppent a fekete lobogó, a gyerekeim és a tanáraik könnyes szemmel fogadtak aznap.

A napisajtó felületes böngészése is elegendő ahhoz, hogy a szélsőséges kamaszkori agressziókról szóló hírek olvastán elképedve ingassuk fejünket: hogy mik vannak! Ám ha minden szélsőségnek egyenlőképpen van lehetősége képviseltetni magát, akkor ne feledkezzünk meg a pozitív folyamatokról sem. Innen-onnan, talán alig észrevehetően, de már szivárog gyermekeink felé a szemlélet, hogy tiszta kommunikációra van szükség. Tiszta kommunikációra, melynek során a megoldást keresem, és nem a fogást a másikon. S elfogadom, hogy ő, legyen bárki, nem akar velem mindenáron megegyezni. Ám, ha tudatom velem, mit szeretnék, és azt is, hogy megértem az ő kívánságait, vagyis ha veszem a fáradságot ahhoz, hogy meghallgassam, s ha kell, kérdezzem annak érdekében, hogy megértem, és elmagyarázom a saját szempontjaimat annak érdekében, hogy ő is megértsen – nos, akkor közös jutalomra számíthatunk: ez pedig a helyzet megoldása. Ebből annyi energia fakad, hogy bátran alárendelhetjük egyéni célunkat: énképünk görcsös védelmét.