

Zsolnai József professzor és a harcművészetek pedagógiája

Zsolnai Tanár Úr pedagógiai polihisztor volt – ez közismert tény. A neveléstudomány minden létező és lehetséges területe irányába olyan magas szintű tudományos szenzibilitással áldotta (verte) meg az Ég, mely elől magyar Jónásként elbujdokolni vétek lett volna. Ő nem tette ezt: vállalta a kihívásokat, beleásta magát a látszólag egymástól távol álló tudományterületekbe, és profivá képezte magát mindenből. Ő volt az első magas kvalitású, rendszerszemléletű pedagógiai szakember, aki – még Pécsen 1998-ban – szakmailag elfogadta és felvállalta, hogy a harcművészeteknek is lehet – mert van – pedagógiai értékrendszere. Mentori támogatásáért ezúton is külön köszönetemet és tiszteletemet fejezem ki Tanár Úrnak, aki saját életművével bizonyította harcosságát és a tudomány művészi szintű művelését.

A harcművészetek pedagógiája: egy régi-új módszer nevelőereje és személyiségfejlesztő hatásrendszere

A harcművészetek pedagógiai szempontú vizsgálata új kutatási területnek számít Magyarországon és a világban is, ráadásul a téma igen kiterjedt, és számos kutatási irányt foglal magába. Hazai műhelyünk főként a Magyarországon működő harcművészetekben megvalósuló személyiségfejlesztést vizsgálja. A TF-en meglehetősen sok témaközeli szakdolgozat születik az 1990-es évek közepétől, manapság pedig már PhD-munkák is foglalkoznak egyes részterületekkel, jellemzően sportszakmai fókuszokkal.

A harcművészeti metódusok elméletei és praxisai a megvalósuló nevelési értékeik, személyiségfejlesztő hatásai okán érdemesek a pedagógiai kutatásokra.

Az önnevelés, az agresszív viselkedésformák etikai alapú meghaladása és az önálló életvezetésre való felkészítés mellett az élet többi területére is kisugárzó transzferhatásban rejlik a harcművészetek fő nevelőereje.

A harcművészetekről az emberek többsége féligazságok és leegyszerűsített közhelyek alapján alakította ki véleményét, gyakran összekeverve az ütő-rúgó jellegű küzdősportokkal és azok filmbeli prezentációival. Ilyen szimplifikációk: „agresszívabbá tesz”, „szuperemberré alakít”, „csupán megkonstruált, látványos csíhi-puhi”. A felszín alatti valódi tartalom és lényeg azonban egész más – kutatásainkkal erről kívánjuk meggyőzni a szakmai és széles közvéleményt.

A test és lélek harmonikus egységben való fejlesztésének igénye a bölcs ember egyik alapvető ismérve. A rohanó világ mentális és fizikai terhei, a civilizációs ártalmak fokozottan szedik áldozataikat társadalmunkban. Pszichikumunk és fizikumunk csak úgy képes elviselni a „modern tempót”, ha kellőképpen ellenálló. A túlélés biztosítóka pedig a preventív magatartás, mellyel megvalósíthatjuk belső egyensúlyunkat, illetve képesek vagyunk azt helyreállítani. Ebben segíthetnek a harcművészetek praxisai a világnak.

A téma behatárolása

Harcművészet alatt többségében – de nem kizárólag – a Távol-Keletről (főleg Kínából, Japánból, Koreából, Thaiföldről) átszármazott ütő-rúgó jellegű, küzdősport megnyilvánulási formákkal bíró, de komplex – erkölcsi és szellemi nevelési igénnyel is fellelhető –, önálló és egységes módszertani ágazatot értünk.

Kutatási hipotézisünk szerint a harcművészetek gyakorlása a személyiség fejlődését pozitív jellemvonásokkal gyarapítja, szignifikánsan segíti elő az önismert, önuralom, belső fegyelem, akaraterő, kitartás, stressz-tűrés, céltudatosság, koncentrációképesség, küzdőképesség, felelősségvállalás erősödését. A magyarországi harcművészeti praxis empirikus vizsgálatával bizonyítjuk, hogy a gyakorlók önhatékonyasága nagyobb, szorongási mutatóik és agresszivitási szintjük alacsonyabb, mint a nem harcművész kortársaké.

Nincs jó agresszió vagy pozitív agresszió, ezért Husman és Silva (1984) szerint fogalmilag is el kell választani az ellenséges agressziót a pozitív értelmű agressziótól, amit asszertív viselkedésnek neveztek el. Ennek mérésére szerkesztette 30 állításos kérdőívét Dr. Nagykáldi Csaba, a TF Küzdősportok Tanszék akkori (1997) tanszékvezető oktatója, aki az asszertivitást önálló, új személyiségvonásként értelmezi.

nánsan (90%-ban!) a 10–30 év közöttieket jelenti, mintegy 50000 fő részvételével.

A harcművészetek pedagógiáját komplex igénnyel még nem dolgozták fel magyar nyelven és Magyarországra aktualizálva. A délkelet-ázsiai eredetű harcművészetek önmaguk-

A kutatások egységessége és a szakmai félreértések elkerülése okán kialakítottunk egy úgynevezett „kemény fogalmi struktúrát”, ami a téma legfontosabb kifejezéseinek elkülönítésére és definiálására terjed ki, és egy elfogadható szakterminológia alapjait jelentheti. A legsürgetőbb elhatárolás a ’küzdősport’ és a ’harcművészet’ fogalmak között volt. Előbbinek szinonimája például a harci sport, kick-box sport, ütő-rúgó küzdelem, míg utóbbi rokon értelmű lehetőségei: küzdőművészet, harci művészet, az önvédelem művészete.

Kapcsolat a neveléssel

A harcművészeti tudás is átadás, tanítás útján terjed, kiemelten a személyes mintaadó, bemutató, oktató-nevelő hatásrendszeren keresztül. Így eleve előfeltétel az átadónál a szakmai kompetencia – a jó „pedagógusság” –, hiszen a módszer fennmaradása mindig ezen állt vagy bukott a múltban és jelenlegi kiélezett gazdasági viszonyaink között is. Ezért kristályosodhatott ki a harcművészet mestereiben az a magas fokú hozzáértés, amit a köz megszodál, mert számukra mindenkor létérdek – erkölcsi és gyakran egzisztenciális is – jól tanítani. A téma feltárása azért adhat sokat a pedagógiának, mert nem csupán a fizikális mozgásformák oktatásáról van szó: a harcművész mester olyan szellemi vezető, aki erkölcsi és filozófiai nevelési hatásokkal bír tanítványai felé.

Hazai helyzetkép

A harcművészeti ágazatok, stílusok olyan népszerűségnek örvendenek Magyarországon is, hogy elterjedtségük alapján indokolt a téma kutatása. Az érintett korosztály dominánsan (90%-ban!) a 10–30 év közöttieket jelenti, mintegy 50000 fő részvételével.

ban is érdekesekek, de a mai magyar pedagógia számára az lehet fontos, hogy milyen módon adoptálódtak e távol-keleti rendszerek nevelési gyakorlatai hazánkban, mely értékek és hogyan tudnak meghonosodni egy egészen más társadalmi struktúrában.

A vizsgálatok iránya

Kutatási hipotézisünk szerint a harcművészetek gyakorlása a személyiség fejlődését pozitív jellemvonásokkal gyarapítja, szignifikánsan segíti elő az önismeret, önuralom, belső fegyelem, akaratörő, kitartás, stressz-tűrés, céltudatosság, koncentrációképesség, küzdőképesség, felelősségvállalás erősödését. A magyarországi harcművészeti praxis empirikus vizsgálatával bizonyítjuk, hogy a gyakorlók önhatékonysága nagyobb, szorongási mutatóik és agresszivitási szintjük alacsonyabb, mint a nem harcművész kortársaké.

Nincs jó agresszió vagy pozitív agresszió, ezért Husman és Silva (1984) szerint fogalmilag is el kell választani az ellenséges agressziót a pozitív értelmű agressziótól, amit asszertív viselkedésnek neveztek el. Ennek mérésére szerkesztette 30 állításos kérdőívét dr. Nagykáldi Csaba, a TF Küzdősportok Tanszék akkori (1997) tanszékvezető oktatója, aki az asszertivitást önálló, új személyiségvonásként értelmezi. Mi is ezt a kérdőívet használjuk.

Az asszertivitás a jó értelmű küzdőképesség, a rámenős, kemény, kezdeményező és a győzelem érdekében támadó jellegű fellépés. Asszertivitás nélkül nem alakulhat ki dominancia, ami nélkül végül is nem lehet győzni.

Áttételesen, de lényegileg a hatékony és boldog emberi élethez is alapvetően szükséges az asszertív viselkedés.

A harci művészetek definiálása

A harcművészet az emberi személyiség komplex fejlesztését célzó, azt egy egységes módszer és hatáseggyüttes révén elősegítő, a testi-lelki egészséget megvalósító aktív tevékenységforma. Gyűjtőneve az önuralom, önfejlesztés nevelési céljait és a személyiség erkölcsi fejlődését segítő metódusoknak. Mindezt a testi képességek fejlesztésének külső formáiból indulva kívánja elérni, melyre a gyakorlási motivációt a fizikai önvédelemre való képesség elérése adja.

Tartalmi bővítéssel, illetve konkrétabb megfogalmazásban a harcművészet az egyén számára kialakított pusztakezes vagy hideg fegyveres küzdelmi módszer, ahol a fizikális elsajátítás (értsd: technikai elemek megtanulása) folyamatába vannak beépítve a szellem és lélek fejlesztésére szolgáló gyakorlatok, melyek az önismereten keresztül vezetnek el a személy külső és belső harmóniájának megteremtésére és fejlesztésére.

A harcművészetek jellemzői

Összetettsége miatt a vonatkozó ismeretrendszer nem vezethető le egyetlen, homogenizáló vezérlő elvből. Van ismereti alapja, etikai háttere és preferált értékrendje. Van egy sajátos kreatológiai dimenziója (ráérzési, ihletettségi jellege), mely által a 'művészet' szó reális belső tartalommal bír. Művészeti jellege a gondolatok és mozdulatok összhangba hozásával, a külső és belső világ harmóniájának kialakításával valósítható meg. Célkitűzéseiben és módszereiben egyértelműen elkülöníthető a hadtudományoktól, a fegyveres testületek hivatalos törekvéseitől. Nem erőszak alapú és nem erőszakcentrikus, hanem éppen az agressziót meghaladó magatartásformák elsajátítására nevel. (Mindez független attól a ténytól, hogy a harcművészetek fizikai aspektusát az erőszakszervezetek beépítették mindennapi gyakorlatukba, és közelharci tárgyként oktatják.)

A valódi harcművészetek értékcentrikus, önreflexióval és önfejlesztési igénnyel fellépő társadalmi képződmények, melyek fő célja a legmagasabb pozitív erkölcsiség elérése (normarendszer, életszemlélet, életvezetés). A testi-fizikális fejlesztésen keresztül igyekszik megérteni a szellemet, tudatosítva az agresszív ösztönökön való uralkodás képességét, a külső és belső fegyelem fontosságát, az egészséges, önismerettel rendelkező és saját önmegvalósítási lehetőségei birtokában álló személyiség kialakítását.

Összetettsége miatt a vonatkozó ismeretrendszer nem vezethető le egyetlen homogenizáló vezérlő elvből. Van ismereti alapja, etikai háttere és preferált értékrendje. Van egy sajátos kreatológiai dimenziója (ráérzési, ihletettségi jellege), mely által a 'művészet' szó reális belső tartalommal bír. Művészeti jellege a gondolatok és mozdulatok összhangba hozásával, a külső és belső világ harmóniájának kialakításával valósítható meg. Célkitűzéseiben és módszereiben egyértelműen elkülöníthető a hadtudományoktól, a fegyveres testületek hivatalos törekvéseitől. Nem erőszak alapú és nem erőszakcentrikus, hanem éppen az agressziót meghaladó magatartásformák elsajátítására nevel. (Mindez független attól a tényről, hogy a harcművészetek fizikai aspektusát az erőszakszervezetek beépítették mindennapi gyakorlatukba, és közelharc tárgyként oktatják.)

A harcművészet céljai

A személyiség állandó és harmonikus építése.

Erkölcsei értékek és ezeknek megfelelő magatartásformák tisztelaten és szereteten alapuló birtoklása.

Konstruktív életvezetés megvalósításával összhangba kerülni a világgal és önmagunkkal.

Képességeink és lehetőségeink maximális kiaknázásával törekedni a tökéletességre.

Testi képességek fejlesztése az egészség, a mozgásműveltség, az önvédelmi jártasság megszerzéséért.

A harcművészet értékei

Segít a konstruktív életvezetés kialakításában, ami a szociálisan értékes és egyénileg eredményes életvitel megvalósítását segíti.

Komplex értékközvetítő szereppel bír.

Egyszerre építi fel a közösségi és önfejlesztő viselkedési elemeket, és építi le a destruktív személyiségjegyeket.

Fejleszti az egyén moralitását, a belső meggyőződésből fakadó magatartást.

A harcművészetek pedagógiája

A harcművészetek pedagógiája olyan alkalmazott ismeretkör, mely integrált multidiszciplináris tudásháttérrel a harcművészetek praxisában megvalósuló nevelés kérdéseivel, kiemelten a tudatos személyiségfejlesztéssel foglalkozik. Tárnya a harcművészetekben folyó nevelés módszereinek és elméleteinek kutatása.

A harcművészetek legfőbb általános nevelőereje az a transzferhatás, ahogyan az élet más területeire is hatással vannak (rendszeresség, kötelességtudat, magasabb önértékelés és teljesítőképeség, igény szint emelkedése, felelősségtudat). Rendszeres művelésük segíthet egy emberközpontúbb iskolázás megvalósításában.

A harcművészetek sajátos nevelési aspektusa, hogy a fizikai kontaktust elkerülni kell, azaz az igazi cél a harc nélküli harc! Ha nem lehet kitérni a fizikális konfrontáció elől, akkor viszont a küzdelmet mindig úgy kell megvívni, mintha élet-halál lenne a tét (hiszen a személyiség csak ilyen belső motivációval képes minden meglévő tudását, képességét mozgósítani).

Mindezeket a hiteles modellszemély, a Mester példájával és tanításával, szuggesztív motiváló és fejlesztő hatásaival igyekeznek elérni.

A magyar oktatásügy dokumentumaiban a téma önvédelem–küzdősportok néven szerepel minimális óraszámú megvalósítással, dominánsan testnevelés-centrikus szemlélettel. Van még mit tenni ezen a téren.

Pedagógiai értékei

Társak tisztelete, az embertárs megbecsülése: például tradicionális üdvözlések és a mögöttük lévő erkölcsfilozófiai tartalom.

Küzdképesség: a győzelem elérésére törekvés, a szabályok betartása, a fair play, a károsítás nélküli harc megtanulása. Megtanít az újrakezdésre, a vereség elviselésére és a személyiség fejlődésének szolgálatába állítására.

Fegyelem, önuralom: külső szabályok belsővé válása. Segít a célratörésben, a fáradtság és fájdalom leküzdésében, a lemondásban, az önkorlátozásban.

Önkontroll, önszabályozás: saját fizikai és pszichikai állapotunk állandó kontrollja, ami a cselekvések sorozatában látható.

Önmegevalósítás: Az egyén a lehetőségeit a környezettől függően, saját tehetségének és munkájának mértékében maximálisan kihasználja.

Együttműködés, kooperáció: Főként a mester-tanítvány, illetve az edzőtársakkal kapcsolatos viszonyrendszer, azok segítsége szakmailag és emberileg egyaránt.

A harcművészetek pedagógiája részdiszciplína alapozásának szerkezete

1. A téma behatárolása, definiálása:

- határok és interpenetrációk,
- fogalmak rögzítése,
- tévhitek tisztázása.

2. Integrációs lehetőségek bemutatása:

- sportágként, sporttudományként,
- pedagógiai résztudományként.

3. A harcművészetekben megvalósuló személyiségfejlesztés:

- intrapszichés jellemzők,
- kommunikációs vonások,
- alkotáslélektani-kreatológiai dimenziók.

4. A harcművészetek pedagógiája:

– máig ható történetisége, tradíciói és az alkalmazkodás, versenyzés, harc, agresszió etológiai és humánbiológiai elméleti alapjai,

- jellemzése,
- értékesége,
- nevelőerői.



A Gondolat Kiadó könyveiből