

**Dr. Sági Zoltán**

## **Önbeteljesítő jóslat** **Az elvárások valóságalkító hatása**

Énképünk, előzetes tapasztalataink nagyban meghatározzák, hogy milyen elvárásokkal lépünk be egy társas szituációba. Aki gyakran konfliktusba keveredik másokkal, az számít arra, hogy az új helyzetben is összetűzésekre kerülhet sor, ezért viselkedése eleve védekezőbb, támadóbb lesz, mellyel valóban kiváltja mások ellenszenvét. Azt a jelenséget, amikor egy személy másokkal kapcsolatos előzetes elvárásai olyan viselkedési megnyilvánulásokat hoznak létre nála, melyek hatására az elvárások beigazolódnak, önbeteljesítő jóslatnak nevezzük.

Emma és Csilla ugyanabba a középiskolai osztályba kerülnek. Korábban nem ismerték egymást, az első tanítási napon találkoznak először. A véletlen úgy hozza, hogy egymás mellé ülnek. Emma barátságosan közeledik Csillához, örül, hogy máris szerezhethet egy új ismerőst. Csillának azonban nehézségei támadtak a beiratkozással kapcsolatban, emiatt kissé frusztrált és feszült, gondolatait, figyelmét aktuális gondjai kötik le. Ebből kifolyólag Emma ismerkedésre tett erőfeszítéseire alig reagál, egy-két mondatot szól csak, komoly marad. Emma teljesen semleges benyomást tesz rá, mert gondjai közepette arra sincs lehetősége, hogy alaposabban megfigyelje, ki ül mellette. Emma természetesen semmit sem tud Csilla beiratkozással kapcsolatos nehézségeiről, komolyságát és szűkszavúságát úgy értelmezi, hogy nem szimpatikus a másik lánynak. Lassan az ő arcáról is lehervad a mosoly, és az óra végén már ő is szótlanul kel fel a helyéről.

Másnap a két lány újra találkozik, de Emma most már igyekszik más osztálytársa mellé ülni. Kerüli a Csillával való kontaktust, mert kellemetlen élmény volt számára az előző napi, tévesen visszautasításnak értelmezett helyzet. Ezután mindig komolyan és zárkózottan viselkedik a másik lánnyal szemben, ha pedig véletlenül a folyosón azonos beszélgetős társaságba kerülnek, nem szól évfolyamtársnőjéhez. Csillának fogalma sincs arról, hogy első napi viselkedését (melyre talán már nem is emlékszik) Emma visszautasításnak fogta fel. Csak azt látja, hogy ez a lány mindig komoly vele szemben, kerüli a szemkontaktust, nem szól hozzá. Így ő is inkább másokkal tart, Emmával szemben hűvösen és kimérten viselkedik.

A két lány között így megszűnik minden interakció, kapcsolatukat a távolságtartás jellemzi. Emma viselkedésével valóra váltotta, beteljesítette azt az előzetesen téves benyomását, hogy ő Csillának nem szimpatikus. A végére pedig nem marad más, mint egy szintén téves végkövetkeztetés Emma részéről, mely így foglalható össze: „Éreztem, hogy kezdettől fogva ellenszenves vagyok neki.”

Ebben az élethelyzetben Emma helytelenül értelmezett egy szituációt, s aztán erre reakcióként adott viselkedésével beteljesítette az előzetesen hibás elképzelését.

Az emberek közötti súrlódások, konfliktusok hátterében sok esetben félreértések, téves következtetések húzódnak meg. A helyzetet aztán tovább bonyolítja a nyílt megvitatásra, a dolgok tisztázására való képtelenség.

## **Önbeteljesítő jóslatok az iskolai nevelésben**

Az önbeteljesítő jóslat az elvárások valóságalkító hatását jelöli: a másik ember sokféle tényező által torzított megismerése alapján elvárások fogalmazódnak meg, amelyek a sugallt információknak megfelelően ténylegesen bekövetkező eseményekké, cselekvésekké válnak a partner viselkedésében.

Az önbeteljesítő jóslat pedagógiai munkában érvényesülő hatása már régóta ismert. Egy iskola tanáraiban néhány gyerek iskolai teljesítményével kapcsolatos pozitív elvárásokat alakítottak ki, ennek eredményeképpen a gyerekek tényleges osztályzatai javultak a tanév végére. Az elvárások a tanulók intellektuális teljesítményére, magatartására és iskolai pályafutására vonatkoztak. Ezek az elvárások olyan tapasztalatokra épültek, mint a szülők foglalkozása, iskolai végzettsége, a tanuló neme, korábbi iskolai eredményei, intelligenciája, tanulási motivációja. A tanítói elvárások elsősorban nem a gyerek tanulására hatottak, hanem az osztályzatokra, a tanulás szubjektív minősítésére. A magatartásra és az iskolai teljesítményre vonatkozó elvárások gyakran együtt jártak: jó magatartású gyerektől nagyobb valószínűséggel vártak el jó teljesítményt a tanítók, és fordítva.

Az önmagát beteljesítő jóslatok többféle, többnyire nem tudatos módon közvetítődnek a tanulók felé: gyorsabb megerősítés, több szemkontaktus és mosoly, nagyobb fizikai közelség a tehetségesebbnek gondolt tanulók esetén. Újabb vizsgálatok kimutatták a tanulói elvárások tanítóra gyakorolt hatását is. A tanulók tanítóval kapcsolatos pozitív elvárásai eredményeképpen pozitívabbak a tanulók nem verbális jelzései, kompetensebbnek és kiegyensúlyozottabbnak érzi magát a tanító.

A fentiekből az is látható, hogy az önbeteljesítő jóslatok könnyen veszélyessé is válhatnak, hiszen egy előnytelenebb külsejű ember gyakran kevesebb lehetőséget kap, hogy csillogóbb személyiségvonásait megmutathassa, mint egy vonzó megjelenésű társa. A problémát tulajdonképpen az jelenti, ha az ilyen személy azonosul is ezzel a „nem vagyok kellemes ember” szerepkörrel, és elkezd eszerint viselkedni.

Minél kialakulatlanabb, instabilabb egy ember énképe, annál nagyobb eséllyel azonosul a mások által ráosztott szerepekkel. Éppen ezért nyilvánvaló, hogy a gyerekek, serdülők ilyen szempontból különösen kiszolgáltatott helyzetben vannak, hiszen nagyon erősen hat rájuk más emberek reakciója, viszonyulása.

Kimutatták, hogy a pedagógusok is hajlamosak külső jellemzők alapján következtetni diákjaik belső vonásaira, mint amilyen a szorgalom, intelligencia, jólneveltség. Egy jó megjelenésű, tiszta ruhába öltöztetett, szépen megfésült gyerekről könnyebben el tudjuk képzelni, hogy okos és igyekvő is, mint egy elhanyagolt külsejűről. Arra is vannak adatok, hogy nem tudatosan sok pedagógust a kézírás külalakja is befolyásol osztályzáskor: ugyanannak a fogalmazásnak a tartalmára a gyöngybetűkkel író tanuló esetleg jobb jegyet kap, mint csúnyán író társa.

A tanítói elvárások nagyon sokféle alapon kialakulhatnak. Az előzetes ítéleteket befolyásolhatja az, ha a pedagógus ismeri az osztályába kerülő gyermek idősebb testvérét, családját, rokonságát, de az is, ha feleltetéskor megnézi, hogy a tanuló milyen jegyeket kapott korábban más tantárgyakból. A gyerekről ilyen módon kialakuló benyomások lehetnek pozitívak vagy negatívak, de mindenképpen torzak és megalapozatlanok. A negatív elvárások alapja gyakran a család kedvezőtlen szociális helyzete, vagy bizonyos etnikumokhoz való tartozás.

A tanítói elvárásokhoz való hasonulás a következő lépésekben foglalható össze:

A pedagógus a tanév elején előzetes elvárásokat alakít ki a tanulók képességeivel, tanulmányi sikerességével kapcsolatban. Ezek meghatározzák, hogy miként viselkedik az egyes diákokkal szemben.

A tanulók a tanító megnyilvánulásából, viselkedéséből megérik a pedagógus velük szemben kialakított elvárásait.

Ha a tanító magatartása következetes, úgy erős befolyást gyakorol diákjai énképére, motivációjára, interperszonális kapcsolataira stb.

Ezeken keresztül végül a tanulók azonosulnak a rájuk kiosztott szerepekkel és a tanító előzetes elvárásai a tanulmányi eredményességüket is meghatározzák.

Az, hogy első ítéleteinket milyen mértékben vagyunk képesek megváltoztatni, módosítani a későbbi, ezeknek esetleg ellentmondó tapasztalatok hatására, erősen személyfüggő. Akinek rugalmasabb a személyisége, általában eleve nem hoz létre túl merev, átjárhatatlan mentális kategóriákat, és a későbbiekben is könnyebben változtat tévesnek bizonyuló véleményén.

Az elfogultság olyan önkényes következtetésekhez vezethet, melyek megerősítik elvárásainkat. Hajlamosak vagyunk a történéseket elvárásainkkal összhangban értelmezni. Ha kétértelmű információval találkozunk, azt a legtöbb ember automatikusan úgy képezi le a maga számára, hogy az várakozásainak megfelelően.

De mi történik, ha a pedagógus előzetes ítéletének egyértelműen ellentmondó tapasztalattal találja magát szemben? Jobbik esetben ilyenkor belátja, hogy tévedett, és változtat hozzáállásán. Megtörténhet azonban, hogy még az egyértelmű információkat is önkényesen értelmezi. Ennek tipikus példája, amikor az ember hol belső személyiségvonásoknak, hol külső körülményeknek tulajdonítja a történéseket, mások megnyilvánulásait aszerint, hogy éppen melyik változat szolgálja ki elvárásait. Az iskolai oktatásban ez olyan formában jelenhet meg, hogy ha a jó tanuló Dávid jól felel, a tanár azt gondolja, hogy a diák okos és szorgalmas, de ha rosszul, akkor a külső, szituatív körülményekben keresi az okot, például a fiú éppen fáradt, vagy segített a szüleinek, nem volt ideje tanulni. Ha Dávid rossz tanuló, a tanári következtetés éppen ellentétesen alakul: ekkor rossz felelet esetén feltételez állandó és belső okokat (alacsony szintű képességek, hanyagság), jó felelet esetén viszont az aktuális helyzetben keresi a magyarázatot (túl könnyű kérdést kapott, súgtak neki stb.)

Mivel az ilyenfajta torzításokra, vagyis az információk önkényes, elvárásainknak megfelelő értelmezésére többé-kevésbé mindannyian hajlamosak vagyunk, a pedagógusoknak tudatosan kell törekedniük arra, hogy rugalmasan, a vélemények megváltoztatására nyitottan lássák el nevelői-oktatói feladatukat.

### **Önbeteljesítő jóslatok a családi nevelésben**

Életünk tele van nemi sztereotípiákkal. Ilyenekkel már az egészen kicsiny gyermekek is találkozhatnak, anélkül persze, hogy értenék őket. A nemiséghez kapcsolódó elvárásaink egy része hasznos, mert segít a gyermekeknek a nemi szerepükkel való azonosulásban. Alighogy kiderül a magzat neme, a ruhácskák színének megválasztásával már különbséget teszünk fiúk és lányok között. Amikor a baba megszületik, a megfigyelők a kisfiúkat hajlamosak nagynak és erősnek, a kislányokat pedig bájosnak és kedvesnek minősíteni – még akkor is, ha ugyanazt a csecsemőt bújtatjuk egyszer kék, máskor rózsaszín ruhába! A gyermek növekedésével aztán a megvásárolt játékszerek is a nemi hovatartozást hangsúlyozzák: a fiú kisautót és pisztolyt, a kislány babát kap. Azt lehet mondani tehát, hogy a nemi szerepek kialakulásában a társas-kulturális hatások éppoly meghatározóak, mint a hormonok.

A gyermek az iskolába kerülve, képességekhez kapcsolódó nemi sztereotípiákkal is találkozhat. Széles körben elterjedt elképzelés például, hogy a fiúk jobbak matekból, fizikából, a lányok pedig a humán tárgyakból. Az is elterjedt nézet, hogy a fiúk eleve, „természetüknél fogva” rosszabbak a lányoknál, gyakrabban és keményebben is büntetik őket. Az ilyen általánosítások szinte törvényszerűen vezethetnek önmagukat beteljesítő jóslatokhoz.

A szülői elvárások legalább annyira befolyással vannak a gyerekek személyiségfejlődésére, mint a pedagógusoké.

Sok vita folyik a temperamentum meghatározásáról, eredetéről, illetve arról, hogy mennyiben befolyásolja a szülő-gyermek kapcsolatot, a kötődést. Az ikerkutatások eredményei szerint a temperamentum genetikailag meghatározott, mégis előfordulhat, hogy a szülőnek és csemetéjének eltérő a vérmérséklete. Ennek a személyiségi jellemzőnek a kiemelése azért indokolt, mert az újszülött vonásai közül ez válik legelőször láthatóvá; ez határozza meg, hogy a baba kezdettől fogva miként reagál a környezetére, így a szüleinek is. A legtöbb kutatás azt kapta eredményül, hogy a temperamentum ugyan nem teljesen állandó, determinált, de csak igen nehezen megváltozó jellemzőnk. Az elevebb csecsemők általában elevebb ovisok, majd diákok is lesznek. A gyermek és a szülő vérmérsékletének hasonlósága vagy össze nem illése meghatározhatja a kapcsolatukat és önbeteljesítő jóslatok alapjául is szolgálhat.

Viktor és Dániel testvérek. Ugyanazon szülők gyermekei, hasonló géneket örököltek, szociális és családi körülményeik is azonosak. A két fiú sok szempontból hasonlít egymásra, de temperamentumuk nagyon különböző. Viktor nyugodt, békés természetű passzívabb gyerek, reakciói lassabbak. Dániel viszont gyorsan reagáló, örökmozgó, már-már hiperaktív fiú.

A szülő hamar felismeri, hogy csemetéi külső világra adott válaszai nagyon különbözőek. Viktor nyugodt kisbaba, keveset sír, ha mégis, könnyű megnyugtatni. Dániel hangosabb, elevebb csecsemő, sokszor éjjel is fel kell kelni miatta, és a szülő megnyugtatóására tett kísérletei gyakran kudarcba fulladnak. Az idő múlásával Dániel előbb kezd mászni, járni, minden érdekli, izgó-mozgó, állandó felügyeletet igényel. Viktor kevésbé mozgékony, képes órák hosszat egyhelyben eljátszogatni, nincs vele baj.

A szülő akarva-akaratlanul is arra gondol, hogy Viktor „jobb” gyerek, valószínűleg az óvodában, majd az iskolában is kedvelni fogják a nevelők. Türelme alkalmassá teszi majd a koncentrációra, tanulásra, simulékony természete pedig a jó társas kapcsolatok kialakítására. Dániellel kapcsolatban viszont már előre fél attól, hogy az iskolában majd sok panasz lesz rá elevebbé miatt, és nehezen tudja elképzelni róla, hogy türelmesen leüljön tankönyvei mellé.

Ezzel a szülő akaratán és tudtán kívül már nagyon korán elvárásokat alakít ki gyermekeivel szemben, szerepeket oszt rájuk. Viktor lesz képzeletében a jó gyerek, akinek szép jövőt jósol, Dániel pedig a csintalan, akivel sok baj lesz még. Ezek az ítéletek meghatározzák a szülő további viselkedését. A „Végy példát Viktorról!”- típusú, Dánielnek címzett megnyilvánulásaival fiai tudtára adja elvárásait. Máskor a gyerekek jelenlétében meséli a szomszédnak, hogy két csemetéje mennyire különbözik egymástól. A fiúk lassan megtanulják, hogy milyenek ők, azonosulnak a szerepekkel és elkezdnek azok szerint viselkedni.

Viktor tudja magáról, hogy ő „jó gyerek”, így énképének megfelelően igyekszik szépen viselkedni, jól tanulni. Dániel viszont megtanulta, hogy kettejük közül ő a „rosszabb”, ezért természetes számára, hogy csintalanabban is viselkedik. Mivel a Viktoréhoz hasonló babérok nem teremnek neki, igyekszik elevebbéjével felhívni magára a figyelmet. A testvérek viselkedése közötti különbséget a tanárok és az osztálytársak is észlelik és címkézik, s ezzel tovább erősítik ezeket a magatartási mintákat.

Évekkel később a serdülőkorú Viktort, mint kiegyensúlyozott, pozitív énképpel rendelkező, jól tanuló fiút látjuk viszont, talán egyetemre is készül. Dániel bizonytalanabb a továbbtanulást illetően, hiszen sosem volt a tanárok kedvence, ehelyett sok kamaszkori csínyben benne van.

Ebből a példából jól látható, hogy a korai vérmérsékletbeli eltérések alapján kialakult szülői elvárások létrehozták a gyerekeknél azt a viselkedést, melyet megelőlegeztek számukra.

Nagy a szülők felelőssége abban, hogy saját elképzeléseiket ne tévesszék össze gyermekeik tényleges jellemzőivel, hogy azokat ne vetítsék rá gyermekeikre!

Az életpálya, a hivatás megválasztására is erősen kihatnak a szülők rejtett üzenetei. Megfigyelhető, hogy falvainkban nagyon sok földműveléssel foglalkozó család nem tartja a tanulást, az önképzést igazi értéknek. Az ilyen szülők törvényes kötelezettségeiknek eleget téve, járattják gyermekeiket iskolába, de a jó tanulmányi előmenetelre nem helyeznek kellőképpen hangsúlyt. Az osztályismétlés vagy az intő elkerülése érdekében tett tanulásra való felszólítás önmagában véve általában nem hatékony, hiszen a gyermek érzi, hogy a tudás megszerzése szülei értékrendje szerint sem áll fontos helyen.

A szülő viselkedésével, kisugárzásával, egész lényével nevel, nemcsak szavaival!

Sok tehetséges, okos fiatal esik el így a képzés lehetőségétől, pusztán azért, mert a továbbtanulást feleslegesnek és/vagy elérhetetlennek tartó családba született bele. A pályaválasztás sikeressége nem nyolcadik osztályban dől el; a szülők értékrendje, elvárásai már születéstől megszabnak egy irányt, melyet gyermekük a kamaszkorba lépve a legtöbb esetben követni fog.

### **Önbeteljesítő jóslatok a társadalmi közösségek szintjén**

Előzetes elvárásaink, a belőlük fakadó viselkedésünk meghatározhatják rokonainkkal, ismerőseinkkel, szomszédjainkkal, de akár munkatársainkkal, főnökünkkel való kapcsolatunkat is. Ezek személyközi hatások, de önbeteljesítő jóslatok működhetnek csoportok között is.

A társadalom nagyon sokféle csoportra bontható, de szociálpszichológiai szempontból a legfontosabb talán az etnikumok szerinti csoportosulás. Mivel az ember könnyebben feldolgozza az őt érő információkat, ha azokat kategóriákba rendezheti, a különböző etnikumokra is azonosító címkét ragaszt, így jönnek létre a nemzeti sztereotípiák. Ha az utca emberét megkérnénk, hogy egy-két szóval jellemezzen bizonyos nemzeteket, valószínűleg megtenné, még akkor is, ha egyetlen tagját sem ismeri az adott nációknak. Ráadásul az emberek többsége ugyanazt mondaná: pl. „az olaszok beszédesek”, „a németek precízek”, „a svédek hűvösesek” stb. A sztereotípiák sok esetben nem alaptalanok, hibájuk azonban, hogy túlzóak, kategorikusak és általánosítanak. Egészen biztosan szép számmal találhatnánk szükséztől olaszokat, pontatlan németeket és szívélyes svédeket is.

A sztereotípiákkal többnyire egy időben megjelenő előítéletekben már nagy szerep jut az érzelmeknek, egy adott csoport pozitív vagy negatív értékelésének. Éppen ezért az előítéletek talán még alkalmasabbak arra, hogy önbeteljesítő jóslatok alapjává váljanak. Ha a többségi társadalom egy kisebbséget söpredékként kezel, ha elítéli, és nem nyújt számára bizonyítási lehetőséget, akkor az előbb-utóbb hasonulni fog az elvárásokhoz.

A társadalmi csoportokkal szembeni sztereotípiák, előítéletek egyik legfontosabb jellemzője, hogy nagyon nehezen változnak. A felszámolásukhoz a legjobb és legbiztosabb módszer az, ha igyekszünk minél alaposabban megismerni az adott csoport tagjait. Az a személy, akinek közeli ismerősei között megtalálható a sztereotipizált csoport néhány tagja, jóval kevésbé hajlamos az előítéletes gondolkodásra, mint az, aki nincs közvetlen kapcsolatban ilyen emberekkel.

A másik csoportról kialakított negatív elképzelések, illetve az ezek megváltozását lehetetlenné tevő távolságtartás olyan viselkedést válthat ki a csoport tagjaiból, amely igazolja előzetes elvárásainkat.

### **Amikor az önbeteljesítő jóslat hasznos**

Az, hogy egy személy mennyire hajlamos mások elvárásaihoz hasonulni, legfőképpen életkor- és énképfüggő. A bizonytalan, önmagával elégedetlenebb ember énképe labilisabb, mások reakciói által befolyásolhatóbb.

A gyermek elsősorban más személyek - szülők és más felnőttek - viszonyulása alapján alakít ki véleményt magáról. Ezek a korai benyomások a majdani integrált énkép alapjai. A szülőknek, nevelőknek hatalmas felelősségük van abban, hogy a gyermek vonásait, képességeit hűen tükrözzék vissza; ha a saját téves elvárásaikat vetítik rá a fejlődő személyiségre, akkor torz énképet alakítanak ki benne. Éppen ezért olyan fontosak a pozitív megerősítések, a dicséretetek is: ha egy gyermeknek azt üzenjük, hogy ő okos, kedves, szeretetreméltó, akkor megtettük az első lépést, hogy valóban ilyenné alakítsuk. Az önbeteljesítő jóslatok nem mindig ártóak és károsak, akár szolgálatunkba is állíthatjuk őket.

---

#### **\* MEGJEGYZÉS:**

Az itt közölt írás a Vajdasági Magyar Tankönyv Tanács szervezésében megjelent tanári kézikönyvből származik, melynek címe:

Közelségben levés – távolságtartás

Hozzájárulás a személyes növekedéshez

Szerző: Dr. med. Sági Zoltán, neuropszichiáter, pszichoterapeuta, csoportanalitikus.

Ez a kiadvány a magyarországi Nemzeti Kulturális Alap támogatásával jelent meg Újvidéken 2018-ban a VMPE kiadásában. A kiadvány szerkesztője Muhi Béla.