

## Álmaink - céljaink

Tanár / diák segédlet

### Bevezetés (1. dia)

Valahol egy városi kollégiumban reggel 6:15-kor megszólt a csengő. Elindultak a nevelőtanárok ébreszteni a diákokat. Ki – ki a maga módján ...

- Jó reggelt Uraim! Új nap, új lehetőségek!

Hát mondjon Nekem valaki ennél zseniálisabb, motiváló reggeli ébresztőt, arra, hogy ösztönözve legyünk saját álmaink, céljaink elérésére!

2011/2012-es tanévben a végzős osztályoknál központi téma volt (és mindig is lesz) a pályaválasztás. A legváltozatosabb formában került elő minden etika órán. Láttam a bizonytalanság érzésétől (Mihez kezdjek érettségi után?) elkínzott arcokat. Pad alatt nyitott könyvből emelt szintű biológia tananyagot magoló diákokat. Hisz mi másra lenne jó az etika óra?

Aztán „leporoltam” a kedvenc játékomat és „közéjük dobtam”.

A játék egyszerű volt, mégis nehéz kérdésekre kellett választ adni.

Minden tanulónak húznia kellett egy kártyát, amelyen egy foglalkozás képét látták. Meg kellett indokolni, hogy miért lenne alkalmas vagy alkalmatlan mondjuk kéményseprőnek, orvosnak, szakácsnak ... stb.

Az esetek többségében meg tudták mondani miért vagy miért nem lennének alkalmasak a feladatra. Volt, aki azt mondta, hogy eddig nem tudta milyen pályát válasszon, de most elgondolkodik az általa kihúzott kártyán szereplő foglalkozáson.

Volt olyan is, aki azt mondta, hogy tuti, hogy nem szeretne szakács lenni, de szeretné megvalósítani önmagát. Szeretne sikeres és gazdag lenni.

Erre én megkérdeztem: Jó! De hogyan? ... [síri csend lett a teremben]

## Önmegevalósítás (2. dia)

Az önmegevalósítás a saját egyéni életterveink megevalósítását jelenti, az általunk kitűzött cél elérését. Elégedettek pedig csak akkor leszünk, ha adottságainkat ki tudjuk bontakoztatni.

### 1. lépés A cél kitűzése

Célnak nevezzük azt az állapotot, amelybe el szeretnénk jutni.

Lehet, hogy meg akarunk tanulni egy dalszöveget, kipróbálni egy új játékot, megismerkedni az új szomszédokkal, megvenni egy táskát, kibékülni a barátunkkal, ügyesebbé válni a tollasozásban.

Jó, ha időnként végiggondoljuk, mit szeretnénk elérni, mi is a fontos számunkra.

### 2. lépés Terv készítés

Ahhoz, hogy elérhessük a célunkat, hasznos, ha tervet készítünk. Így felmérhetjük azt, mire van szükség, mennyi erőfeszítést kíván a feladat.

Önismeretet gyakorolva, megismerve saját adottságainkat még meggondolhatjuk magunkat és más célt, vagy pályát választhatunk.

Nem csak önmagunkra vonatkozhatnak a céljaink. Sok ember van, aki olyan célt talál, amellyel másokért tud tenni valamit.

Fel kell tenni a következő kérdéseket:

- Milyennek látod magadat?
- Mely tulajdonságaidal vagy elégedett?
- Miben vagy erős, ügyes, tehetséges?
- Miben szeretnél megváltozni? Miért?

### 3. lépés A terv végrehajtása

Kitartó munka, mellyel az elének gördülő akadályokat legyőzzük.

### 4. lépés A megevalósult álom élvezése

**(3. dia)** Az önmegevalósítás fogalma a '60-as évektől, a humanisztikus pszichológia születésével került be a mindennapi szóhasználatba. Ezen irányvonal képviselői szerint, az önmegevalósítás minden ember alapvető motivációja. Abraham Maslow – a humanisztikus pszichológia egyik legismertebb képviselője önmegevalósítás alatt azt a késztetést értette,

amikor az egyén kiaknázza a benne rejlő lehetőségeket, és a legmagasabb szinten teljesíti ki mindazt, amire az adottságainál fogva válhat. Maslow sokáig úgy gondolta, az önmegvalósítás a legmagasabb szintű emberi motiváció.

**(4. dia)** Látszólag egyértelmű, könnyen definiálható fogalomnak tűnik. Manapság a karrier szóval jár kéz a kézben, de az önmegvalósítás fogalma nem egyenlő a sikerrel, gazdagsággal, hatalommal. Az önmegvalósítás egy út. Mindenkinek az egyedi útjának a személyes megéléshez kötődik. Nem valami külső dolog, amelyre az embernek az életben maradáshoz szüksége van, mint ahogy a növénynek a vízre, hanem egy olyan dolog megnyilvánulása az életünkben, ami már eleve bennünk van.

Általános jellemzője talán az, hogy emberi lényként igyekszünk a legtöbbet kihozni magadból. És ez bármit jelenthet: gyereknevelést, gyógynövénytermesztést, eszperantó tanulást vagy csokipapírgyűjtést.

Mindehhez nagyfokú önismeretre, autonóm (társadalmi hiedelmeket megkérdőjelezni képes) személyiségre, kreatív/bátor gondolkodásra van szükség.

Igazából nincs is olyan út, ami nem az önmegvalósításhoz vezet. Bármerre is indulunk el, ott lyukadunk ki. Bármerre is megyünk, ugyanarra tartunk: egyre közelebb önmagunkhoz és céljainkhoz! Csak annyi kell hozzá, hogy csináljuk!

Bevezetőmet a tanári múltam kis szöszenetével kezdtem, most folytatom egy kis levéltár-pedagógiai élménnyel.

Bár még új vagyok a terepen, de a kedvenc foglalkozásom „Amerikából jöttem, mesterségem címere: LS vagyis Levéltáros” címet viseli. Ezen a foglalkozáson körbe vezettem a hozzánk érkező diákokat a kiállító termeken, elmesélve Levéltárunk történetét, majd végül a levéltárosi munka sokszínűségét mutatom be. Egy kvíz kérdéssel kezdem mindig:

- Ki volt Marie Curie?

Ezt mindig tudják: két radioaktív elem, a rádium és a polónium felfedezője.

Ez után elmondom nekik, ha valaki tanulmányozni szeretné eredetiben a jegyzeteit vegyvédelmi ruhába kellene beöltöznie, mivel azok a mai napig radioaktívak és az egészségre káros dózisu sugárzást bocsátanak ki. (Ekkor megdöbbennek!)

Majd a mellettem heverő raktári dobozra szoktam mutatni, és felhúzok egy gumikesztyűt és felteszek egy maszkot; és elmondom, hogy vannak nálunk is „fertőzött” anyagok, amelyek veszélyesek lehetnek a levéltáros egészségére és megfelelő óvintézkedéseket kell tenni.

De hogy kapcsolódik ez a történet a mai digitális tananyagunk témájához?

A céljaink elérése során motiválhat bennünket, ha van előttünk egy példakép, kinek nyomdokába szeretnénk lépni vagy csak szimplán a személyisége, jelleme hat ránk ösztönzőleg!

**(5. dia)** Íme, Marie Curie, az elszántság, a kitartás példaképe!

Leánykori nevén Maria Skłodowska, (1867. nov. 7. - 1934. júl. 4.), lengyel származású kétszeres Nobel-díjas francia fizikust; a radioaktivitás kutatásában elért eredményei tették világhírűvé.

Emlékezőtehetségének már gyermekkorától kezdve csodájára jártak. Aranyéremmel jutalmazták, amikor 16 éves korában sikerrel fejezte be középiskolai tanulmányait az orosz líceumban. Matematika-fizika szakos tanár édesapja rossz befektetései miatt minden megtakarított pénzét elveszítette, ezért Maria kénytelen volt tanári állást vállalni, s közben titokban a hazafias „szabadegyetemi” mozgalom tagjaként lengyel nyelvű felolvasásokat tartott munkásnőknek. Tizennyolc éves korában nevelőnőként helyezkedett el, és belekeveredett egy boldogtalan szerelmi kapcsolatba. Keresete elegendő volt Bronia nővére párizsi orvosi tanulmányainak fedezésére, akivel úgy állapodtak meg, hogy viszonzásul később majd ő segíti Mariát az egyetem elvégzésében.

Maria Skłodowska 1891-ben Párizsba költözött, s a Sorbonne-on Paul Appel, Gabriel Lippmann és Edmond Bouty előadásait kezdte látogatni. Késő éjszakáig tanult diáknegyedbeli padlásszobájában, s szinte csak vajaskenyéren és teán élt. 1893-ban szerzett licenciátust a fizikai tudományokból. Lippmann kutatólaboratóriumában kezdett dolgozni. 1894-ben a matematikai tudományokból is licenciátust kapott. Az év tavaszán ismerkedett meg Pierre Curie-vel.

**(6. dia)** Házasságkötésük (1895. júl. 25.) egy világra szóló eredményeket hozó kapcsolat kezdetét jelezte. 1898 nyarán felfedezték a polóniumot (amelynek nevével Marie szülőföldje előtt kívánt tisztelni), majd néhány hónappal később a rádiumot is. A Henri Becquerel által felfedezett (és Marie Curie által később „radioaktivitásnak” elnevezett) új jelenségből kiindulva Marie úgy döntött, hogy disszertációjában azzal foglalkozik, vajon az uránnál észlelt tulajdonság más anyagoknál is megfigyelhető-e. G. C. Schmidttel egy időben fedezte fel, hogy a tórium is radioaktív.

Az ásványi anyagokat kutatva érdeklődése a szurokérc felé fordult, amelynek az uránét meghaladó sugárzása csak valamilyen igen nagy aktivitású ismeretlen anyag jelenlétével volt magyarázható. A feladat megoldásába Pierre Curie is bekapcsolódott, így fedezték fel a két új elemet: a polóniumot és a rádiumot. Míg Pierre Curie elsősorban az újfajta sugárzások fizikai tanulmányozásával foglalkozott, Marie tiszta, fémes állapotú rádiumot igyekezett előállítani. Kutatásai eredményeként Marie Curie 1903 júniusában elnyerte a tudományok doktora címet, s Pierre-rel együtt nekik ítelték a brit Royal Society Davy-érmét is. Szintén 1903-ban kapták meg Henri Becquerellel megosztva a fizikai Nobel-díjat a radioaktivitás felfedezéséért.

Lányai - Irène (1897) és Ève (1904) - születése nem akadályozta meg Marie-t tudományos tevékenységének folytatásában. 1900-ban kinevezték a sèvres-i École Normale Supérieure női tanárképző főiskola fizikatanárává, s ott újfajta, szemléltető kísérleteken alapuló tanítási módszert vezetett be. 1904 decemberében a Pierre Curie vezetése alatt álló laboratórium főmunkatársa lett.

Férjének hirtelen halála (1906. ápr. 19. - elütötte egy lovaskocsi az utcán) mélységesen megrázta Marie Curie-t, egyszersmind fordulópontot is jelentett az életében: ettől kezdve minden erejét arra fordította, hogy egyedül fejezze be a kettejük által közösen elkezdett tudományos munkát. 1906. május 13-án kinevezték a férje után megüresedett professzori állásba, így ő lett a Sorbonne első női tanára. 1908-ban címzetes professzor lett, s 1910-ben megjelent a radioaktivitásról szóló korszakalkotó értekezése. 1911-ben a vegytiszta rádium előállításáért megkapta a kémiai Nobel-díjat. Irányításával készültek el a Párizsi Egyetem Rádium Intézetének (Institut du Radium) laboratóriumai 1914-ben.

Az I. világháború alatt kisméretű röntgenfelszerelésével, egy vizsgálókocsival járta önkéntesként a hadikórházait Irène lányával. Ezek a kis felszerelések, amelyeket „Mini-Curie”-nek neveztek, 1914-től jelentek meg a fronton. A berendezés segített pontosabban azonosítani a sebesült katonák csonttöréseit, a testükbe fűrődő löszerek, repeszek elhelyezkedését. Egy program keretében nőket képzett a röntgengépek szakszerű használatára.

A Rádium Intézet - amelynek ekkor már Irène is tagja volt - csak 1918-ban kezdett komolyabban dolgozni, s hamarosan a magfizikai és magkémiai kutatások központjává vált. A hírnevének csúcsán álló Marie Curie-t 1922-ben az Orvostudományi Akadémia tagjai közé választották, s ettől kezdve elsősorban a radioaktív anyagok kémiájának és orvosi alkalmazásának a kutatásával foglalkozott.

Két lánya kíséretében 1921-ben nagy sikerű utat tett az Egyesült Államokban, ahol Warren B. Harding elnök az amerikai nők által gyűjtött pénzből vásárolt 1 grammnyi rádiumot ajándékozott neki. Marie Curie sok előadást tartott, főleg Belgiumban, Brazíliában,

Csehszlovákiában és Spanyolországban. A Népszövetség Tanácsa beválasztotta a Szellemi Együttműködés Nemzetközi Bizottságába. Tanúja lehetett a párizsi Curie-alapítvány felvirágzásának, és a varsói Rádium Intézet 1932-es megnyitásának, ahol nővére, Bronia lett az igazgató.

Marie 1934 nyarán halt meg. Halálát a káros hatású sugárzás okozta – abban az időben még nem tudtak a radioaktív sugárzás veszélyes élettani hatásairól, és minden elővigyázatosság nélkül dolgoztak a radioaktív anyagokkal. Laboratóriuma a párizsi Curie Múzeumban látható, jegyzeteit ólommal kibélelt dobozokban őrzik, mert ma is oly erősen sugároznak, hogy egykori gazdájuk ujjlenyomatát filmre át lehet vinni róluk.

Maria Skłodowska-Curie munkája nemcsak a fizika és kémia területén hozott áttörést, de a társadalmi konvenciókra, a nők tudományban és társadalomban betöltött pozíciójára és lehetőségeire is óriási hatással volt.

**(7. dia)** Levéltárunk családi és személyi fondjai rengeteg megvalósult vagy szertefoszlott álmot és célt őriznek. Ezekből öt eltérő soproni életút alkotja az ún. „sorspoggyászokat”. A multimédiás kiállítás keretein belül az életutakat rendhagyó módon egy-egy kisfilmes animáció keretében mutatjuk be. Ezek a kisfilmek megtekinthetők honlapunkon az alábbi linkre kattintva: <https://mnl.gov.hu/mnl/gymsmsl/sorspoggyaszok>.

**(8. dia)** Kalandra fel! Keressetek példaképet! Ismerjétek meg önmagatokat, vágyaitokat és váltsátok valóra álmaitokat!

Én így tanítom ...

Készítette: Simonné Prezenszki Erzsébet levéltáros

Levéltár – pedagógiai digitális tananyag