

SZAKDOLGOZAT

Gőbölös-Nardai Nóra

**Kaposvár
2024**



Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem
Kaposvári Campus
Neveléstudományi Intézet
Csecsemő- és kisgyermeknevelő alapképzési szak

A mesepedagógia – mesepszichológia
alkalmazási területei a bölcsődében
A mesék szerepe a személyiségfejlődésben

Konzulens: Dr. Nagyné Dr. Mandl Erika

Egyetemi docens

Készítette: Gőbölös-Nardai Nóra

FOQUYX, Csecsemő- és kisgyermeknevelő szak

Kaposvár

2024

Tartalomjegyzék

SZAKDOLGOZAT	1
Bevezetés	4
1. A mese, mint műfaj	6
1.1. Hogyan meséljünk a bölcsődében?	8
1.2. A bölcsődés – 0-3 éves korosztály érzelmi sajátosságai	9
1.2.1. A 0-3 éves korú gyermek általános lélektani jellemzői	11
1.2.2. A mesélés hatása a gyermek érzelmi fejlődésére	13
2. A mesék dramatizálásának módjai, módszerei	16
2.1. Mesekötény	18
2.2. Mesepárna	19
2.3. Mesebörönd	21
2.4. Három mese – három érzelmtípus	23
3. Mesélési szokások feltérképezése	27
3.1. A kutatásom célja	27
3.2. A kutatás módszere - a résztvevői megfigyelés és az interjúk bemutatása	27
3.3. Az interjúk kutatás eredménye	32
4. Összegzés	33
5. Irodalomjegyzék, Bibliográfia	35
6. Képek jegyzéke	38
7. Melléklet	39
1. sz. melléklet: Képek	39
Nyilatkozatok	40

Bevezetés

Szakdolgozatomban a mese, mesélés hatását szeretném vizsgálni a bölcsődés korosztály, illetve a bölcsődei-óvodai átmeneti korosztály esetén. Kíváncsi vagyok, hogy milyen hatással van a mesélés a gyermekek érzelmi fejlődésére, személyiségfejlődésükre, az EQ-ra.

A vizsgálatomat a mesék dramatizálásának a segítségével végeztem. Több mesét is választottam, melyeket próbálok többféle módszerrel dramatizálni, feldolgozni, bölcsődés korú gyermek számára is érthetővé, befogadóvá tenni, ezzel bemutatva azt is, hogy az ilyen korú gyermekeknek hogyan is érdemes mesélni.

A vizsgálatom másik részét a mélyinterjúk kutatás képezte, ezen belül is kisgyermeknevelőket és szülőket kérdeztem kutatott témában. Kíváncsi voltam rá, hogy a kisgyermeknevelők, akik napi szinten gyermekek között dolgoznak, mennyire használják tudatosan a mesét, tisztában vannak-e annak fejlesztő hatásairól, illetve szintúgy szülői oldalról is, kíváncsi voltam, mennyire tudatosak a meseválasztások terén a mai „modern” szülők.

A témaválasztásom indoka többek között személyes indíttatású is volt. Jelenleg már ugyan iskoláskorúvá érett a kisfiam, de a téma választásának idején még javában óvodás korú volt és a családban korábban történt betegségek, haláleset kapcsán „sajnos” ő lett a kezdő, első alanyom, akin volt szerencsém így kipróbálni, hogy a mesélésnek, a jól megválasztott meséknek milyen hatása lehet a gyermek érzelmi fejlődésére is.

A pozitív tapasztalataim ösztönöztek arra, hogy ezzel a témával behatóbban, kutatásokat végezve is foglalkozzam, valamint érdekelt az is, hogy ezt hogyan tudnám „átültetni”, érthetővé tenni a bölcsődés korosztály számára.

A mesék és az olvasás szeretete már egész kisgyermekkoromban megjelent nálam. Szüleim elbeszélései alapján tudom, hogy még bár olvasni nem tudtam, de utánozva az olvasást, ujjammal követve a sorokat meséltem el a meséket a könyvekből. A könyvek szeretete egész életem során elkísért, bár a mesekönyvek akkor kerültek ismét előrébb, amikor a kisfiam megszületett. Próbálom őt is mind a mai napig a mese, az olvasás szeretetére nevelni.

Én hiszem és vallom is azt, hogy a mese a gyermekek életében óriási hatással van a fantáziaviláguk alakulására is, és személyes meglátásom és egyben tapasztalatom is az, hogy mindez az érzelmek fejlődésre, tanulására is hatással lehet.

Ezekén kívül hiszem azt is, hogy ha egy kisgyermek megtanulja az érzelmeit helyesen kifejezni, valamint megérteni őket, akkor a későbbiekben, a későbbi szocializációs folyamatok során, a társadalomba való beilleszkedése is könnyebben fog majd menni, együttérző és kiegyensúlyozott személyiség válhat belőle, de még ezen is túlmenően majd később ugyanezeket az alapokat lesz képes átadni a saját gyermekeinek is. A meglátásom lehetséges, hogy kissé utópisztikusnak tűnhet, de remélem a kutatásom segítségével kideríthetem, hogy mennyire lehetséges a gyermekek érzelmi fejlődését elősegíteni, irányítani.

Úgy gondolom, nem kell egy mesének célzottan tanító jellegűnek lennie ahhoz, hogy az befolyásolja a gyermek érzelmi-és személyiségfejlődését. Számos korábban íródott, klasszikusnak számító mesét is alapul vehetünk, melyek szintén alkalmasak lehetnek e célból.

Bízom benne, hogy a kutatásaim és a vizsgálat segítségével majd sikerül ezt a feltevést alátámasztanom. Ezenkívül célom az is, hogy választ kaphassak arra, hogy valóban lehet-e ilyen módszerekkel, mesékkal a bölcsődés korosztályú gyermek érzelmi- és személyiségfejlődését elősegíteni, fejleszteni.

1. A mese, mint műfaj

„A mese az az ábécéskönyv, amelyből a gyermek megtanul a saját lelkében olvasni.”

(Bettelheim, 1985)

A mese egy régi epikai műfaj. Azonban az összes mesével kapcsolatos kutatás egyetért abban, hogy a mese szinte egyáltalán nem definiálható egy meghatározással. Általában szinte mindig egy, valamilyen csodás elemet tartalmaz.

Nyitrai szerint a meséket érdemes különböző nézőpontok szerint megfigyelni. Az első szerinte, hogy a történelem folyamán milyen szerepet töltöttek be. Ebben a kontextusban megfigyelhető volt, hogy a felnőtté váláshoz és a fejlődéshez már a korai időkben is szükség volt a mesélésre, főként a tapasztalatok átadása miatt. A második szempont, hogy az írásbeliség kialakulása után milyen szerepet töltött be a mese. Itt már megfigyelhető, hogy a mesélés, és ahhoz köthető szokások nagyban függtek attól, hogy milyen a családi háttér, hiszen van olyan gyermek, akinek napi szinten mesélnek, és van olyan, akinek szinte sohasem. A harmadik nézőpont pedig a kompetenciák szempontjából közelíti meg a mesélést, mégpedig a gyermeki és a mesélő, vagyis a felnőtt kompetenciája szerint is.¹

Kétfajta mesét lehet eredetük szerint megkülönböztetni, a népmesét és műmesét. A népmesék mondanivalója mindig valami olyan tanulság, igazság, ami örök érvényű és jellegében általános igazság. A népmesékben mindig könnyen felismerhetőek egy adott nép szokásai, hiedelmei. A népmesék nagyon fontos szerepet töltenek be a gyermekek életében és egyaránt az érzelmeik fejlesztésében, tanulási folyamataiban is, hiszen ezek egyfajta megoldást és tanulságot is kínálnak az életük során adódó különböző helyzetekre.

A műmesék a népmesékkel ellentétben irodalmi alkotások. A mesék alapja ebben az esetben lehet ennél a műfajnál is a népmese, viszont itt a szerző egy ismert személy. A bölcsődés korosztálynak, illetve a kisgyermekkorban először még célszerű én-meséket, állatmeséket, verses meséket, lánc meséket mesélni.

Az *én mese* egy olyan fajtája a műmeséknek, ahol a gyermek a főszereplő. Ezekben a mesékben a gyermek egy-egy napját vagy vele történt eseményt mesélünk el.

Az *állatmesékben* értelemszerűen mindig az állatok a főszereplők, de emberi tulajdonságokkal vannak felruházva, ezáltal a gyermekek könnyebben tudnak velük azonosulni. A gyermekek számára természetes az, hogy az állatok tudnak beszélni és emberi módon cselekszenek.

¹ Nyitrai Ágnes: A bölcsődés gyermek és a mese, 2012.

<https://pea.lib.ptc.hu/bitstream/handle/pea/14183/Autonomia-es-Felelosseg-Nevelestudomanyi-Folyoirat-Ievf-2015-2sz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>, 2022.12.09., 48-51p.

Ezekből a mesékből a gyermekek nagyon sokat tanulnak meg az emberekről, a kapcsolatokról. A történetek által érzékelhető a jó és a rossz közötti különbség is. Az állatmesék is, mint minden más mese, nagyon fontosak a beszédfejlődés szempontjából is, hiszen rövid és egyszerű szerkezetűek.

A *tündérmesékről* általánosságban elmondható, hogy ezeket a történeteket tartják leginkább igazi mesének, bár ezek a mesék nem alkalmasak a bölcsődei korosztály számára.

A *legendamesék* a leggyakrabban sokszor átmenetet képeznek a monda és a legenda között. Ezek a mesék szintén nem ajánlottak a bölcsődei korosztály számára.

A *novellamesék* nagyon hasonlóak a tündérmesékhez, bár ezekből többnyire hiányzik a csodás elem. Ugyanúgy, ahogy a tündérmesék sem, így ezek sem a bölcsődés korosztály számára ajánlottak.

A *tréfás mesékre* jellemző a sokszínűség és, hogy nagyon változatosak. A mesék fajta névvel ellentétben azonban nem mindig vidámak. Szinte mindig tartalmazznak valamely nevelő célzatot is. Ezek is azon fajta mesék közé tartoznak, melyeket bátran lehet a bölcsődés korosztályú gyermekeknek ajánlani.

A *hazugságmesék* sokszor egy-egy tréfás és kitalált kalandról és történetről szólnak. Többször fordul elő benne valami természetfeletti motívum is. A tréfás mesékkal ellentétben azonban ezek nem ajánlatosak a kisgyermekek számára.

A *formulameséknek* nagyon sok fajtája ismert. Egységesen azonban elmondható róluk, hogy a gyermekek körében nagyon kedveltek a bennük lévő hangzás, az ismétlődések és a lüktetésük miatt. Ilyen mese például az:

- láncmese
- halmozó mesék
- hangutánzó mesék
- felelgetős mesék
- mondókamesék
- csalimesék.²

² Gyöngy Kinga: Első lépések a művészetek felé I., 2022.

1.1. Hogyan meséljük a bölcsődében?

Nagyon fontosnak tartom először is azt, hogy a mesélést már minél kisebb korban kezdjük el a gyermekeknek. Ezzel egy jó, pozitív mintát is adva majd. Fontos az is, hogy a gyermek mit lát a környezetében maga körül, hiszen ebben a korban ők többnyire még utánzással tanulnak. Amilyen mintát lát, úgy fog ő is később viselkedni. Lényeges a mesélés során, hogy milyen élményt nyújt maga a mese, mesélés a gyermeknek. A megfelelő pozitív élmény nyújtása miatt elengedhetetlen a nyugodt légkör kialakítása a meséléshez. Fontos, hogy a gyermek figyelmét ilyenkor ne vonja el semmi más, csak a mesélőre és a mesére tudjon figyelni. Ez a kicsi idő megfelelő alkalom arra is, hogy ebben a túlhajszolt és rohanó világban kicsit lassítson a mesélő, szülő és a gyermek is, csak egymásra figyelve és pihenve.

Nagyon jó módja lehet a mesélésnek, ha azt a gyermek mindennapi rutinjába illesztjük bele. Ezt gyermektől függően lehet egy ebéd utáni pihenés előtt is, vagy a nap lezárásaként este a fürdés után is. Fontos, hogy ilyenkor csak erre szánjuk az időt, ne rohanjunk vele. A mesélés közben, főleg a kisgyermekeknél lényeges, hogy lássák is a mesélő arcát. A mesélés közbeni arcimimika és hanghordozás, hanglejtések még élvezhetőbbé teszik a mesét, ha azt átéléssel és örömmel meséljük. A mesélésben, meseélmény átadásában, sőt a korai olvasóvá nevelésben is nagyon fontos szerepe van a kisgyermeknevelőknek. Lényegesnek tartom megemlíteni, hogy a kisgyermeknevelőknek széleskörűen tájékozottnak kell lenniük a mesékkel kapcsolatban, hiszen a szülők olykor-olykor tanácsért is fordulhatnak hozzájuk a mesélés témában, és ilyen esetekben hitelesnek kell lenniük, valamint mindig a gyermek érdekeit szem előtt tartva kell tanáccsal ellátni őket.

Az egyik, ha nem a legfontosabb tulajdonság egy mesemondó esetében, hogy feltétlenül szeresse a mesét. Szerintem, ha ez nincs meg, akkor lehet bárhogy mesélni, nem lesz olyan hiteles és a meseélményt sem fogja tudni kellőképpen átadni, valamint ezt a közönség, a gyermekek is hamar észreveszik, ezáltal érdektelenné válnak. Természetesen egy kisgyermeknevelőnek nem kell híres mesemondó képességekkel rendelkezni, de fontos, hogy szívvel lélekkel meséljen, átéléssel és nem utolsósorban, hogy kellő hangulatot teremtsen a meséléshez.³

Főleg a kisgyermekes esetében nagyon fontos az, hogy milyen mesét olvasunk, milyen mesét hallanak nap, mint nap. A mesék ugyanis nagyon sok probléma megismerésére, megoldására

³ Kocsis Éva: Hogyan Meséljük a gyerekeknek? In. Magyar Olvasástársaság honlapja (online) http://www.hunra.hu/index.php?option=com_content&view=article&id=94:hogyan-meseljuenk-a-gyerekeknek&catid=40:szulok-kerdezik&Itemid=62, 2022.12.09.

alkalmasak. Rengeteg pszichés, illetve tudatalatti vagy tudatos problémát is meg lehet oldani egy jól kiválasztott mesével. A mesék segítségével ugyanis a gyermekek fantáziája fejlődik, beindul, ezek pedig segítenek feloldani a gátaikat, feldolgozni a tudatallatban lévő problémákat, fel nem dolgozott eseményeket.

Szem előtt kell tartani a meseválasztás során, hogy minél egyszerűbb a kiválasztott mese szerkezete és nyelvezte, annál könnyebben tudja feldolgozni a gyermek és annál könnyebben éli bele magát és tud azonosulni a szereplőkkel is.⁴

Ez a kompetencia magában foglalja az irodalom, a könyvek, a mesék szeretetét, valamint azt, hogy a mesélő képes a mesélést élménnyé varázsolni. Természetesen ezt nem csak a szülőkre lehet levetíteni, hanem a pedagógusokra is és kisgyermeknevelőkre is.⁵

„A gyermek kompetenciái csak úgy fejlődhetnek a mesélés hatására, ha kompetens felnőtt mesél neki.”⁶

1.2. A bölcsődés – 0-3 éves korosztály érzelmi sajátosságai

„Az érzelem emberre jellemző lelki jelenség, melynek meghatározása – összetettsége és szubjektív jellege miatt – meglehetősen nehéz.”⁷

Mező Katalin publikációja arra utal, hogy az érzelmek alapvetőek voltak az emberi evolúció során, a fejlődésünk során. Azon pszichológusok szerint, akik az evolúciót kutatják, az alapérzelmekre épülve számtalan újabb érzelmtípus is megjelent már.⁸

Az érzelmi fejlődés ebben a korban nagyon fontos és dinamikusan fejlődő. A gyermekek ilyenkor sajátítják el az alapvető érzelmi képességeket. Ebben a korosztályban a fejlődésnek egy jellemző sajátossága, a korai kapcsolatteremtés – kötődés.

A biztonságos kötődés kialakítása ebben a korban alapvető fontosságú, a későbbiekben pedig meghatározó jellegű az érzelmi egyensúlyra nézve. Az érzelmek kifejezése szabályozása is szintén nagyon lényeges, hiszen a gyermekek ebben a korban még csak tanulják, hogy érzelmeiket milyen módon tudják kifejezni. Ezeket még egyelőre csak az arcukkal, a testükkel, a hangjukkal fejezik ki. A szabályozását szintén tanulják még, melyben, az első

⁴ Erdélyi Margit: A Mese, mint sajátos műfaj, 2015.

⁵ Nyitrai Ágnes: A bölcsődés gyermek és a mese, 2012. p. 50.

⁶ Nyitrai Ágnes: A bölcsődés gyermek és a mese, 2012.

⁷ Mező Katalin: A kora gyermekkori családi nevelés hatása az érzelmi intelligencia kialakulására és fejlődésére, 2018. p. 44.

⁸ Mező Katalin: A kora gyermekkori családi nevelés hatása az érzelmi intelligencia kialakulására és fejlődésére, 2018.

években nagy segítség számukra az őket körülvevő család, a szülők és adott esetben a kisgyermeknevelők is. Az érzelmi fejlődés és biztonság tekintetében is nagyon lényeges ez a kor. Az érzelmek fejlődését segíti elő, elsősorban azok megértése és környezethez kapcsolása. Alapvető a biztonságon túl az érzelmi biztonság megteremtése is. A gyermekek, mint minden más terület esetén is az érzelmek szemszögéből nézve is sokfélék, egyediek és mindenki a saját ütemében halad, a fejlődésüket tekintve is. Fontos megjegyezni, hogy mindehhez elengedhetetlen a támogatása a szülők, a környezet részéről és a feltétel nélküli szeretet.

A személyiség fejlődése

„A személyiség az a rendszer, amely meghatározza az egyén jellemző gondolkodását és viselkedését.”⁹ Személyiségünk legfőbb tényezőit főként szüleinktől örököljük. Talán kicsit meglepő módon a személyiségünk többi része, az alapja, az első öt életév folyamán alakul ki. Freud szerint az ember már veleszületett ösztönökkel jön erre a világra, viszont ezeket az ösztönöket csak akkor tudjuk megfelelően kibontakoztatni, ha ehhez kellő támogatást, segítséget is kapunk. Nagyon fontos a szociális környezet hatása is ebben az időszakban. John Locke (Filozófus) szerint viszont a gyermek tiszta lappal jön a világra. Ezt a nézetet vallotta John. B. Watson is, miszerint a gyermekből bármi lehet, csak segítő és tudatos nevelés kell hozzá.

Az első évben alakul ki a gyermekeknél a bizalom. A legfőbb ilyenkor, hogy a szülő mindig a helyzetnek megfelelően reagáljon a gyermek igényeire, hiszen így tud kialakulni a bizalom. A második évben alakul ki az önbizalom, az önkontroll és a szégyenérzet. Ebben az esetben nagyon fontosak az állandó határok, a kiszámíthatóság és a következetesség. A 3-6 éves kor közötti időszakban a bűntudat alakul ki. A tudatos cselekvéshez ilyenkor a támogatásra és megerősítésre van szükség. Nagyon fontos a korai években a szülők és a pedagógusok határozottsága is és eltökéltsége, mert a gyermek érzi a felnőtt lelkiállapotán azt is, ha ő bizonytalan.¹⁰

⁹ Vida Ágnes: Babapszichológia. Lélek, viselkedés, fejlődés kétéves korig. Budapest: Kulcslyuk Kiadó, (2011), p. 47.

¹⁰ Vida Ágnes: Babapszichológia, 2011.

1.2.1. A 0-3 éves korú gyermek általános lélektani jellemzői

A kutatási eredmények arra mutattak rá, hogy a születéstől fogva már rendelkezünk úgynevezett alapérzelmekkel, félelem, harag, öröm, szomorúság, undor, csodálkozás, érdeklődés.

Ezek közül is néhány már az újszülött csecsemőkben is jelen van. Kernberg (1996) szerint a fő mozgatórugói a viselkedésünknek ezek az alapérzelmek. Az első kutató, aki az érzelmek tanulmányozásával foglalkozott, azok kimutatásának és megértésnek szemszögéből való vizsgálódásával, az nem más, mint Darwin volt. Kutatásiban feltételezte azt is, hogy az érzelmek kifejezését bizonyos esetekben nem tanuljuk, hanem örököljük. Ezt bizonyította az is, hogy egyes érzelmek kimutatására már az újszülött csecsemők is képesek, függetlenül akár a népcsoporti hovatartozástól is.¹¹

Az EQ-ról

Az EQ az Érzelmi intelligencia rövidítése. Manapság gyakran lehet hallani, hogy milyen fontos ennek a fejlesztése is már a kora gyermekkorban. Erre irányulóan egyre több könyv és már szép számú játék is rendelkezésre áll széles körben. „Az érzelmi intelligencia az érzelmekben való gondolkodás képessége.”¹²

Mayer (2003) Mező Katalin tanulmánya szerint úgy vélte, hogy négy csoportra lehet osztani az érzelmi intelligenciát. Vizsgálni érdemes az érzelmek észlelése és kifejezése szempontjából, az érzelmek beillesztése szempontjából a gondolkodásba, az érzelmeink megértésének szemszögéből és a velük való bánásmód nézőpontjából is. Ha e részképességeket mind elsajátítja egy felnőtt ember és alkalmazni tudja, akkor fogja igazán tudatosan ismerni és irányítani az érzelmeit is.¹³

Kádár Annamária úgy fogalmaz a Mesepszichológia című könyvében, hogy az érzelmi intelligencia tesz minket képessé arra, hogy felismerjük a saját, illetve a körülöttük lévő emberek érzelmeit, hangulatát, valamint arra is, hogy ezekre megfelelő módon reagáljunk is. Ha tisztában vagyunk a saját érzelmeinkkel, akkor nagyobb a valószínűsége annak is, hogy ezek kiváltó okát is meg fogjuk érteni. Ha felnőttként ezeket az érzelmi folyamatokat

¹¹ N. Kollár Katalin, Szabó Éva: Pszichológia Pedagógusoknak, Osiris Kiadó, 2004.

¹² Mező Katalin: A kora gyermekkori családi nevelés hatása az érzelmi intelligencia kialakulására és fejlődésére, 2018. 45p.

¹³ Mező Katalin: A kora gyermekkori családi nevelés hatása az érzelmi intelligencia kialakulására és fejlődésére, 2018.

kellőképpen megismertük, akkor lesz lehetőségünk arra, hogy szabályozzuk, kezeljük őket. A gyermekek érzelmei annyiban különböznek, hogy sokkal intenzívebbek, változékonyabbak.

Emiatt kell nekünk felnőtteknek segíteni őket az önkontrolljuk kialakításában. Ha már az önkontrollt sikerül bennük kialakítani, akkor a kudarctűrő képességük is nőni fog, ezzel együtt könnyebben birkóznak majd meg a különböző élethelyzetekkel is.

Az érzelmi intelligencia folyamatosan hatással van ránk és a környezetünkre is, gyakorlatilag észrevétlenül bár, de minden szociális élethelyzetünk során erre támaszkodunk. Az EQ nem egy velünk született képesség, a szocializációs folyamatok, fejlődésünk által alakul és fejlődik ki.

Úgy gondolom, hogy a gyermekek estében nagyon lényeges lenne, hogy minél korábban segítsük ennek a fejlődését elő, mert később sokkal könnyebben küzdenek majd meg saját érzelmeikkel, élethelyzetükkel is, illetve sokkal érzékenyebbek és elfogadóbbak lesznek a világ, a társadalom, társadalomban élőkkel szemben is.¹⁴

A szülő szerepe az EQ fejlesztésében

A pre- és perinatális időszakot vizsgáló pszichológiai kutatások szerint egy újszülött már sok olyan készséggel jön a világra, melyek a terhesség alatt alakultak ki. Ezek közé sorolják az érzelmeket is, hiszen a magzat már az anyaméhben is élhet át érzelmeket, reagálva a külső ingerekre, az édesanyjára is például.

Ebben az életkorban nem lehet csak egyszerűen az érzelmek fejlesztéséről beszélni, hiszen figyelembe kell venni a kora gyermekkorban lévő gyermekek fejlettségi szintjének sajátosságait is. Emiatt valóban inkább egyfajta indirekt fejlesztés valósulhat meg, vagy másképp nevezve tudatos minta átadása.¹⁵

Kerekes Valéria szerint az az elsődleges, hogy a szülők állandóan ott legyenek a gyermekeik életében, ezzel érzelmi biztonságot nyújtva nekik. Fontos, hogy a szülő vagy nevelő mindig hiteles és ön azonos tudjon maradni. Ezen kívül fontosnak tartja azt is, hogy a szülők vagy nevelők (ha a gyermek intézményben van) merjék őszintén kimutatni az érzelmeiket, mondják el, ha szomorúak, vagy ha dühösek, de azt is, ha épp boldogok.

¹⁴ Kádár Annamária: Mesepszichológia, 2012.

¹⁵ Mező Katalin: A kora gyermekkori családi nevelés hatása az érzelmi intelligencia kialakulására és fejlődésére, 2018.

Mindig úgy kell cselekednünk, ahogy érzünk, hiszen ezekből a mintákból tanulnak a gyermekek is. Sokszor éppen az a baj, hogy otthoni környezetben ezt a szülők nem így teszik. Leplezik, hogy éppen mit éreznek, mit gondolnak, nem mutatják ki érzelmeiket. Ha azonban mi is kifejezzük a gyermek előtt az érzéseinket, azzal ő is megtanulja a saját érzéseit is kifejezni majd.¹⁶

1.2.2. A mesélés hatása a gyermek érzelmi fejlődésére

A mesélésnek önmagában is nagyon sok pozitív hatása van, de érdemes kiemelni, hogy mekkora hatással bír az érzelmekre, azok fejlődésére, különösen a korai gyermekkorban.

Az érzelmek kifejezésének szempontjából nézve segít a gyermeknek az érzelmeit a megfelelő módon megérteni és kifejezni. A mesehősök karakterei révén tanulják meg kifejezni önmagukat és érzelmeiket. Az empátia kialakulásának szempontjából, a mesékben olyan helyzetek fordulhatnak elő, olyan cselekmény játszódhat le, amely által könnyen kialakulhat az empátia készsége és az együttérzés is.

Az EQ fejlesztése szempontjából nézve lényeges elem, hogy nagyon sok mese története épül ma már arra, ami az érzelmi intelligenciát is fejleszti. Ha a stressz kezelése szempontjából nézzük, akkor láthatjuk, hogy a mesékben lévő mesehősök különböző nehézségei, feladatai és kihívásai által tanulhatnak a gyermekek az életben adódó nehézségekről és arról, hogy ezeket milyen módon, milyen megoldásokkal tudják kezelni majd.

A képzelőerő és kreatív gondolkodás tekintetében pedig, a mesék sokszínű birodalma, valamint maga a mesélés is serkenti a gyermekek képzeletét és gondolkodását. A biztonság megteremtésének szempontjából pedig lényeges, hogy amennyiben a napi mesélés egyfajta rutinná válik, önmagában már ez is egy biztonságérzetet teremt a gyermeknek, de a mesékben található ismétlődő - állandó szereplők, karakterek is egyfajta megnyugvást, biztonságot nyújtanak majd.

Nem utolsósorban pedig a nyelvi fejlődés, szociális értékek szempontjából nézve szerintem az élőszóval mesélt történetek nagyban hozzájárulnak a gyermekek nyelvi fejlődéséhez is. Ezen túlmenően is a meghitt, nyugodt mesélés közben szorosabb kapcsolat alakulhat ki a szülő és a gyermekek között is, vagy a mesélő és gyermek között. Fontos itt is megemlíteni, hogy mivel minden gyermek más és más, egyedi jellem, így ezek a hatások is mind-mind különbözőek

¹⁶ Keresztesi Eszter: Mesék és az érzelmi intelligencia fejlesztése kisgyermekkorban – Interjú Kerekes Valériával, 2022.

lehetnek rájuk. Lényeges viszont az is, hogy a gyermekek mesélés közben el tudják magukat engedni, át tudják magukat adni a mesélő által teremtetett mese élménynek, világnak, hogy a mesélés egy szórakoztató és pozitív élmény legyen számára.¹⁷

Nógrády László szerint a mese egy érték, mégpedig erkölcsi érték, ami kihat az egész életünkre és fejlődésünkre, beleértve az érzelmeinket is. A mese egyszerű mivolta és az őszintesége az, ami miatt alkalmas lehet a gyermekek fejlődésének elősegítésére.¹⁸

Meseterápia

A meseterápiák alapját képezik, hogy mindegyik valamely életproblémára vagy nevelési problémára próbál megoldást nyújtani. Úgy gondolják, hogy a mesék egyfajta szimbolikus választ adhatnak ezekre.

Sokféle meseterápiás módszer létezik már hazánkban is, melyet Béres Judit cikkében mutatott be. Közülük is elsőként talán Bajzáth Mária (mesepedagógus) Népmesekincstár mesepedagógiai módszerét említeném. A módszer alapja, hogy a gyermekek életkori sajátosságait veszi figyelembe. Olyan meséket válogatott össze a szerző, mely az adott korosztályt érintő kérdésekre adhat választ és segítséget.

A másik említésre méltó módszer Kerekes Valéria és Kádár Annamária nevéhez köthető, ez a Mesét Másként módszer. A népmesék és a drámapedagógia összekapcsolásával próbál segítséget nyújtani. A módszertani kötet alapjául szolgáló könyv nem csak pedagógusok, hanem laikusok, szülők számára is jól értelmezhető és alkalmazható ötleteket, feladatokat ajánl. Nagyon hasznos fejezeteket tartalmaz ez a könyv, mint például „A mesélés rítusa” című fejezet. Ez a fejezet segítséget nyújt a megfelelő mesélési technika kialakításához.

Vagy ilyen fejezet a „Hogyan meséljünk másként”, mely példa meséket mutat be és ad hozzájuk gyakorlati tanácsokat, játékokat is. Ezek a játékok emocionális szinten közelítenek a mesék érzelmi üzenetéhez.¹⁹

A mesék sok esetben tanítanak meg küzdeni, megmutatják a gyermeknek nem csak az életükben előforduló lehetséges jó dolgokat, hanem a rosszakat is. Megtanít a mese arra, hogy érdemes harcolni a rossz dolgok ellen a jókért. Sok esetben a szülők, de még sajnos néha a pedagógusok között is akad olyan, aki pont emiatt válogatja meg a meséket és szűri őket,

¹⁷ Nyitrai Ágnes: A mese, a vers és a képeskönyv szerepe a bölcsődés gyermek életében és fejlődésében, 1995.

¹⁸ Nógrády László: A mese, 1917.

¹⁹ Béres Judit: Mesepszichológia a gyakorlatban, 2018.

hogy jót halljon a gyermek, védeni kell a rossztól, holott ez éppúgy hozzátartozik az egészséges fejlődéshez, mint bármi más.²⁰

Az EQ és a mese, mesélés:

„A mese úgy segíti a gyermeket a félelmei leküzdésében, hogy egy olyan hőst mutat neki, akivel azonosulni tud.” (Vekerdy, 2010)

A mese abban segíthet egy kisgyermeknek, hogy ez által be tudja azonosítani az érzelmeit, többségében félelmeit, kételyeit. Megtanulhatják általa felismerni és elfogadni őket, valamint azt is, hogy ezeket milyen módon tudják szabályozni.

A gyermekek sokszor a mese főhősével azonosulnak, ami egy nagyon jó példa is és egyben tanítás arra, hogy mennyi mindennel kell az életünk folyamán megbirkózni és hogy ezekkel meg is lehet birkózni sikeresen. A legtöbb mese tanít is valamire, tudat alatt mindegyikben van egy-egy olyan nehézség, amivel a gyermek azonosulni tud. Lényeges azonban megemlíteni, hogy a mesék hatása sem jelentkezik azonnal, lehetséges, hogy egy mesét többször is el kell mesélni, olvasni, sőt az is előfordul olykor, hogy a gyermek saját maga kéri a mese többszöri mesélését majd.

„A meséknek óriási szerepe van a reziliencia, másképpen a rugalmas állóképesség alakításában, erősítésében, így a rendszeres meseélmény pszichésen ellenállóbbá teszi a gyermeket.”²¹

Nagyon fontos megjegyezni, hogy mindezeket a pedagógusok is tudatosan használják, legyenek tisztában azzal, hogy mennyi területet képesek a mesélés által fejleszteni, ugyanakkor eközben élményt átadni, örömet szerezni a gyermekeknek. A mesélést, mint eszközt legyenek képesek használni. Ezen kívül nagyon fontos, hogy sok olyan történetet is halljanak a gyermekek, melyek személyesek, velük történtek meg. Akár egy napjukat, egy-egy fontosabb eseményt újra átélve a mese által, vagy feldolgozva. Ezek a típusú mesék már-már gyógyító erővel bírnak.²²

²⁰ Bruno Bettelheim: A mese bűvölete és a bontakozó gyermeki lélek, 1985.

²¹ Gyöngy Kinga: Első lépések a művészetek felé – Nyitrai Ágnes: A mesélés jelentősége kisgyermekkorban, 2022. Budapest, p. 344.

²² Roobrouck, Lucie: Improving Children's Mental Wellbeing through Stories, 2018.

2. A mesék dramatizálásának módjai, módszerei

Bábozás

A bábjáték önálló műfaj. Négy kategóriáját különböztetjük meg.

- Művészi bábjáték
- Vásári bábjáték
- Népi bábjáték
- Alkalmazott bábjáték

Dolgozatomban ez utóbbi fajtájú és típusú bábjátékformák állnak a középpontban, pontosabban a pedagógiai bábjáték.

Ennek a típusnak lehet célja a személyiség- és képességfejlesztés is, a hallgató viselkedésének formálása, de motivációs eszköz is lehet. A bábjáték ebben az esetben nem pusztán élményt nyújt és ad át, hanem lehet egyfajta nevelő gyógyító, segítő-fejlesztő hatása, célzata is. A pedagógiai bábjáték, mivel a nevelés, oktatás része, így alkalmas lehet többek között az anyanyelvi neveléshez is, zenei neveléshez, a személyiség fejlesztéséhez vagy épp a kommunikációs képességek fejlesztéséhez is.

A mesék dramatizálásánál fontos mindig szem előtt tartani, hogy a bábozás során nemcsak elmesélünk egy történetet, hanem a bábokkal el is játsszuk azt.²³

Sokoldalúsága miatt a bábjáték erős személyiségfejlesztő és formáló hatással bír, ezen belül pedig nyilvánvalóan az érzelmek fejlesztésére is alkalmas.

A bábozás éppen ezért alkalmas lehet a kapcsolatok könnyebb kialakításának támogatására is, hiszen főképp, ha a kisgyermeket nézzük, ők könnyebben teremtenek egy bábuval kapcsolatot, mint egy számukra idegen felnőttel. Nagyon érdekes például megfigyelni azt is, hogy egy báb segítségével egy gátlásos, szorongó, bátortalan gyermek is milyen könnyen közelíthető meg és oldható fel az adott állapotából.

Ki kell emelnem, hogy többek között nagyon hasznos az agresszió és düh kezelésében és csillapításában is, de ugyanígy a szorongás és félelem oldásában is.²⁴

A mesélésnek, akár csak a bábozásnak is, egyetlen célja kell, hogy legyen, mégpedig, hogy örömet szerezzünk vele annak, aki hallgatja, valamint élményt nyújtunk vele. Nem kell feltétlenül, főleg gyermekkorban, hogy az adott mesét elmondása után megbeszéljük a gyermekekkel, vagy feldolgozzuk, hiszen azzal elveszik mindaz a cél, amiért mesélünk.

²³ Arany Erzsébet - Láposi Terka: Módszertani segédlet a Bábjáték és a Bábkészítés tanításához, 2013.

²⁴ A bábjáték alkalmas a gyermek személyiségének fejlesztésére, 2022. <https://mesedoktor.hu/mesedoktorok-meseterapia-post/29/A-babjatek-alkalmas-a-gyermek-szemelyisegenek-fejlesztesere>, 2024.03.25.

Bajzáth Máriát idézve, „Azt tanítom, hogy a mese a nevelés táltosparipája, egy univerzális segítő, amit fejlesztő eszközként tudunk használni. Egy mesepedagógia foglalkozással fejleszthető mind a tíz intelligencia-terület, a képzelet, a gondolkodás, a rendszerező képesség, az elemző képesség, a társas kapcsolat. Egy olyan végtelen lehetőséget biztosító „eszköz”, mint az Óperenciás-tenger maga.”²⁵

Mindhárom mesémet az alapján választottam ki, hogy ezek milyen hatást gyakorolnak az érzelmekre, illetve, hogy melyik érzelmetípusra hatnak, valamint, hogy terjedelmük és témájuk befogadható legyen a bölcsődés korosztály számára is.

A bábozásnak is, mint bármilyen más tevékenység kezdeményezésnek előre tervezettnek és spontánnak kell lennie. Szem előtt kell azonban tartani, hogy a gyermekcsoport igényeihez mérten rugalmas legyen a tervezés is.

A tevékenységek ideje egyik esetben sem volt az én tervezésem során sem 15-30 percnél hosszabb, mivel ezen korosztály esetében még ez az az időkeret, ami alatt leginkább leköthető a gyermekek figyelmé. Egy-egy mesélés, bábozás között legalább 4-5 nap szünetet tartottam. Felépítését tekintve először mindig a könyvből, illetve könyv segítségével adtam elő a mesét, hogy a gyermekek először ismerkedhessenek a mesével, szereplőkkel, megbarátkozhassanak vele.

Az eszközök készítésénél, tervezésénél szem előtt tartottam, hogy higiéniai és egészségügyi szempontoknak is megfeleljenek a bölcsődei korosztály tekintetében.

A kötény és a párna esetén is puha filc anyagból készültek az ujjbábok. A bábok formáját pedig a könyvek illusztrációja alapján állítottam össze és valósítottam meg.

A mesebőröndhöz a figuráimat amigurumi technikával készítettem el, illetve az egyik szereplőt filc anyagból varrtam meg.

A történetek első alkalommal történő mesélése során figyeltem fel arra is, hogy előnyös az, ha a mesélés közben a gyermekek is láthatják a könyvet. Minden alkalommal, amikor mesélni szerettem volna a puha sarokba ültem le, és szinte kivétel nélkül ilyenkor minden gyermek körém gyűlt, hiszen korábbi tapasztalatokból ezek a gyermekek már jól tudták, hogy ilyenkor valami érdekes mesét hallhatnak.

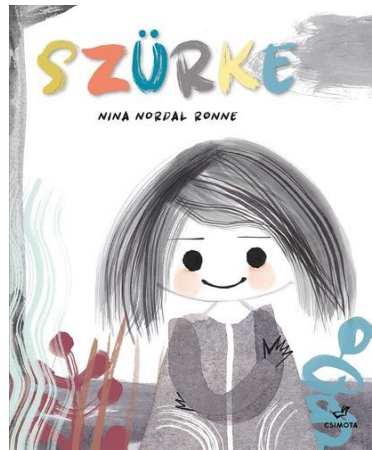
Mivel e mesék még újak voltak a gyermekek számára, így többször is meg kellett állni a történetek során, hogy egy-egy szituációról beszéljünk, képet megnézzenek jobban.

²⁵ Sallai Éva: Interjú Bajzáth Máriával - A mese a nevelés táltosparipája, 2015. p. 36.

2.1. Mesekötény

A mesekötény egy olyan eszköz, melynek alkalmazásával a gyermek jobban át tudja élni a meseélményt. Ez lehet egyfajta jelmez is, ha a kötény maga a mesetörténet témáját vagy egy szereplőjét testesíti meg. A kötény lehetőséget ad a mese témájának, vagy a történet helyszínének illusztrálására is. Jelen példában a kötény maga a tengerpartot idézi fel.

Lehetőség van interaktív elemeket is beleszőni, hozzáadni, akár, ha saját példából meríték, például zsebekkel kiegészíteni. Ezekben lehet különböző tárgyakat elrejteni, ezzel is fokozva a gyermekek érdeklődését. A kötény viselésével a mesélő jobban bele tud bújnia mesélt karakter bőrébe, ezzel is interaktívabbá téve a mesélést.



1. ábra Nina Nordal Ronne: Szürke című könyv

Mesebemutatósom alapját Nina Nordal Ronne: Szürke²⁶ című meséje képezte. Lényegében véve, formáját tekintve a báb itt egyfajta síkbáb.

A kötényen a mesét síkbábokkal keltettem életre.

A síkbáb esetén bármilyen anyag felhasználható lenne a technika szempontjából, de mivel ebben az esetben egy kötény az alapja, így filc anyagot használtam hozzá, ebből készültek a bábok. Ezeket öntapadós tépőzár segítségével rögzítettem az alaphoz.

A mesekötényen a mese helyszíne elevenedik meg, ebben az esetben ez a tengerpart, a bábok pedig sík és ujjbábok.

²⁶ Nina Nordal Ronne: Szürke, 2021.

Mivel kutatásom során nem találkoztam e mese dramatizált feldolgozásával semmilyen formában, így a nyomtatott könyv változata képezte a bábok és a dramatizálás alapját.

A könyv a színeken keresztül mesél a barátságról a gyermekeknek. A szerzője író és illusztrátor is egyben. A mesében egy kislány a főszereplő, Szürke, akivel senki sem akar először barátkozni. Szürke emiatt szomorú, és szeretne olyan lenni, mint a többi gyerek, Kék, Piros és Sárga. Aztán a történet előrehaladtával sikerül neki olyan barátokra találni, akik elfogadják olyannak, amilyen. A történet rámutat arra is, hogy mindenben lássuk meg a jót, az egyedit, azt, hogy mindenki más és más egyéniség és mégis barátokra lehet lelteni bárkiben. Mindemellett a kisgyermekek számára egyben remek lehetőség a színek megismerésére is.²⁷

A meséléshez úgy készültem elő, hogy magamra kötöttem a kötényt, majd leültem egy kisszékre, ezzel is már felkeltve a gyermekek egy részének érdeklődését. A bábokat én most egy kis vesszőkosárába tettem bele, és ugyanebbe a kosárba kerültek a mesepárnához készült mese bábjai is. Egy két nagyobb kislány a csoportból már segítőkészen körém is gyűlt, így őket megkértem arra, hogy segítsenek nekem a kosárból ehhez a meséhez kiválogatni a szereplőket. Mivel már korábban a mesélések hatására jól ismerték a mese szereplőit, így nagyon ügyesen segítettek nekem a válogatásban.

Ezek után körém gyűltek a gyermekek szőnyegen, volt, aki ülve, volt, aki hason fekvé és el is kezdődhetett a mesélés.

2.2. Mesepárna

A mesepárna alapját ebben az esetben az Aurélie Chien Chow Chine által írt Gaston Érzelmek – Türelmetlen vagyok című mesekönyv adta.²⁸



2. ábra Aurélie Chien Chow Chine: Gaston Érzelmek – Türelmetlen vagyok című könyv

A mesét párnán újjábábok segítségével próbáltam dramatizálni. Az újjábábok akkora méretűek, hogy csak egy ujjam fér el benne. Szintén filc anyagból készültek, hímzéses és textilfestéssel festéses technikával díszítve.

²⁷ Nina Nordal Ronne: Szürke, 2021

²⁸ Aurélie Chien Chow Chine: Gaston Érzelmek – Türelmetlen vagyok, 2021.

Ezen mesére sem találtam feldolgozást, így a munkám alapját szintén a már kiadott könyv képezte csak.

Ez a módszer egyaránt alkalmas és alkalmazható az óvodában és a bölcsődében is a meseélmény átadására.

A mesepárnás mesélés által gyakorlatilag életre tudjuk kelteni a mesét. A gyermekek számára azonban már önmagában az is élményt nyújt, hogy ezeket a bábokat a kezükbe tudják venni, meg tudják tapogatni, esetleg akár ők maguk is játszhatnak, utánozhatnak, bábozhatnak velük. Mint minden más dramatizált mese előadása során, itt is nagyon fontos, hogy a mesélő fejből mondja és tudja a szöveget, és a mesét magabiztosan tudja előadni ezáltal.

A dramatizálás ebben az esetben is a vizualizálást, képalkotást segíti elő a gyermekekben, szemben a csak hallott mesével.

A mesémhez, meséléshez ebben az esetben úgy készültem elő, hogy először a kosarat készítettem ki egy alacsonyan, gyermekek számára is elérhető polcra a puhasarok szomszédjában. Ezt a kosarat a gyermekek a már korábban mesélt mesekötényes mese miatt jól ismerték. A mesepárnát már korábban a puha sarokba tettem le a többi párna közé, így a gyermekek ezt is nagyon hamar felfedezték és érdeklődve nézegették, kérdezték, hogy ez micsoda. Elmondtam nekik, hogy ez egy mesepárna, és hogy melyik már korábban hallott mese helyszíne látható rajta. Az idősebb lányok már hozták is hozzá nekem a kosárákat és szívesen segítettek mindjárt a bábokat ismét kiválogatni nekem ehhez a meséhez is. Ezek után kezdődhetett a mesélés, amiben most viszont a gyermekek is bátrabban segítettek már nekem, ugyanis a történetet, ahogy haladt előre úgy adták nekem kézre a bábokat is hozzá, hiszen a mesét és a szereplőket is már jól ismerték.

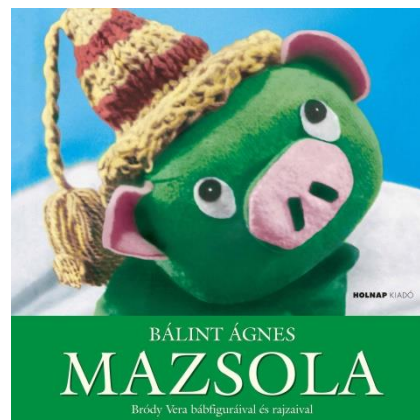
A könyv szerzője az előző példámhoz hasonlóan szintén író, grafikus egyben és óvodai relaxációs terapeuta is. Ez utóbbi foglalkozása miatt is nagyon hasznos tanácsokat tud adni könyvei segítségével az érzelmek fejlesztésére, megfelelő irányba terelésére is.

A Gaston Érzelmei egy több könyvből álló sorozat, mely kötetenként az érzelmeket dolgozza fel, egy-egy mese, történet segítségével. A főszerepben Gaston, a kis unikornis áll, aki, csakúgy, mint minden más kisgyermek, adott mesében unikornis, néha dühös, néha szomorú, féltékeny, fél valamitől vagy épp boldog. A sörényének a színe pedig a szerint változik meg, hogy éppen mit érez, milyen hangulatban van. A történetek során nem csak azt meséli el, hogy éppen mit érez, hanem azt is, hogy milyen gyakorlatokkal tudja magát megnyugtatni, hogyan tudja ezeket az érzelmeket kezelni saját maga.²⁹

²⁹ Aurélie Chien Chow Chine: Gaston Érzelmei – Türelmetlen vagyok, 2021.

2.3. Mesebőrönd

A mesebőröndöm alapjául egy régebbi meséhez nyúltam vissza, ez a Bálint Ágnes által írt Mazsola fürdik című mese.



3. ábra Bálint Ágnes: Mazsola című könyv

A dramatizálásomnak ez volt az egyik legkönnyebb és legnehezebb része és feladata is egyben talán. Nehéz azért, mert próbáltam ezt a mesét úgy élménnyé varázsolni és befogadhatóvá tenni a bölcsődés korú gyermekek részére is, hogy közben magát a bőröndöt és a bábokat egy bölcsődei környezetbe illően és persze strapabíróan, pici gyermek kézbe valóan kellett megalkotnom.

Könnyűnek talán azért mondanám, mert az előző kettő mesével ellentétben itt már volt mihez nyúlnom példaképpen, hiszen Bálint Ágnes Mazsoláját már számtalan módon és formában dramatizálták és személyesítették meg.

Az alap ebben az esetben egy régi gyermek bőrönd volt és benne a figurák horgolósos (amigurumi) technikával készültek.³⁰

A három mese közül ezt éreztem picit a legmerészebb vállalkozásnak, hiszen ez a típusú mese nem feltétlenül a bölcsődés korosztály számára ajánlott. A mesét ebben az esetben is kicsit rövidítettem és átfogalmaztam, azért hogy a gyermekek jobban megértsék, és jobban le tudjam vele kötni őket, ne legyen túl hosszú, természetesen szem előtt tartva azt, hogy a mese mondanivalója megmaradjon. Egy kicsit nyomós indokkal választottam ilyen régi, úgynevezett „retró” mesét is a vizsgálat alapjául, ugyanis úgy gondolom, hogy ezek a mesék egyre inkább kezdnek eltűnni a meseválasztások során.

A bölcsődékben már szerencsére széleskörűen elterjedt, hogy egy-egy mesét mesekötényen vagy mesepárnán keresztül adjanak elő, viszont mesebőrönd használatát még nem

³⁰ Bálint Ágnes: Mazsola, 2023.

tapasztaltam és nem hallottam. Éppen emiatt gondoltam úgy, hogy kipróbálom ez vajon milyen élménnyel szolgál a kisgyermek számára, hogyan fogadják, ha így hallanak és látnak egy mesét.

A mesével való ismerkedést szintén ugyanúgy kezdtem, ahogy a korábbi módszerek esetén is, először könyvből meséltem nekik. A csoportba járó gyermekek számára teljesen ismeretlen volt ez a mese, így már ezt is érdeklődve hallgatták és számomra meglepő volt, hogy későbbiekben is kérték, hogy meséljek nekik még a malackáról és a manócskáról. Amikor bevittem a csoportba a mesebőröndöt, az kivétel nélkül az összes gyermek figyelmét felkeltette. Kíváncsiak voltak vajon mit rejthet a bőrönd. Mivel már ismerték és megszerették a malackáról szóló történeteket így ebben az esetben csak annyit kérdeztem tőlük, hogy szeretnék-e most igazából is látni őt és a barátait, és azt ahol él. Természetesen nagy örömmel fogadták és lelkesedéssel, hogy végre láthassák. A bőröndöt egy kis asztalra tettem, én pedig leültem egy kisszékre. A gyerekek szemben körém gyűltek párnákra. A bábozás során végig figyeltek és örömmel hallgatták a mesét. A mese végén a legnagyobb élményt szerintem az jelentette számukra, hogy ők maguk is játszhattak a szereplőkkel és a bőrönddel.

2.4. Három mese – három érzelmtípus

Szorongás – félelem



4. ábra Deliága Éva, Lovász Hajnalka: Mit kezdünk a szorongással? Című könyv

A szorongás és a félelem nagyon közel állnak egymáshoz. Lényeges megkülönböztetni az adott élethelyzettől függően, hogy pozitív vagy negatív e szorongás. Pozitív lehet, ha egy eseményt, ünnepet akár nagyon vár a gyermek és azért érez így. A szorongó gyermeknek nagyon fontos a támogatás és a biztatás. Általában ezek azok a gyermekek, akik szeretik és be is tartják a szabályokat, mert ezek egyfajta biztonságérzetet nyújtanak számukra.

A szorongást, félelmet nem mindig lehet egyértelműen felismerni, főleg a kisgyermekek esetén. Vannak azonban olyan tünetek, melyek beszédeseek lehetnek egy-egy szituáció, esemény kapcsán, mint például, ha a gyermek hasfájásra panaszkodik, hányingere lesz, fáj a feje vagy akár a torka. Árulkodó jel lehet, a hirtelen felriadás, felébredés álmából is. Itt is fontos viszont megjegyezni, hogy ez az érzelem is kell és szükséges az egészséges fejlődéshez. Ezek védik meg a gyermeket egy-egy veszélyt jelentő élethelyzettől és alakítják a viselkedését.

Ennél az érzelmenél jegyezném azt is meg, hogy milyen fontos a hallott mese, a mese élmény megélése és átélése. A mai digitális világunkban a gyermekek ugyanis csak ülnek és nézik a mesét a tévé előtt, tableten, telefonon, sokszor számára akár ijesztő képekkel teli meséket is. A mesehallgatás révén viszont a fantáziája segít neki élővé tenni a mesét, amelyet így könnyebben fogad be.³¹

A kisgyermekek szorongása esetén néha érdemes annak okát is megvizsgálni. Főleg a bölcsődés korosztály esetén a leggyakoribb, amivel találkozhatunk, az a szeparációs szorongás. Ilyenkor a legegyszerűbb módszer, melyet egy kisgyermeknevelő is tud alkalmazni a szorongás feloldásában, az a figyelem elterelés. Ez kisebb gyermekek esetén még

³¹ Deliága Éva - Lovász Hajnalka: Mit kezdünk a szorongással?, 2019.

egyszerűen egy mondókával, énekléssel megtehető, nagyobb gyermekek esetén pedig már a mesélés, vagy egy bármilyen, a gyermek számára érdeklődését felkeltő játéktevékenység is lehet.³²

A dramatizálásaimnak mindegyik típusa megfelelt, mint esztétikai, egészségügyi és pedagógiai szempontból is. A gyermekek érdeklődését és figyelmét is sikeresen fel tudtam ezekkel kelteni, de az életkori sajátosságaikat figyelembe véve a két év feletti gyermekeknek tudnám inkább ajánlani a mesekötényes módszert, míg a mesepárna és a mesebörönd bátrabban alkalmazható a két éves kor alatti gyermekek esetén is.

A meséléseim alkalmával azt vettem észre, hogy nagyon függ a gyermekek éppen aktuális hangulatától is, hogy mikor melyik típusú bábozás, vagy adott esetben mese és mesélés köti le őket. A tapasztalatok között ki kell emelnem azt is, hogy mennyire lényeges egy bábozás során, hogy egy-egy alapul szolgáló mesét már ismerjenek a gyermekek. Ez főként a kisgyermeknevelők szemszögéből tartom fontosnak. Elég időt kell szánni egy-egy tevékenység tervezése során mindenre, az előkészületekre, a mesével való ismerkedésre, a ráhangolódásra, a mesélésre önmagára is, és adott esetben a meseélmény feldolgozására is.

Düh – agresszió



5. ábra Deliága Éva, Lovász Hajnalka: Mit kezdünk az agresszióval? Című könyv

Ez az érzelem veleszületett emberi sajátosság. Agressziót többféle módon is felfedezhetünk a gyermekek esetében. Van, aki máson tölti ki a dühét és rúg, csíp, karmol vagy üt. Van olyan is, aki saját magán teszi ugyanezt, arcát csípi, netalán falba veri a fejét. Ezen felül pedig van, aki csak verbálisan fejezi ki dühét társai felé.

A düh kezelését a gyermek, majd a szocializációs folyamat során fogja csak megtanulni, elsajátítani. Indulatainak szabályozása tanulható ugyanis és fejleszthető. Fontos itt is szem

³² A szorongó gyermek jellemzői. <https://neszorongi.hu/blog/>, 2024.04.13.

előtt tartani, hogy az agresszió kezelésére és annak megtanulásához is idő kell, idegrendszeri fejlettség terén is. Ez a folyamat pedig nem siettethető, viszont segíthető és irányítható a környezet részéről.

Lényeges, hogy a kisgyermekes esetében, főként, amikor játszanak, tudjuk azt megkülönböztetni, hogy miért is viselkednek agresszívan. Előfordulhat ugyanis, hogy egy-egy szerepjáték eleme ilyenkor az agresszió. Talán ez az egyik olyan alap érzelem, mely a bölcsődében is az elsők között jelenik meg. A gyermeket ilyenkor sok új inger éri és frusztrálja, hogy távol kell lenni szüleitől egy idegen helyen és osztózni a játékokon.³³

A gyermeki agresszió kezelésében nagyon fontos szerepe van a látott mintának, hiszen a gyermekek ebben a korban még utánzással tanulnak, éppen ezért ez igaz az érzelmekre is. Az agresszív, dühös gyermeket nem egyszerű kezelni, nem is nagyon van rá egyetlen bevált módszer csak, hiszen minden gyermek más és más, és más a dühösségük oka is. Van olyan gyermek, aki a dühével és agressziójával ér el dolgokat, a szülei erre „reagálnak”, engedékenyek lesznek, csak hogy a gyermek nyugodt legyen. Ez folyamatos dühöt fog szülni a gyermekben. Annál a gyermeknél, aki büntetést kap, ha valami rosszat csinál és dühös, szintén további agressziót szülhet, mert ilyenkor a dühét a gyermek nem nyíltan fogja levezetni, hanem akkor, amikor nem látják, vagy adott esetben egy játékon, ami épp a keze ügyében van.

Ilyen esetekben én magam is azt a módszert vallom, miszerint higgadtan és szeretettel kell a gyermeket megnyugtatni, bár tudom, ez a módszer sem feltétlenül válik be minden gyermek esetén. A jó példa mutatása itt is nagyon fontos, melyet a meséken keresztül is át tudunk érezvétel nélkül adni a gyermekeknek.³⁴

Dac- hiszti – türelmetlenség



6. ábra Deliága Éva - Lovász Hajnalka: Mit kezdünk az akaratossággal? Című könyv

³³ Deliága Éva, Lovász Hajnalka: Mit kezdünk az agresszióval?, 2021.

³⁴ Szódy Judit: Üt, ver, tör, zúz – az agresszív gyerek, Új Köznevelés folyóirat, 2017. 73.évf. 8-9.szám, 4-5p.

A dackorszak minden gyermeket utolér a fejlődés során, jobban mondva a családot éri utol, mert ez a korszak az ő életüket nehezíti meg leginkább. Fontos tudni, hogy ez egy alapvető életkori sajátosság a kisgyermekkorban, és fontos az is, hogy úgy, mint a fejlődés minden állomását, ezt is meg kell élnie a gyermeknek, át kell esnie rajta. Ebben az időszakban próbálgatja a saját énjét, próbál a szüleitől függetlenedni, mindent saját maga akar csinálni. Erős és erőteljes érzelmek megnyilvánulások jellemzik, melyek egészen a hisztizésig, akaratosságig vezetnek. Ilyenkor persze az a legfontosabb, hogy a környezetében lévő szülő helyesen reagáljon ezekre és következetesen. Természetesen a dackorszak impulzivitását az is befolyásolja, hogy az adott gyermek milyen temperamentumú. Lényeges a következetesség esetén az is, ha a szülő ígér valamit, azt be is tartsa. Fontos, hogy próbáljunk meg valamiféle magyarázatot is adni ilyenkor, nyilván a gyermek életkorának megfelelően. A szülőnek, pedagógusnak mindig higgadtnak kell maradni és kell tudnia a gyermeket az adott helyzetből kiemelni vagy elterelni a figyelmét.³⁵

Itt fontos megjegyezni, hogy a gyermekek, főképp a bölcsődés korúak, de szerintem néha még az óvodás korú gyermek is, sokszor azt sem tudják éppen, hogy éppen miért is hisztiznek, miért dacosak. Egészen egyszerűen még ebben a korban ismerkednek az őket körülvevő világgal és egyben saját magukkal, a határaikkal. Az őket körülvevő felnőttek feladata lenne az, - mindegy, hogy az pedagógus, vagy szülő-, hogy ezeket az érzelmeket segítsen neki megérteni és feldolgozni, később pedig már irányítani is. Erre is nagyon könnyű megoldást adhat a mese, segítő kezet nyújt. A mesékben lévő karaktereken keresztül megismerheti a gyermek, hogy más is lehet éppen olyan helyzetben, mint ő, és ezzel egyúttal megoldást is kínál a mintán keresztül neki.³⁶

³⁵ Deliága Éva, Lovász Hajnalka: Mit kezdünk az akaratossággal?, 2017.

³⁶ Hódi Kata: Sárkányszelídítő történetek – érzelmi nevelés mesékkal. www.egigero.hu, 2024.04.13.

3. Mesélési szokások feltérképezése

3.1. A kutatásom célja

Amikor a dolgozatomhoz kutakodtam és próbáltam megtervezni saját kutatásom is, nagyon sokféle kérdés merült fel bennem a témával kapcsolatban.

A korosztály, melyet vizsgálni szeretnék, mindenképpen a bölcsődés, 0-3 éves korosztály. Ebben a korosztályban a mesélési szokásokat elsődlegesen a család alakítja, hiszen az elsődleges szocializációs közeg ez, a család. Viszont ugyanennyire fontosnak tartom a kisgyermeket ellátó intézményekben kapott mesélési mintát is, lévén ez a másodlagos szocializációs közeg a gyermekek életében ebben a korban. A témához kapcsolódóan nyilván kíváncsi voltam, hogy mennyire alakítja az érzelmi fejlődést, milyen hatással van a kialakuló érzelmekre a mese gyermekekkel kapcsolatban, valamint egyúttal, hogy erről mennyit tudnak a szülők, adott esetben ezzel tisztában vannak-e, valamint a kisgyermeknevelők is. Kíváncsi voltam, hogy vajon tudják-e a megkérdezettek, hogy mennyire szükség van a mindennapi hallott mesére a gyermeknek, hogy ez mennyire fontos a fejlődésük szempontjából, és hogy mennyi mindenre hatással van. Mindezekén túl érdekelt az is, hogy ma milyen meséket hallanak a gyermekek, ha mesélnek nekik, vajon előkerülnek még néha a régi, talán klasszikusnak tartott népmesék, mesék is, illetve, hogy tudják-e azt, hogy a népmesék e korosztály számára is íródtak már és elérhetőek. Arra is kerestem a választ, hogy mennyire tartják fontosnak, hogy a mese átélhető, élményszerű legyen, teremtenek-e ehhez megfelelő hangulatot, alakítanak-e ki szokásokat hozzá?

3.2. A kutatás módszere - a résztvevői megfigyelés és az interjúk bemutatása

A kutatásomat kétféle módszerrel igyekeztem megvalósítani.

Az egyik módszer a mesék élményalapú átadása volt a háromféle bábtípus, mesék dramatizálása segítségével. Ebben az esetben azt tartottam szem előtt, hogy mindegyik mese az élményen kívül valamely tanulságot is adjon át, illetve valamilyen formájú értéket, érzelmet is közvetítsen. Ma már rengeteg e célt szolgáló mese áll rendelkezésünkre, de, mint ahogy az látszik, vannak erre a célra régen íródott meséink is. A kutatásom során kíváncsi voltam arra, hogy ezek a mesék mennyire lehetnek alkalmasak egy bölcsődei csoportban az

érzelmeik megfelelő közvetítésére, hiszen terjedelmüket tekintve nem ezen életkorú gyermekeknek íródtak. Arra a következtetésre jutottam, hogy egy minimális módosítással teljesen sikeresen, gyermekek számára is élvezhetően mesélhetőek a kisgyermkeknek is.

Nyilván a kisgyermkek mesehallgatási szokásainak csak egyik oldalát mutatja be ez a kutatási módszer, mégpedig azt, hogy a bölcsődében hogyan lehet megfelelően mesét mondani a gyermekeknek. Valamint ebből az is kiderül, hogy hogyan tudunk úgy mesét választani, hogy az megfelelő hatással legyen az érzelmi fejlődésükre is.

A kutatási célomból adódóan én kíváncsi voltam a kisgyermeknevelők véleményére is, illetve mint elsődleges szocializációs közege a gyermeknek, a család, a szülők véleményére is.

A fentiek vizsgálatára az egyik körben a bölcsődébe járó gyermekek szüleit kérdeztem meg, a második körben pedig a bölcsődében dolgozó kisgyermeknevelőket. Fontos megemlítenem, hogy a gyermekek, akiknek a szüleit megkérdeztem, betöltötték már a második életévüket.

Az interjú segítségével szerettem volna képet kapni arról, hogy milyenek a mesélési szokások otthon és a bölcsődében egyaránt. Kíváncsi voltam arra is, hogy a meseválasztás mennyire tudatos részükről. Valamint a kisgyermeknevelők szempontjából érdekelt az is, hogy a mesék dramatizálásának szempontjából mit alkalmaznak szívesen és azt miért.

Az interjúkérdéseket összesen, - szép mesei 7-es számban-, tettem fel az interjúalanyoknak. Hét kisgyermeknevelőt és hét szülőt kérdeztem a témával kapcsolatban. Az interjúkat alvásidőben készítettem el, a szülőkkel ezt előre egyeztetve természetesen.

A kisgyermeknevelőkhöz az *első kérdésem* az volt, hogy „Milyen típusú meséket választ és miért? Van-e valamilyen szempont, ami szerint választ?”

A legtöbb kisgyermeknevelő egybehangzóan azt válaszolta, hogy figyelembe veszik az életkort és fejlettségi szintet is ilyenkor. Ezen kívül nagyon fontosnak tartják, hogy milyen hosszúságú legyen a mese és, hogy a nyelvezete szerint érthető legyen a bölcsődés gyermek számára. Megemlítették, hogy előny az is, ha sokszínű egy mese, illetve, ha valamilyen formában ismeretet is ad át, vagy tanulságos. Lényeges, hogy felkeltse a gyermek érdeklődését. Sokszor választanak célirányosan mesét, valamely épp aktuális programhoz kapcsolódóan. Gyakoriak az állatos mesék, viszont emellett leginkább a mai modern, sok esetben, TV-ben is látható meséket mesélik a csoportokban. Mindezeket túl szinte mindannyian elmondták, hogy szeretnek Én-meséket mesélni a mindennapi történések kapcsán is.

A második kérdésem, hogy „Milyen stílusban vagy módszerrel mesél? Mi alapján választja ezt ki?”

Első körben említette szinte mindenki, hogy fontos a nyugodt légkör kialakítása. Lényeges még a megfelelő tempó és a szintén jól megválasztott hangszín is. Sokan gondolták úgy, hogy a gyermekeknek fontos azt megmutatni, hogy a mesélés örömmel jár együtt, az érzelmeket ki kell fejezni ezzel is. Ezzel együtt ugyanígy fontos a non-verbális kommunikáció is mesélés közben, a mimika. Módszert tekintve sokan használnak bábokat, többnyire ujjbábokat, kesztyűbábokat, és sok esetben mesélnek csak úgy spontán, akár játék közben is.

A harmadik kérdésem az volt, hogy „Véleménye szerint milyen szerepe van a mesélésnek az érzelmi fejlődésben? Látható-e változás a mesélés hatására?”

Sok esetben említették meg, hogy mivel ilyenkor a gyermek szinte mindig azonosul a főszereplővel, jó példa esetén ez pozitív üzenetet fog hordozni. Ezáltal természetesen segít az érzelmeket is könnyebben kifejezni majd. A mesélés bensőséges hangulatának hatására is a gyermeki vágyak fantáziaképpé tudnak alakulni közben. Látható változást azonban szinte egyhangúan nem nagyon látnak, talán csak a nagyobb gyermekek esetén, hiszen ez hosszantartó folyamat, melynek később lesznek jelei. Ezen kívül érzelmi téren a mesélés segíti a gyermekkel történt események feldolgozását is.

A negyedik kérdésem, hogy „Véleménye szerint a bölcsődei beilleszkedésben, a gyermeki szorongás feloldásában segíthet-e a mese? „

Erre egybehangzó válasz volt, az hogy mivel hangulatjavító és összekötő ereje van a mesének, így egyértelműen elősegíti a beilleszkedést is. Megemlítették azonban, hogy ez nagyon nagy részben függ az otthonról hozott mintától is, mivel amelyik gyermek nem ismeri a mesét, nem mesélnek neki vagy egyáltalán, vagy csak ritkán, azt nem feltétlenül fogja a mesélés megnyugtatni. Az ellenkező esetekben azonban nyújthat egyfajta otthonosság érzést is, ezáltal biztonságot teremt, elősegítheti a megfelelő kötődés kialakulását is, valamint nem utolsósorban figyelemelterelő hatással bír.

Az ötödik kérdésben kíváncsi voltam, hogy „Találkoznak-e bármilyen kihívással, akadállyal a mesélés során a bölcsődében? Ha igen, akkor mi az?”

Egyöntetű válaszokat adtak, miszerint akadály lehet, hogy nyilván nem mindenkit érdekel és köt le a mese. Ennek oka a korábban már említett családból eredő minta. Sokan említették, hogy ez a mai elgépiesedett világból is ered, mivel a szülők otthon csak leültetik a gyermeket a tablet, tévé elé mesét nézni. Ebből fakad, hogy a gyermekek sok esetben türelmetlenek, hiszen a tévé előtt azt szokták meg, hogy azonnal jön a kép, a mese, azonnali az inger is. Hátrányként említették néhányan a vegyes életkorú csoportokat is.

A *hatodik kérdésben* az érdekelt, hogy „Milyen visszajelzést kapnak a szülőktől a bölcsődei meséléssel kapcsolatban? Kérnek-e ezen a téren tanácsot?”

Erre általában a megkérdezettek több mint fele azt mondta, hogy nagyon ritkán érkezik csak visszajelzés. Ha mégis érkezik, akkor többnyire annyit említenek a szülők, hogy esetleg bővült a gyermek szóincse, vagy ha eddig nem nagyon igényelte a mesét, akkor most kezdi kérni és meg szeretni. Többségében viszont még mindig az a tapasztalat, hogy a szülők ritkán mesélnek otthon a gyermekeiknek.

A *hetedik és egyben utolsó kérdés*em szerint az érdekelt, hogy „Melyek a leggyakrabban bemutatott mesék?”

Általában minden kisgyermeknevelő említette, hogy állatos meséket részesítik előnyben. Ezen kívül a mai modern mesék szerepeltek a válaszokban mindenkinél, mint Bogyó és Babóca, Boribon, Maszat sorozat meséi, Anni Panni, vagy esetleg a Szutyetjejev mesék és csak egy két válaszadó említett rövidebb népmeséket is.

A szülőkhöz az *első kérdés*em az volt, hogy „Van-e kialakult napi ideje, helye a mesélésnek? Milyen gyakran mesélnek?”

Sok szülő válaszolta azt erre, hogy mivel nem köti le a gyermeket a mese ezért inkább nem is erőltetik azt. Aki mesél is esetleg, azok pedig vagy nagyon ritkán, adott esetben 2-3 naponta, vagy nem kötik külön időhöz. A megkérdezett szülők kevesebb, mint fele válaszolt csak úgy, hogy minden nap van mese.

A *második kérdésben* kíváncsi voltam, hogy „Milyen típusú meséket választanak ki és miért azt?”

Szinte minden szülő megemlítette, hogy próbálnak a gyermek életkorának megfelelő mesét választani, többségében állatos mesét. A szülők szerint a gyermekek szeretik azokat a meséket, amiket a tévében is láthatnak, jobban leköti őket. Lényegesnek tartják, hogy minél rövidebb legyen, minél színesebb, ismert karakterek legyenek benne. Csak egy-két szülő említette meg, hogy esetleg nem árt, ha egy mese tanító jelleggel is rendelkezik, tanulságos a történet.

A harmadik kérdésem, hogy „Látnak-e valamilyen fejlődést a gyermek érzelmi fejlődése terén a mesélés hatására, ha igen, akkor miben?”

A megkérdezett szülők többsége úgy gondolja, hogy ebben a korban, valószínűleg a mesék, vagy mondókázás hatására is a gyermekek az alapérzelmekkel, jó és rossz közötti különbséggel már tisztában vannak. A minden nap hallott mese hatására képesek lesznek már akár következtetéseket is levonni. Egybehangzó vélemény volt, hogy bővül ez által a szókincs is, javul a beszédkészség, a beszédfejlődés beindul, vagy jobb ütemben halad. A gyermekek, meg tanulnak együttműködni lenni, türelmesek, lenni és együtt tudnak ez által érezni a társaikkal is.

A negyedik kérdésem, hogy „Hogyan reagál a gyermek a mesékre? Van-e kedvenc mesefigurája vagy meséje?”

Általánosságban elmondható, hogy amelyik gyermeknek rendszeresen mesélnek, és aki szereti, a meséket az örömmel reagál, ha mesélésre kerül a sor, akár saját maga kéri is már a mesét. A kedvenc mesék ebben a korban még nagyon hamar változnak. A mesélés hatására a gyermek megnyugszik, átéli a mesét, ilyenkor csak a mesére figyel. Egy-egy már többször ismételt mese után észrevehető, hogy a gyermek már saját maga próbálja elmesélni a történetet, tudja a cselekmény összes részét, mi után mi következik. Összességében itt is azt választ kaptam, hogy kedvenc mesék az állatos mesék, sok esetben valamilyen divatos Disney mese, vagy modern mese, amit a tévében is lát.

Az ötödik kérdésem, hogy „Van-e valamilyen meséléshez köthető rituálé, szokás otthon?”

A válaszadók több mint felénél nincs kialakult szokás, vagy rituálé mesélés során. Napközben szinte bármikor mesélnek, ha éppen kéri a gyermek, vagy, ha megnyugtatóra van szükség. A szülők közül csak kevesen írták azt, hogy mindig elalvás előtt, vagy az esti fürdés után vált

szokássá e mese, így már a gyermek is tudja, hogy mi fog következni. Sokszor ez egy ölbeli összebújással van egybekötve, vagy csak példaként a szülők között a nagy ágyban.

A *hatodik* és egyben utolsó kérdésem a szülőkhöz az volt, hogy „Melyek a legkedveltebb otthoni mesék?”

Mint korábbi válaszaikban is sokszor említették, a gyermekek nagyon szeretik azokat a meséket, amiket a tévében, tableten látnak, így azokat kéri. Ezen kívül kedveltek a Disney mesék, valamint a bölcsődében is mesélt néhány mese közül például a Bogyó és a Babóca, vagy Anni Panni.

3.3. Az interjúk kutatás eredménye

A kisgyermeknevelőktől kapott válaszokból úgy vélem, hogy tisztában vannak vele, hogy a mesélésnek, a mesének milyen hatásai lehetnek az érzelmek fejlődésére és, hogy ezekkel ezt fejleszteni is lehetne. Ennek ellenére főként a mesék kiválasztásában leginkább a modern mesékre szorítkoznak, népmeséket pedig szinte egyáltalán nem is vesznek elő. Ezek a gyermekek szinte csak azokon a meséken nőnek fel, melyeket otthon és a bölcsődében hallhatnak, illetve a médiában, amit látnak. Fontosnak tartanám, hogy egy picit más jellegű mesékkel is megismertessük őket ezeken kívül, hiszen a rendelkezésre álló repertoár nagyon széleskörű e korosztály számára is már. Az érzelmek fejlesztésére gyakorolt hatását pedig észrevétlenül lehet ezek által a mindennapokba becsempészni, a mesék, mesélés sok más jótékony hatásával együtt.

A szülői válaszokból sajnos egyértelműen kiderül, hogy nem igazán vannak tisztában a mesélés érzelmekre gyakorolt hatására. A feltevésem is helyesnek bizonyult ezáltal, hogy erre, a mesélésre nem is fordítanak igazán időt otthoni környezetben. A válaszok többsége alapján arra lehet következtetni, hogy sok esetben, ha mesélnek is, hamar túl akarnak rajta lenni, csak egy kötelező, napi feladatként kezelik a helyzetet. Ezáltal nyilvánvalóan a meseélmény sem lesz élmény, csak egy többségében monoton hangon felolvasott szöveg. A mai modern és kényelmes digitális világban egyszerűbb az elfoglalt szülőknek leültetni a gyermeket e tévé elé, amivel könnyen meg is oldja a mesélés e részét.

4. Összegzés

Dolgozatomban a mese érzelmekre gyakorolt hatását kutattam. Saját személyes tapasztalatom indított el a téma utáni kutakodásban. Bár a mesék hatását akkor még csak óvodáskorú gyermekemen volt szerencsém tapasztalni, időközben, mivel én jelenleg is kisgyermeknevelőként dolgozom, illetve felvételt nyertem erre a szakra, úgy gondoltam, hogy ezeket a már számomra „bevált meséket” kipróbálom a kisebb korosztályon, a kisgyermekeken is. Kíváncsi voltam, hogy náluk ezek a mesék, illetve a jól megválasztott mese és mesélés milyen hatással lesz az érzelmekre, adott esetben ebből fakadóan a viselkedésre is.

A mesék dramatizálását hívtam ehhez segítségül, hiszen a kisgyermekek számára még könnyebben és jobban átadható a meseélmény is, ha azt bábozással, bábok segítségével meséljük, így a saját valójukban láthatják a szereplőket, a mesét és tapinthatják meg őket. Igyekeztem modernebb, mai kortárs szerzők művei közül is válogatni és szerettem volna egy régi klasszikus mesét is választani ehhez, hiszen sajnos az a tapasztalatom, hogy ezeket a meséket egyre kevésbé olvassák már a gyerekeknek.

A kutatásom egyik része engem igazolt részben, aminek nagyon örültem, hiszen sikerült legalább a kiválasztott meséket megszerettetnem a gyerekekkel, legfőképp a klasszikus mese terén. Sokszor már maguktól kérték és kérik most is néha, hogy meséljek nekik még a malackáról meséket. Az általam készített bábokat is megszerették, és azóta is többször előkerülnek, akár csak egy játéktevékenység közben, spontán bábozás során.

Ebből is látszik és hiszem, hogy ehhez „csak” annyi kellene, hogy elővegyük néha-néha és lepororoljuk a régen elfelejtett vagy csak nagyon ritkán mesélt és olvasott meséket, történeteket.

Mivel ma már gazdagon állnak rendelkezésünkre, így én is választottam tudatosan, konkrét céllal, tematikával megírt meséket, érzelmekre ható könyveket, habár továbbra is azt próbálom ajánlani minden tanácsot kérő szülőnek, hogy keresgéljenek nyugodtan a régi mesék között is, hiszen azok is éppúgy hordoznak tanulságot és van érzelmekre gyakorolt hatásuk is emiatt.

Sajnos az a tapasztalatom, ami a szülőkkel folytatott beszélgetésekből és interjúkból is kiderül, hogy egyre inkább átveszi a szerepet a televízió vagy az internet is akár, hiszen ma már sok esetben előfordul az, hogy egy bölcsődés korú gyermeknek is van saját telefonja, adott esetben a szobájában televízió is, amit saját maga is tud már kezelni. Nyilvánvalóan ezek használatában reménykedve a szülők talán tudnak kontrollt tartani a használat felett, és

szabályozni tudják a látott tartalmakat. Mindezeket túl viszont elkeserítő látni és hallani azt, hogy a gyermekek szüleinek nagy része sajnos nem is tartja fontosnak a mesélést, bár azért azzal tisztában vannak, hogy ez elősegítheti a gyermekeknél nagyon sok képesség fejlődését.

5. Irodalomjegyzék, Bibliográfia

Arany Erzsébet, Láposi Terka (2013): Módszertani segédlet a Bábjáték és a Bábkészítés tanításához.

https://ofi.oh.gov.hu/sites/default/files/ofipast/2013/11/szin_bab_modszertani_segedlet.pdf, 2024.04.13.

Aurélie Chien Chow Chine (2021): Gaston Érzelmek – Türelmetlen vagyok, Budapest, Scolar Kiadó.

A szorongó gyermek jellemzői. <https://neszorongj.hu/blog/>, 2024.04.13.

Bajzáth Mária (2023): Erdők-mezők népmeséi. Lampion Könyvek.

Bajzáth Mária (2019): Itt vagyok, ragyogok. Kolibri Gyerekkönyvkiadó, Gyomaendrőd.

Bálint Ágnes (2023): Mazsola, Holnap Kiadó, Budapest.

Béres Judit (2018): Mesepszichológia a gyakorlatban.

https://epa.oszk.hu/01300/01367/00303/pdf/EPA01367_3K_2018_06_048-052.pdf,

2022.12.09.

Bruno Bettelheim (1985): A mese bűvölete és a bontakozó gyermeki lélek. Gondolat Kiadó, Bp.

Deliága Éva - Lovász Hajnalka (2021): Mit kezdünk az agresszióval? Kulcslyuk Kiadó, Gyomaendrőd.

Deliága Éva - Lovász Hajnalka (2017): Mit kezdünk az akaratossággal? Kulcslyuk Kiadó, Gyomaendrőd

Deliága Éva - Lovász Hajnalka (2019): Mit kezdünk a szorongással? Kulcslyuk Kiadó, Gyomaendrőd

Erdélyi Margit (2015): A mese, mint sajátos műfaj (tanulmány), Irodalmi Szemle, 5. szám, 460-468p.

Hódi Kata: Sárkányszelídítő történetek – érzelmi nevelés mesékkel. www.egigero.hu, 2024.04.13.

Gyöngy Kinga (2015): Első lépések a művészetek felé, I. Bp.-Pécs: Dialóg-Campus.

Kádár Annamária (2012): Mesepszichológia. Szekszárd, Kulcslyuk Kiadó.

Kádár Annamária (2014): Mesepszichológia 2. Szekszárd, Kulcslyuk Kiadó

Keresztesi Eszter (2022): Mesék és az érzelmi intelligencia fejlesztése kisgyermekkorban – Interjú Kerekes Valériával, Gyermeknevelés Tudományos Folyóirat, 10. évfolyam, 1. szám, p. 202-207.

Kocsis Éva: Hogyan Meséljünk a gyerekeknek? In. Magyar Olvasástársaság honlapja (online) http://www.hunra.hu/index.php?option=com_content&view=article&id=94:hogyan-meseljuenk-a-gyerekeknek&catid=40:szulok-kerdezik&Itemid=62, 2022.12.09.

Lukács Elvira (2019): Örömvár, Érzelmi intelligencia fejlesztése mesékkal, versekkel, mondókákkal, Bp. Novum Könyvklub.

Mesedoktor honlap: A bábjáték alkalmas a gyermek személyiségének fejlesztésére, 2022. In: Mesedoktor honlap. <https://mesedoktor.hu/mesedoktorok-meseterapia-post/29/A-babjatek-alkalmas-a-gyermek-szemelyisegenek-fejlesztesere>, 2024.03.25.

Meseterápia: Miért olvasunk a gyerekeknek? In. Meseterápia honlapja (online), <https://meseterapia.blog.hu/2014/09/09/miert olvassunk a gyerekeknek>, 2024.03.28.

Mesék és az érzelmi intelligencia fejlesztése kisgyermekkorban- interjú Kerekes Valériával, In. Gyermeknevelés Tudományos Folyóirat 10. évf., 1. szám (2022)

Mérei Ferenc - Binét Ágnes (1970): Gyermeklélektan, Bp. Gondolat Kiadó.

Mező Katalin (2018): A kora gyermekkori családi nevelés hatása az érzelmi intelligencia kialakulására és fejlődésére, In. Vargáné Nagy Anikó, <https://csaladpedagogia.files.wordpress.com/2018/06/csalc3a1di-nevelc3a9s-3-180507.pdf>, 2024.04.13.

Nina Nordal Ronne (2021): Szürke, Budapest, Csimota Könyvkiadó.

N. Kollár Katalin – Szabó Éva (2004): Pszichológia Pedagógusoknak, Osiris Kiadó, Budapest

Nógrády László (1917): A mese. Budapest, Magyar Gyermektanulmányi Társaság.

Nyitrai Ágnes (2015): A bölcsődés gyermek és a mese, In. Inklúzió (online), <https://pea.lib.pte.hu/bitstream/handle/pea/14183/Autonomia-es-Felelosseg-Nevelestudomanyi-Folyoirat-1evf-2015-2sz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>, 2023.12.12.

Nyitrai Ágnes (1995): A mese, a vers és a képeskönyv szerepe a bölcsődés gyermekek életében és fejlődésében, Bölcsészdoktori értekezés, Szeged, József Attila Tudományegyetem

Roobrouck, Lucie (2018): Improving Children's Mental Wellbeing through Stories, II. Nemzetközi Kisgyermek-nevelési Konferencia kötete, Vác, p. 147-154.

Sallai Éva (2015): Interjú Bajzáth Máriával. In. Új Köznevelés Folyóirat, Különszám.

Szilágyi Mária: A mese szerepe a gyermeki személyiségfejlődésben. In. Könyv és Nevelés. <https://folyoiratok.oh.gov.hu/konyv-es-neveles/a-mese-szerepe-a-gyermeki-szemelyisegfejlodesben>, 2024.03.25.

Szódy Judit (2017): Üt, ver, tör, zúz – az agresszív gyerek, In. Új Köznevelés Folyóirat 73.évf., 8.-9. szám. 4-5p.

Vida Ágnes (2011): Babapszichológia, Bp. Kulcslyuk Kiadó.

6. Képek jegyzéke

1. ábra Nina Nordal Ronne: Szürke című könyv.....	18
2. ábra Aurélie Chien Chow Chine: Gaston Érzelmek – Türelmetlen vagyok című könyv	19
3. ábra Bálint Ágnes: Mazsola című könyv	21
6. ábra Deliága Éva, Lovász Hajnalka: Mit kezdünk a szorongással? Című könyv	23
4. ábra Deliága Éva, Lovász Hajnalka: Mit kezdünk az agresszióval? Című könyv	24
5. ábra Deliága Éva, Lovász Hajnalka: Mit kezdünk az akaratossággal? Című könyv	25

7. Melléklet

1. sz. melléklet: Képek



7. ábra Mesekötény (Forrás: Saját szerkesztés)



8. ábra Nina Nordal Ronne: Szürke (Forrás: Olvasóvánevelés.gportal.hu)



9. ábra Mazsola: Valaki fürdene bábelőadás részlet

(Forrás: Bálint Ágnes: Mazsola)



10. ábra Mesebörönd (Forrás: Saját szerkesztés)



11. ábra Mesepárna (Forrás: Saját szerkesztés) Olvasóvánevelés.gportal.hu)



12. ábra Gaston érzelmei (Forrás:

Nyilatkozatok

NYILATKOZAT

a záródolgozat/szakdolgozat/diplomadolgozat/portfólió¹ nyilvános hozzáféréseiről és eredetiségéről

A hallgató neve: GÖBÖLOS-NARDAI NÓRA
A Hallgató Neptun kódja: FOQUYX
A dolgozat címe: Menepedagógia - Menepszichológia a Baloldalon
A megjelenés éve: 2024
A konzulens intézetének neve: NEVELÉSTUDOMÁNYI INTÉZET
A konzulens tanszékének a neve: GYERMEKNEVELÉSI TANSZÉK

Kijelentem, hogy az általam benyújtott záródolgozat/szakdolgozat/diplomadolgozat/portfólió² egyéni, eredeti jellegű, saját szellemi alkotásom. Azon részeket, melyeket más szerzők munkájából vettem át, egyértelműen megjelöltem, és az irodalomjegyzékben szerepeltettem.

Ha a fenti nyilatkozattal valótlan állítottam, tudomásul veszem, hogy a záróvizsga-bizottság a záróvizsgából kizár és a záróvizsgát csak új dolgozat készítése után tehetek.

A leadott dolgozat, mely PDF dokumentum, szerkesztését nem, megtekintését és nyomtatását engedélyezem.

Tudomásul veszem, hogy az általam készített dolgozatra, mint szellemi alkotás felhasználására, hasznosítására a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem mindenkori szellemi tulajdon-kezelési szabályzatában megfogalmazottak érvényesek.

Tudomásul veszem, hogy dolgozatom elektronikus változata feltöltésre kerül a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem MATER Hallgatói Dolgozatok repozitóriumába. Tudomásul veszem, hogy a megvédett és

- nem titkosított dolgozat a védést követően
- titkosításra engedélyezett dolgozat a benyújtásától számított 5 év eltelte után

nyilvánosan elérhető és kereshető lesz az Egyetem MATER Hallgatói Dolgozatok repozitóriumában.

Kelt: Kaposvár év 2024. hó 19. nap

Göbölös-Nardai Nóra
Hallgató aláírása

¹ A megfelelő dolgozattípus meghagyása mellett a többi típus törölendő.

² A megfelelő dolgozattípus meghagyása mellett a többi típus törölendő.

NYILATKOZAT

Gőbölös-Nardai Nóra (Neptun azonosítója: FOQUYX) konzulenseként nyilatkozom arról, hogy a szakdolgozatot ¹ áttekintettem, a hallgatót az irodalmi források korrekt kezelésének követelményeiről, jogi és etikai szabályairól tájékoztattam.

A záródolgozatot/szakdolgozatot/diplomadolgozatot/portfóliót a záróvizsgán történő védésre javaslom / nem javaslom².

A dolgozat állam- vagy szolgálati titkot tartalmaz: igen nem *3

Kelt: Kaposvár, 2024. 04. 27.


belső konzulens

¹ A megfelelő dolgozattípus meghagyása mellett a többi típus törlendő.

² A megfelelő aláhúzendő.

³ A megfelelő aláhúzendő.