



Zala Megyei Pedagógiai Szakszolgálat



Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

SZÉCHENYI 2020

Gondolatok nevelői jó gyakorlatokról nevelőknek

3.



Ez a munka a „Jó gyakorlat” című, a Zala Megyei Pedagógiai Szakszolgálat rendezvénysorozatának szakmai kommunikációs anyaga.

Készült az EFOP-3.1.6-16-2017-00018 Pályázat Együtt egymásért a Zalaegerszegi Tankerületi Központ gyógypedagógiai, szakszolgálati intézményeinek szakmai megújulásáért kiemelt projekt keretében.

Felelős kiadó: Gellén Melinda főigazgató
Zala Megyei Pedagógiai Szakszolgálat
8900 Zalaegerszeg, Apáczai Csere János tér 5.

Tartalom

Dr. Németh Krisztina: Prevenció, avagy a tanulási problémák megelőzése óvodáskorban

Benkéné Kovács Viktória: „Szeptemberben iskolába megyünk!” – az óvodából az iskolába való átmenet megkönnyítése

Márcz Mária: Csak könnyedén!- az óvodából iskolába lépés – Mit tehet a szülő?

Becze-Szemes Katalin Krisztina: Beszéd és nyelvi fejlesztés szerepe a preventációs tevékenységben

Vukics Márta: Mozgásfejlesztés

Choma Béláné: A grafomotoros (írómozgásos) fejlesztés szerepe a preventációs tevékenységben

Takács Borbála: Pöttyös labdából Anna

Kissné Gaál Zsuzsanna: Kissné Gaál Zsuzsanna: Miért meséljünk népmeséket a XXI. század gyermekeinek?

Baráth Bernadett- Péterné Várbiró Ildikó: Zenén alapuló művészeti terápia óvodásoknak- „Gyógyító dallamok”

„50 év múlva mit sem számít,
milyen autót vezetünk, milyen házban laktunk,
mennyire rúgott a bankbetétünk és milyen ruhában jártunk.
De a világ kicsit fontosabbá válhat, ha fontosak voltunk
egy gyermek szemében.”
(Ismeretlen szerző)

Tisztelt Szülők!
Kedves Nevelők!

Szemünk fénye a gyermek! **Értük van minden:** értük épültek az óvodák, az iskolák, értük készültek az óvodai programok és az iskolai tantervek, értük dolgozik az óvodapedagógus, a tanító, a köznevelés számos szakembere, és nem utolsó sorban a szülő is a gyermeke számára szeretné a legjobb iskolát, a legjobb tanítót. Az ő boldogulásuk érdekében teszik a dolgukat mindannyian.

Az óvoda nem csak a képességek fejlesztésében és a szocializációs folyamatokban játszik nagy szerepet, hanem az iskolás éveket is előkészíti. Az iskolakezdés mégis okozhat nehézséget a kicsik számára, hiszen egy teljesen új világba csöppennek, amikor elsősztályosokká válnak. Ez az időszak nem csupán fizikailag és szellemileg jelenthet plusz kihívást a gyerekeknek, hanem pszichésen is megterhelő lehet. Hogyan könnyíthető meg az átmenet? Mit tehet a szülő?

Ezekre a kérdésekre próbálnak válaszokat adni kollégáim, segítve szülőket, nevelőket, a sikeres, gördülékeny iskolakezdés érdekében.

Gellén Melinda
főigazgató
szerkesztő

Dr. Németh Krisztina: Prevenció, avagy a tanulási problémák megelőzése óvodáskorban

Szülőként legnagyobb félelmünk, hogy gyermekünk nem fejlődik megfelelően.

Azt is tapasztaljuk, hogy gyermekünk növekedését, fejlődését minden életkorban mérik, értékelik - különféle módokon. Gyakorló szülőként tudjuk, hogy már kevéssel a fogantatást követően ultrahangos és egyéb vizsgálatokkal figyelik, hogy gyermekünk testi paraméterei, genetikai jellemzői megfelelően alakulnak-e, majd a születés utáni szinte első mozzanatként Apgár-tesztel számszerűsítik gyermekünk állapotát.

Ezt követően is sokféle módon viszonyítják az átlaghoz gyermekünk fejlődését. Kezdetben a gyermekorvos és a védőnő, később a bölcsődei gondozónő, óvónő, egyes indokolt esetekben - bármely életkorban - a pedagógiai szakszolgálat szakembere. Mindeközben pontosan tudjuk, hogy mindezek gyermekünk egészséges fejlődését, az esetleges fejlődési rendellenességek kiszűrését, a későbbi tanulási és egyéb problémák megelőzését szolgálják.

Mégis, a legtöbb szülőben dolgozik valamiféle idegenségérzet a folyamatos átlaghoz való viszonyítgatással kapcsolatban. Hiszen tudjuk, érezzük, látjuk, hogy gyermekünk egyedi, individuum, „nem kartoték-adat”, fejlődése is egyedi, csak rá jellemző, az átlag pedig egy konstruált fogalom és talán nincs is olyan létező, aki mindenben megfelel az átlagnak.

Gyakorló szülők, sokadik gyermekük esetében már attól sem ijednek meg különösebben, ha a gyermeknevelési kézikönyv mellékletében szereplő táblázatban előírtaktól eltérő időpontban kezd el átfordulni, állni, járni, beszélni. Ők már megtanulták az élettől az ősbizalom leckéjét: minden rendben lesz, idővel megoldódik ez is.

És valóban, létezik az emberben, a gyermekben egy alapvető motivációs bázis, egy a fejlődés irányába ható hajtóerő, „öngyógyító mechanizmus”, mely folyamatos fejlődésre készítet, ami segít abban, hogy a problémák – látszólag – önmaguktól megoldódjanak. Nem mindegy azonban, hogy milyen az adott fejlődésbeli probléma természete, és az sem mindegy, hogy milyen az a közeg - család, bölcsőde, óvoda-, melyben a gyermek él, mennyire inspiráló, motiváló, milyen eredménnyel tud ebben a közegben működni ez a belső hajtóerő, amely a gyermeket a további fejlődésre ösztönzi. A prevenció, vagyis a későbbi fejlődésbeli, tanulási problémák megelőzése ugyanis elsődlegesen a családban és abban a közösségben – bölcsőde, óvoda – valósul meg, ahol a gyermek napjait tölti. Már önmagában is fejlesztő hatású lehet, ha ez a két életszintér biztonságos és elfogadó, a gyermek fejlettségének, életkorának megfelelő kognitív és mozgásos élményeket, kihívásokat és a fejlődéshez elegendő időt biztosít.

Elmondható, hogy köznevelési rendszerünk a gyermekkor első éveiben, egészen az iskoláskor küszöbéig rugalmas kereteket biztosít a gyermekek egyéni ütemben történő fejlődéséhez. A

súlyosabb fejlődésbeli elmaradások természetesen azonnali terápiás beavatkozást igényelnek, de a kisebb „késéseket” mutató gyermekek egyéni sajátosságaiknak és fejlődési ütemüknek megfelelően fejlődhetnek az óvodákban, jellemzően sem tanulási nehézségekről, sem tanulási zavarokról nem beszélünk még ebben az életkorban.

Felvetődik a kérdés, hogy miért is van akkor szükség a másodlagos prevencióra, vagyis arra, hogy a gyermekeket egyéni, vagy kiscsoportos formában, megelőző jelleggel, állapotuknak, fejlettségüknek megfelelő fejlesztésben részesítse az ehhez szükséges speciális végzettséggel és szaktudással rendelkező szakember (gyógypedagógus, fejlesztő pedagógus, pszichológus stb.).

A kérdésre többféle megközelítésből is válaszolhatunk. Egyrészt az egyéni sajátosságokat és fejlődési ütemet nagymértékben toleráló óvodai nevelés végéhez köthető az első nagy „megmérettetés” az iskolaérettség kérdésének eldöntése. Ekkor ugyanis már egységes kritériumok alapján, azonos vizsgálati feltételek között, objektív módon dől el, hogy a gyermek elérte-e az iskolakezdéshez szükséges fejlettséget, vagy sem. A kezdeti, egyéni fejlődési ütemet elfogadó életperiódus után tehát megjelenik egy olyan fordulópont, ahol objektív feltételek alapján, már a gyermek iskolai beválása a tét. Ezen a fordulóponton segít át a másodlagos prevenció, melynek során a pedagógiai szakszolgálat szakemberei segítséget nyújtanak a fejlesztésre szoruló gyermekek képességeinek kiegyensúlyozott fejlődéséhez, ezen keresztül az iskolaérettséghez szükséges fejlettség eléréséhez.

Másrészt a gyermeki fejlődés az agy fejlődésével párhuzamosan zajlik, a tudásban és a viselkedésben látható, észlelhető változás egyúttal idegrendszeri változást, fejlődést is jelent. Az agy alapvető struktúrája egy hosszú folyamat során épül fel, amely a magzati életben kezdődik el, és még felnőttkorban is folytatódik. A felépülés jellege hierarchikus, vagyis az alapképességekért felelős agyi kapcsolatok korábban alakulnak ki, mint a komplexebb, összetettebb képességekért felelős területek. A bonyolult képességek csakis alapvető képességekre épülhetnek, így ha azok kiépülése, megszilárdulása nincs biztosítva, problémák jelentkeznek a komplexebb képességek elsajátítása során.

A későbbi tanulási képességeket, viselkedést, a fizikai és mentális egészség alapjait tehát a koragyermekkorai élmények határozzák meg. Ennélfogva ha a megalapozás komplex és szakszerű, az kedvező eredményekkel, a szegényesebb megalapozás viszont a későbbiekben nehézségekkel jár együtt.

Az óvodáskorban történő preventív fejlesztés jelentőségét támasztja alá tehát az a tény, hogy a korgyermekkor és ezen belül az óvodáskor az agy felépülésének egyik olyan szenzitív periódusa, amelynek során a különböző területek kifejezett érési folyamatokon mennek keresztül és ezzel együtt fontos képességek jelennek, szilárdulnak meg. Egy-egy készség, tevékenység ebben az időszakban sajátítható el a lehető legkönnyebben és legtökéletesebben.

Arra kérdésre tehát, hogy gyermekünk fejlődésével kapcsolatos probléma észlelése esetén meddig várjunk a segítségkéréssel, mikor forduljunk szakemberhez a válasz egyértelmű: a probléma észlelésekor a lehető legrövidebb időn belül. Amennyiben ugyanis a felmerülő nehézség külön fejlesztés (másodlagos prevenció) nélkül is megoldódik, a szakember ezt el fogja mondani a szülőknek, ha viszont egy olyan fejlődési elmaradás van a háttérben, amely ebben a korai életkorban még könnyen korrigálható, vagy fejleszthető, miért ne adnánk meg ezt a lehetőséget gyermekünknek? Miért tennénk ki a későbbi iskolai kudarcoknak, ha az óvodában történő preventív fejlesztéssel azok akár el is kerülhetők?

A végső kérdés tehát az, hogy vajon melyek azok a tünetek, gyanújelek, amelyekre szülőként is mindenképpen figyelniünk kell.

Óvodáskorban jelzésértékű a mozgásfejlődésben történő elmaradás. Feltűnhet, ha gyermekünk ügyetlen: ha mozgása összerendezetlen, túl lassú vagy túl kapkodó, ha gyakran elesik, problémát jelent az egyensúlyozás, vagy ha nem tudja elkapni a labdát. Nagycsoportban már illik a lépcsőn váltott lábbal menni. Nemcsak a nagymozgásban, hanem a finommozgásban és a szem-kéz összehangolt működésében is tapasztalhatunk éretlenséget. Gyakran megfigyelhető, hogy a gyermek ceruzafogása görcsös, úgy rányomja az íróeszközt, hogy elszakad a papír, vagy épp ellenkezőleg, alig láthatóak a vonalai. Nem tud vonal mentén nyírni, ruhát begombolni, gyöngyöt fűzni, ügyetlen az apróbb tárgyakkal való játékokban.

Ha a gyermek testképe kialakulatlan, nehézséget okoz számára testrészeinek megnevezése, annak megmutatása például, hogy hol van a bokája, kézfeje. A gyermekek emberrajzai általában hűen tükrözik testséma zavarait; ahol az érzékelés problémás, ott az ábrázolás is bizonytalan, aszimmetrikus, végtag nélküli figurák vagy nem megfelelő helyen illeszkedő testrészek jelennek meg rajzaikon. Mindez összefügghet a bizonytalan mozgással, de a testséma problémához kapcsolódik a rossz térben való tájékozódás (téri orientáció) is. Az irányt jelölő fogalmakat, mint pl. alatta, felette, balra, jobbra, felfelé, lefelé a gyermek nem tudja alkalmazni és a téri emlékezete is fejletlen (nem képes egy korábban bejárt útvonalat felidézni). A két testfél használatára jellemző laterális zavar szintén a mozgás, a téri tájékozódás problémájához kapcsolódik. A laterális önmagában nem azt jelenti, hogy valaki jobb-, vagy balkezes, hanem azt, hogy az egyik oldala domináns a másikkal szemben. A tanulási zavarok hátterében állhat, ha az egyes végtagok és érzékszervek különböző, azaz keresztetett dominanciájúak. Ilyen például, ha egy kisgyerek jobb lábbal rúgja a labdát, de bal kézzel eszik, vagy éppen a bal szemével kukucskál, de jobb kézzel rajzol.

Az időben való tájékozódás is problémát jelenthet. A gyermek ilyenkor nem tudja a napszakok, napok, hónapok, évszakok neveit, s helytelenül használja a ma, tegnap, holnap, előtte, utána fogalmakat, nehéz számára az események sorrendjét követni. Elképzelhető, hogy a korosztálynak megfelelő mondókat, verseket nehezen tudja megtanulni és pontosan

felidézni, nehézséget okozhat a rímek felidézése. A ritmusérzék is fejletlen lehet, soralkotási nehézségeket tapasztalhatunk (vagyis a gyermek nem tudja például az ismert „kör-háromszög-négyzet” váltakozó mintát szabályosan követni), vagy fordítva, azaz jobbról balra kezdi elvégezni a feladatot.

A vizuális észlelés a felfogott kép feldolgozását, egyéb észlelési területekhez és a mozgáshoz való kapcsolását célozza. Előfordul, hogy bizonytalan az alak, a forma, a nagyság, a szín felismerése, megkülönböztetése. Nehézséget okoz a lényeges vizuális inger kiemelése, a hasonlóságok, különbségek meglátása formák, ábrák között, a rész és egész viszonyának felismerése. Ugyanígy zavart szenvedhet a lényeges hangingereknek a háttérzajból való kihallása, vagy a hangok megkülönböztetésének képessége. Mindezekhez artikulációs problémák társulhatnak.

A fenti felsorolás természetesen nem lehet teljes, egyénenként eltérő jelei lehetnek a fejlődésbeli elmaradásoknak és nyilván mások az elvárások nagycsoportban, mások háromévesen. Szülőként tehát, ha bármilyen bizonytalanságot érzünk gyermekünk fejlődésével kapcsolatban, forduljunk bátran a szakszolgálatok speciálisan képzett szakembereihez, akik tanácsot adnak abban, hogy a gyermekünk igényel-e preventív vagy egyéb megsegítést. Nagyfokú biztonságérzetet adhat számunkra az, hogy a pedagógiai szakszolgálatok szakemberei minden gyermek esetében hároméves és ötéves korban szűrést végeznek óvodákban, melynek eredménye alapján megállapítják, hogy szükséges-e az adott gyermek preventív fejlesztése, vagy egyéb terápiás megsegítése.

Zala megyében, abban a szerencsés helyzetben vagyunk, hogy a gyermekek preventív fejlesztését a Zala Megyei Pedagógiai Szakszolgálat szakemberei helyben, a gyermekek óvodájában látják el, biztosítva ezzel, hogy a megyénkben élő valamennyi óvodás gyermek életkorának és képességeinek megfelelő fejlesztésben részesülhessen ebben a különösen szentitív időszakban, tehát még az iskolakezdést megelőzően.

Hiszünk abban, hogy a több ezer gyermek fejlesztése és a sok-sok utazással töltött óra - melynek során pedagógusaink a megye legtávolabbi pontjain működő óvodákba is eljutnak - meghozta, meghozza eredményét és egy-egy iskolai siker, egy-egy önbizalommal teli gyermek teljesítménye mögött saját munkánk sikerét is láthatjuk.

Felhasznált irodalom:

Danis Ildikó, Farkas Mária, John Oates (2011). Fejlődés a gyermekkorban: Hogyan is gondolkod(j)unk róla?

Kiss, T. C. (2002). A Szenzoros Integrációs Terápia és holisztikus kiterjesztése, a Holisztikus Szenzoros Balansz

Gyarmathy Éva, PH.D., (1998). Tanulási zavarok azonosítása és kezelése az óvodában és iskolában

Kereki Judit (2008). A (rész) képességek gyengeségei óvodáskorban

Arthur Englbrecht, Hans Weigert, (1999). Hogyan akadályozzuk meg a tanulási akadályok kialakulását? avagy Nem jelenthet akadályt a tanulási akadály!

Benkéné Kovács Viktória: „Szeptemberben iskolába megyünk!”

– az óvodából az iskolába való átmenet megkönnyítése–

Egyre elterjedtebb a nézet, hogy az óvoda felkészítés az iskolára. Vannak iskolaérettségi követelmények, amiknek idővel meg kell felelni. Ennek elérésére az óvodák pedagógiai programjai megfelelően ki vannak dolgozva, számtalan lehetőséget biztosítanak a különféle készségterületek fejlesztésére, a tapasztalatok szerzésére, az ismeretbővítésre. A pedagógiai szakszolgálat ezen felül biztosítja a prevenció, az esetleges lemaradást csökkentő, ill. az azt megelőző szakirányú felkészítés, támogatás különféle formáit (szűrőeket, fejlesztő foglalkozást, mozgásfejlesztést, logopédiai vagy pszichológiai ellátást) a gyermekek számára a sikeres iskolai beválás érdekében, az intézménnyel és természetesen a szülőkkel együttműködve. Egy nap pedig eljön a pillanat, mikor gyermekünkről kimondják az óvodában, hogy iskolaérett. Ez a fogalom sokrétű, röviden összefoglalva a gyermeki személyiség egészének fejlettségét jelzi. Azt jelenti, hogy értelmi, érzelmi, fizikai, szociális és erkölcsi szempontból életkorának megfelelő fejlettségi szintet ért el, s ennek értelmében – valamint a törvényi előírásoknak eleget téve – iskolai tanulmányait megkezdheti, az ottani követelményrendszerrel teljesíteni képes. Gyermeinket és minket, szülőket is büszkeséggel és izgalommal tölt el a tudat: „Szeptemberben iskolába megyünk!”

Szülőként felemelő ez az érzés – ha az első gyermek, azért, ha a következő(k), akkor azért. Hiszen mi már tudjuk, új világ nyílik meg számára. A betűk és számok világa, ami megannyi csodát és lehetőséget rejt! Ugyanakkor szorongás, esetleges félelmek is társulhatnak a kezdeti feldobott hangulathoz és rengeteg kérdés motoszkál bennünk... Kedves lesz a tanító néni? Milyenek lesznek az osztálytársak? Fogja bírni a tempót? Tud majd figyelni rendesen? Mire tudja megszokni azt a sok újdonságot és szabályt? Hogy tudok neki otthon segíteni? – hogy csak néhányat említsünk. Akiknek korábban lemaradásaik voltak, vagy még vannak, ott a szülőkre nagyobb nyomás nehezedhet, felerősödhetnek félelmek. Ott lehet a gondolat: „Az én gyermekem nem biztos, hogy tudja teljesíteni a követelményeket.” „Biztos, hogy nem lesz kitűnő tanuló... én sem voltam az.” „Hogy fog boldogulni majd az életben, ebben a versengő világban, ha nem lesznek jó eredményei?” Megnyugtatósnak szeretném említeni Vekerdy Tamás pszichológus szavait: „Nem a kitűnőkből lesznek a topmenedzserek.” El kell engedni azt a kényszert, hogy csak a jó tanulók vihetik valamire, és csak ők lehetnek sikeresek. Minden gyermek jó valamiben! Az iskolai készségek, az olvasás-írás-számolás hármasa (kognitív képességek) csupán töredéke annak a rengeteg készségnek, melyekkel gyermekünk például a társas magatartás, kommunikáció, sport, logika, problémamegoldás, zene, tánc, színjáték, kézműves, kreatív, fantázia és más területeken igenis rendelkezik! Ezeket a pozitívumokat, tehetségeket is vegyük

figyelembe, mikor számba vesszük, milyen ügyes és okos a mi gyermekünk. Ebben az életkorban hangsúlyossá válik a kompetencia, a „képes vagyok rá” érzése. Ennek megtapasztalása az iskolai és azon kívüli tevékenységek során valósulhat meg. Fontos a reális követelményrendszer felállítása: gyermekünk fejlődését mindig saját magához mérten értékeljük! Vannak, akik gyorsabban tanulnak, vannak, akiknek több idő szükséges – az egyéni különbségeket fogadjuk el. Optimális esetben már az óvodában kiszűrték, s kapott fejlesztést, ellátást. Az iskolában a tanítók szintén észreveszik, ha valaki lemarad, ezt jelzik a szülőknek és tanácsokat tudnak adni, lehetőséget az otthoni támogatásra, valamint szükség esetén a pedagógiai szakszolgálat valamely ellátásának igénybevételére. Ezeket érdemes megfogadni, igénybe venni – és megtapasztalni, hogy tényleg hasznunkra vannak. Gyermekünkkel teszünk jót, ha szükségleteinek megfelelően (pl. megállapított tanulási nehézség, beilleszkedési vagy magatartási problémák, igazolt diszkalkulia, diszlexia, stb.) esetén megadjuk számára a támogatásokat, a „mankókat”, melyek elsősorban közérzetét, motivációját, jobb esetben akár teljesítményét is javítani képesek!

A gyermek elsődleges nyelve és tanulási eszköze a személyes megtapasztalás, a játék, azon belül a szabad játék, melyre egyre nagyobb hangsúlyt fektetnek a korai években az otthoni és az óvodai nevelés során egyaránt. Az iskolakezdés azonban nem jelenti a játék elmaradását, a játszás abbahagyását. A játékos tanulásnak egyre nagyobb hagyománya van, s szakmai munkánkban, a fejlesztések és terápiák során is naponta tapasztaljuk annak jótékony hatását. Az átmenet segítésében ez a szemlélet kiemelt szerepet kell, hogy kapjon.

Mi lesz más az óvodához képest?

Szinte minden. Új, esetenként korábban nem ismert útvonal az iskoláig, új épület, új illatok, új termek, új berendezés, új gyerekek, új felnőttek, új szabályok, új szokások...

Ami viszont nem változik, hogy reggelente ugyanúgy fel kell kelni, el kell készülni és odaérni időben. Ugyanakkor az iskolából való késésnek, a szükséges eszközök otthon maradásának komolyabb következményei lehetnek. Érdemes tehát a gyermek(ek) és saját reggeli felkészülési ritmusunkat, valamint az iskolába való eljutás és a búcsúzkodás idejét is figyelembe véve újra kiszámítani és beosztani az időt, hogy a kapkodás és idegeskedés helyett rendezetten, minél nyugodtabban induljon a reggel gyermek és szülő számára egyaránt. Az elválás során itt is fontos a következetesség, a határozottság, ugyanúgy, ahogy annak idején az óvodában volt. Szerencsére egy-két hét alatt meg lehet szokni az új rendszert. Az ismerősség érzés fokozódása a biztonságérzetet nagymértékben megalapozhatja mindenki számára.

Habár az óvodában is van napirend, heti rend, az iskolások esetében kicsit átalakul. Kötöttebb órarend van, azokat a bizonyos 45 percek tényleg végig kell ülni és figyelni. Kevesebb szünet van, és bizony több a szabály – órákon és szünetekben egyaránt, amiket a legtöbbször úgyis

hamar el tudnak sajátítani. Akik mégsem, ott a tanítóknak megvannak a megfelelő módszereik a gyermekek kordában tartására.

Meg kell szokni, meg kell ismerni a tanító néniket, az osztálytársakat. Alkalmazkodni kell hozzájuk. Kiismerni a régi barátokat, ismerősöket az új környezetben, hiszen az újdonság ereje mindenkire másként hat. Előnyben lehetnek azok, akik jobb kommunikációs, ill. szociális készségekkel rendelkeznek, beilleszkedésük könnyebb lehet. Akik visszahúzódóbbak, kevésbé nyitottak az új közeg felé, ott türelemmel hagyjunk több időt a megszokásra. Beszélgessünk sokat gyermekünkkel az iskoláról, érdeklődjünk napjáról, meséljünk az őt érdeklő, számára fontos eseményekről! Minőségi idő biztosításával kapcsolatunk is javul, s még verbális készségeit, önbizalmát is fejleszthetjük.

A délutáni foglalkozások kiválasztása során fontos figyelembe venni a gyermekünk érdeklődési körét, tehetséggondozás szempontjából fontos készségeit. Figyeljünk oda teherbíró képességére, s ne felejtjük el, hogy az iskolai munka, a tanulás nagyon kimeríti a kicsiket! Első és második osztályban a gyermekek fő feladata az írás, az olvasás és a számolás megtanulása, otthoni gyakorlása, beépülésének segítése, melyre megfelelő mennyiségű időt kell szánni. Lehetőség szerint olyan délutáni foglalkozásokat válasszunk, amelyek illeszkednek gyermekünk érdeklődéséhez, sikerélményt biztosítanak számára, ott jól érzi magát, mintegy kikapcsolódhat, feltöltődhet a nehéz nap után. Természetesen, aki bírja, vagy igényli, annak választhatunk komolyabb koncentrációt igénylő, „tanulós” elfoglaltságot, vagy fizikailag megterhelőbb tevékenységet, „edzést” is, de csak mértékkel (maximum 1-2 foglalkozás javasolt)! Aki korábban nem járt különórákra, csak most kezdi, annak meg kell szokni ezt az új helyzetet is, hogy az iskolai egész napos tanulás, figyelés után még újabb koncentrációt igénylő programon kell részt vennie. Mindig gondoljunk bele: nekünk milyen érzés lenne, ha a napi munkahelyen töltött órák után még külön programon kellene részt vennünk, megfelnünk? Az iskolai tanulmányi versenyeken való részvétel támogatása során is elsősorban a gyermek teherbíró képességét és érdeklődését vegyük figyelembe, s mérlegeljünk. Fontos, hogy a pihenésre is maradjon idő!

Amennyiben lehetséges, óvodás társaival, barátaival érdemes fenntartani a kapcsolatot. Ezek a találkozások a biztonságérzést, valamint a folytonosság érzését erősíthetik.

Hogyan segíthetjük gyermekünk számára az óvodásból iskolássá válást?

Mire érdemes odafigyelni?

1. Hangolódjunk együtt az iskolára! Vonjuk be gyermekünket az előkészületekbe! Ezzel az ismerősség érzését növelhetjük, valamint nagyszerűen erősíthetjük motivációját az iskolával, a tanulással kapcsolatban. Lehetőség szerint vegyen részt az új iskolatáska, a tolltartó, a füzetek és ceruzák, bekötők kiválasztásában, beszerzésében, otthoni

elrendezésében, helyének meghatározásában, valamint saját „tanuló helyének” berendezésében.

2. Az iskola épülete a legtöbb gyermek számára teljesen új közeg. Hasonlóan, mint egy költözéskor, ott minden új lesz, ismeretlen. Ezt előszeretettel hangoztatjuk is... A kezdeti bizonytalanság érzését a gyermeki kíváncsiság, az ismeretszerzés vágya csökkenteni képes, amihez a szülőkkel való érzelmi biztonság hozzáegítheti. Fontos, hogy az iskoláról való beszélgetés, lelki felkészülés során mi is pozitívak, nyitottak, lehetőség szerint nyugodtak tudjunk lenni (egy kis egészséges izgalom belefér), mikor a sok újdonságról, annak részleteiről beszélgetünk gyermekünkkel. Hiszen, ha tele vagyunk negatív érzelmekkel, emlékekkel, túlzott izgalommal, azt a kicsik „radarjaikkal” egyből észlelik és átvehetik, s ez szorongásos tünetekhez, túlzott megfelelési kényszerhez is vezethet. Természetesen rossz élményeinket sem kell eltitkolni, viszont kevesebb sikerrel alakítunk ki jó első benyomást az iskoláról...
3. Az első benyomás, az első napok tapasztalatai meghatározóak. Többnyire szinte teljesen ismeretlen felnőttekkel, gyermekekkel találkozik az iskolában. Az osztálytanítók személye nagyon fontos lesz a kicsik számára. Ők lesznek jelen a mindennapokban örömteli és problémahelyzetekben egyaránt az „anya szerepében”, mint új kötődési személyek, „szülőpótlók”, akikkel jó, ha megfelelő bizalmi kapcsolat tud kialakulni. Engedjük el esetleges féltékenységünket, ha látjuk, hogy megsimítja, megöleli csemeténket a tanító néni, vagy gyermekünk bújik oda hozzá – mert ez jelzi az érzelmi kötődést, ami támogatja kisfiunkat vagy kislányunkat lelkileg a nap folyamán.
4. Az iskolában új szabályrendszer fogadja a gyermekeket és a szülőket egyaránt. Van házirend és osztályrend, órarend, napirend, délutáni foglalkozások rendje. Ezek betartása az iskola, esetenként a szülő feladata is. Beszélgessünk róla, szervezzünk együtt!
5. Az otthoni rendszer (napirend, hetirend) is változik – Könnyítésként érdemes készíteni együtt, akár gyermekünk rajzaival illusztrálva, csomagolópapírra egy napirendet, közösen meghatározva az időpontokat. Jól látható helyen elhelyezni, s ehhez lehet igazodni. Az időpontokat természetesen a váratlan eseményeknek megfelelően lehet rugalmasan kezelni, napirendi pontokat kihagyni, de fontos a következetesség, ill. mulasztások esetén az előre, gyermekünkkel közösen megállapított szankciók alkalmazása. (Ha beválik, szankciókra nem is nagyon lesz szükség.) Jó, ha van naptár is, ahol az egész hónapot lehet tervezni.
6. Az otthoni felkészülés már az első naptól kiemelt szerepet kap. A *táska*, a *tanszerek átnézése*, a tolltartó és tornaszák összekészítése, az iskolában tanultak elmesélése

(önállóan vagy érdeklődő rákérdezésünkre), átnézése a motiváció fenntartásában játszik fontos szerepet. A bepakolást és tolltartórendezést kezdetben mutassuk meg, ő is felügyelettel végezze. Néhány hét gyakorlás után engedjük egyre önállóbban (ellenőrzésünkkel megerősítve és támogatva) elvégezni a napi, iskolával kapcsolatos teendőket! A *leckeírás, gyakorlás*, kezdetben 10-15 percet vesz igénybe. Idővel, a tananyag bővülésével, valamint a gyermekünk haladási tempójának függvényében a ráfordított idő növekedhet, de mindig vegyük figyelembe a gyermek teherbírását! Meg kell találni a *tanulás és pihenés megfelelő arányát* is. Délutánonként 20-25 perc munka után 5-10 perc szünet, pihenés (evés, ivás, játék, beszélgetés, szükségletek elvégzése) a tanulás szerves része, ezt ne felejtjük el!

7. Engedjük teret a játékos tanulásnak! Pl. hagyjuk, hogy gyakorló füzetét kedve szerint dekorálja, vagy versét megzenésítve tanulja, esetleg játssza el a történetet, amit aznap megismertek. Jutalmazzuk az erőfeszítést is (nyomdával, matricával, pozitív megerősítésekkel). Hadd legyen öröm a tanulás!
8. Többször mondjuk el, hogy a tanulás – és minden vele járó felkészülés – az ő felelőssége! Erre azért van szükség, hogy érezze és megtanulja: ahogyan számunkra a munkánk és az arra való felkészülés a mi felelősségünk, úgy számára a tanulás az ő feladata, az iskola a „munkahelye”, az ő felelőssége. Amennyiben elvégezzük helyette, később elvárja és azon vehetjük észre magunkat, hogy már 7. osztályos és még mindig mi pakoljuk be az iskolatáskáját, mi írjuk a leckéjét... Természetesen kísérjük figyelemmel, de csak szükség esetén segítsünk neki. S nem utolsó sorban az önállóság megtapasztalásának önbizalom növelő hatása is van.
9. A szülő feladata az optimális fizikai körülmények biztosítása (hely, ahol nyugodtan tanulhat, megfelelő fény, hőmérséklet, friss levegő, csend, rend). Tanulni, koncentrálni nem lehet éhesen, szomjasan, fázva, izzadva, nagyon fáradtan, lelki terheket cipelve, szorongva.
10. Ha érezzük, hogy gyermekünk feszült, nagyon nem akar nekiállni az otthoni tanulásnak, dacosodik, haragos, akkor érdemes időt szánni rá, kicsit beszélgetni vele. Meghallgatni, hogy mi történt aznap, mi lehet az oka annak, hogy most így érzi magát. Miután kiadta magából dühét, esetleg kísírta bánatát, segítsük felkészülését a következő napra. Ez a hozzáállásunk az érzelmi támogatásunkról biztosítja, arról, hogy szabad a negatív érzéseket is elmondani, mert meghallgatásra talál. S arról, hogy ő is fontos, nemcsak a teljesítménye.
11. Továbbra is működünk együtt a pedagógusokkal, akikre gyermekeinket bízunk. Érdeklődünk afelől, hogy telt a napja, milyen élményekben, esetleg kudarcokban volt része gyermekünknek. Mindig tájékoztassuk a felnőttest, ha valami történt otthon,

vagy a családban (sérülés, baleset, haláleset, válás, konfliktus, költözés, egyéb esemény, amely hatással lehet a gyermekünk lelkivilágára), hiszen csak akkor tudja a számonkérések során figyelembe venni a lelki nehézségeket, szorongásokat, félelmeket, ha tud róluk. A tanítók megértőek, segíteni szeretnének. Fogadjuk meg tanácsaikat az otthoni felkészüléssel kapcsolatban is.

12. Fontos, hogy otthon ne kérjük számon az iskolai rendetlenkedéseket, otthon ne büntessük az ottani negatív viselkedése miatt! Az iskolában lerendezik az ilyen eseteket, a jelenlévő és illetékes felnőttektől megkapják méltó büntetésüket a fiatalok. Természetesen meg kell beszélni az ilyen dolgokat is, de ne erről szóljanak a délutánok. Az otthon továbbra is legyen a bizalom, az elfogadás szigete, ahol elmondhatja félelmeit, fájdalmain, sérelmeit. Ha otthon is büntetjük, szidjuk, vagy nem hiszünk neki, sérülhet a szülő-gyermek közti bizalom, ami gyermekünk visszahúzódáshoz, motivátlansághoz, súlyosabb esetben önértékelési problémákhoz, tanulási és egyéb pszichés zavarokhoz vezethet.

A 6-8 éves gyermek gondolatvilága még nagyon nyitott az újra, a legtöbben örömmel és kíváncsisággal telve lépik át az iskola küszöbét. Motivációja gyakran abból fakad, hogy meg szeretné mutatni, mi mindent tud már, mit tanult aznap. Eleinte még nem magának tanul, hanem a szülőnek – külső megerősítőként vagyunk jelen. Odafigyelésünk, érdeklődésünk, személyes mintánk adja számára azt a tapasztalatot, hogy a *tanulás, a tudás érték*. Ne feledjük, gyermekünk óvodásként lép az iskolába, s az iskolássá való szocializálódás eltarthat akár az első tanév végéig. Idő kell ahhoz, hogy gyermek és szülő belerázódjon az „iskolás lét”-be. Segítsük hát támogató hozzáállással, sok bátorítással, érzelmi biztonságot nyújtva, az átálláshoz szükséges idő biztosításával az új világ megismerését!

Márcz Mária: Csak könnyedén! – az óvodából iskolába lépés

- Mit tehet a szülő? -

A szülők természetes igénye, hogy gyermeküket kiegyensúlyozottnak, boldognak lássák. Szeretnék ugyanakkor, hogy az eléjük kerülő akadályokat könnyedén vegyék, sikeresek legyenek. Talán nincs még egy olyan jelentős váltás a család életben, melyet nagyobb várakozás, aggodalom és bizonytalanság előzne meg, mint az óvoda- iskola átmenetet.

Vajon a szülőnek milyen mélységig kell tudatában lenni gyermeke képességfejlődésének elméleti hátterével, melyek azok területek, melyeket feltétlenül ki kell emelni. Meg kell említeni, hogy szembeütő a disszonancia a „fejlesztés” iránti egyre növekvő igény és a tanulási problémák növekvő száma között. A nyári szünet közeledtével figyeltem meg egy bevásárlóközpont méretes standját a bejárással szemben. A standon kizárólag fejlesztő füzetek voltak elhelyezve különböző korú gyermeknek. Érdekelt a téma, kicsit utánanéztem. Egy internetes keresésre, egy fejlesztő eszközöket forgalmazó honlapon 73 fejlesztőfüzetet találtam, mely kifejezetten az óvadás korosztálynak készült otthoni gyakorlásra, illetve pedagógusoknak. A kiadók természetesen csak kiszolgálják az egyre növekvő igényeket. Számátalan fejlesztő füzet, fejlesztő játék, program áll a szülők rendelkezésére. Ezek természetesen hasznos időtöltéssel szolgálhatnak különösen, ha az audiovizuális eszközöket váltják ki. Minden adott tehát a zökkenőmentes iskolakezdéshez, az ideális fejlődéshez. A mindennapi tapasztalataim azonban kisiskolás gyermekek képességfejlődésének vizsgálatokor nem ezt igazolják, és sajnos összecsengenek a statisztikai adatokkal, melyek azt mutatják, hogy soha ennyi tanulási nehézséggel, tanulási zavarral küzdő kisgyerek nem ült a padokban, mint napjainkban. Visszatérve a szülők tájékoztatására szerintem olyan mélységű ismeretekre van szükség, melyek segítik a szülőt abban, hogy a gyermekével szemben reális elvárásai legyenek, tudja, mivel segítheti elő, illetve gátolhatja a természetes érési folyamatokat, időben tudjon segítséget kérni, amennyiben szükséges.

Vegyük természetesnek az egészséges fejlődést!

A kisgyermek a tanulás képességével születnek. Szinte születésüktől kezdetét veszi egy nagyon összetett kommunikációs rendszer a beszéd elsajátításának megtanulása. A gyermek tanulás iránti vágya ösztönös, folytonos felfedezés, kísérletezés és kíváncsiság jellemzi. Az egészségesen született gyermeknek pusztán a megfelelő környezetre van ehhez szüksége. Ennek a hihetetlenül gyors és intenzív szakasznak is megvannak a szakaszai, melyek egymásra épülve fokozatosan épülnek fel. Egy bizonyos eltolódás, késés, gyorsulás természetes. Emellett az egyes

gyermekek fejlődési üteme is különböző, mint ahogy a képességeik is. Egyes gyerekek hamarabb beszélnek, mások hamarabb tanulnak meg biciklizni. Van olyan, aki felnőtteket megszegényítő módon táncol, vagy tanul meg verseket, míg mások ügyesen rajzolnak. Fontos, hogy a különbséget ne keverjük össze az elmaradással, ha bizonytalanok vagyunk, nyugodtan kérjünk segítséget.

A hozzáállás szempontjából nem mindegy, hogy a gyermek *fejlesztéséről*, vagy a gyermek *fejlődéséről* beszélünk. Szülőként elsődleges célunk a *gyermek fejlődésnek elősegítése* kell, hogy legyen. Ennek megvalósítása pedig a gyermek aktivitásával, motivációjával, cselekvésével lehetséges. Nem célom leegyszerűsíteni a gyermeki képességfejlődés komplex struktúráját, kiemelni csupán néhány lényeges elemet az iskolaérettség, és a későbbi tanulási, magatartási, személyiségfejlődéssel összefüggő területek közül, a kisgyermek fejlődésére gyakorolt hatások és a lehetséges megoldási módok felsorakoztatásával.

Az iskoláskort megelőző fontos testi és pszichés változások

Az óvodáskorban az anatómiai és fiziológiai változások területén bekövetkezik az első alakváltás. A csontrendszer megerősödik, bár még nem fejeződik be a csontosodás folyamata, az izomrendszer is fejlődik, a gyermek mozgásai biztosabbakká, harmonikusabbakká válnak. Az idegrendszer felépítésében és működésében jelentős változások tapasztalhatók. A viselkedés szabályozásában egyre nagyobb szerepet játszanak a szóbeli közlések, útmutatások, figyelmeztetések, magyarázatok. Az egyes sarkalatos fejlődési területek esetében rá kell mutatni a megelőzésre is, hiszen a kisgyermek sérülékenysége a kedvezőtlen hatásokra nagyobb, mint a felnőtteké, de regenerálódási képességük is messze meghaladja azt. Nem árt tehát komolyan venni a gyermek igényeit, jelzéseit, mely a megfelelő környezet és elfoglaltságok megválasztása során hárul a felnőttekre.

Az érzékelés, észlelés

Az érzékszervek óvodáskorban is funkcionális, vagyis használat közben fejlődnek. A gyermek aktív válna segíti az érzékelést és az észlelést. A megismerő tevékenységek elsősorban a játékhoz kapcsolódnak. A fejlődés eredményeként fokozatosan kezd függetlennedni az észlelés a cselekvéstől. 3-6 éves korra a látás veszi át a vezető szerepet.

Az iskolakezdeményezéshez számos képesség megfelelő fejlettségi szintjére van szükség. Ilyenek az alaklátás, formaérzékelés, színérzékelés.

- *Az alaklátás az összetartozó egészek egységes egészként való felfogása.*

A 6-7 éves korra alakul ki a strukturált egészeknek a felfogása, az egészeknek a részleteivel együtt történő észlelése. Az egész és a rész összefüggéseinek helyes felismerése, az írás-olvasás tanulás

alapfeltétele. Ez a képesség szükséges ahhoz, hogy a hasonló betűket a kisgyermek megkülönböztesse egymástól, vagy a nyomtatott szöveget írottra másolják.

- *A formaészlelésben* (forma, méret, felület, nagyság) a fejlődés hasonló utat jár be.

A fejlődés során egyre pontosabb lesz a felismerés és a megkülönböztetés. Az 5-6 éves gyermek már képes elrendezni több tárgyat nagyság, szín és forma szerint.

- *A színfelismerésre* már a 3 éves gyerekek is képesek, de a megnevezést tanulnia kell. A színek differenciáltabb megkülönböztetése fokozatosan növekszik az életkorral.

Ezen területek elmaradása hamar nehézségeket okoz az írás- olvasás elsajátítása során. Megoldásként a sok kézzel végzett tevékenység javasolható. Apró tárgyak megfigyelése, válogatása. Tevékenység a ház körül előforduló apró és nagyobb tárgyakkal, csoportosítás, rendszerezés akár kisebb házimunkák közben is. Séták, kirándulások, ház körüli tevékenységek alkalmával a környezet részleteinek megfigyelése, a színek, formák közti különbség felismerése, megnevezése.

A térészlelés

A *térészlelés* kialakulása, a térirányok leképezése a test-séma fejlettségének függvénye. Az iskolába készülő gyermekek vizsgálatának lényeges eleme a saját testen való tájékozódás vizsgálata. Nem véletlenül. A kisgyermek síkban és valódi térirányoknak megfelelően nem lesz képes tájékozódni, ha azt saját testéhez nem tudja viszonyítani. A saját test a kiindulópont. A kisgyermek kezdetben domináns kezéhez viszonyít minden térirányt, és ennek segítségével különíti el szimmetrikus testrészeit is.

A térészlelés, önmagunk pontos észlelését is jelenti, mely nemcsak tanulási zavarok kialakulásáért, de az önértékelés fejlődésért a kompetencia érzés kialakulásáért is felelősek.

Megelőzőként a kisgyermeknek sok mozgásos tevékenységet kell biztosítani. A helyes térészlelés kialakulásához elengedhetetlen a változatos terepen történő futás, járás. A vízszintes helyzetváltoztatás, mint leugrás magaslatról, játszótéri játékok rendszeres használata, esetleg fáramászás, hintázás, különböző járművek (kerékpár, roller...) használata. Ezen tevékenységek során lesz képes a kisgyermek a tér méretének megfelelő érzékelésére, képes lesz önmagát elhelyezni a térben, a közeli és távoli dolgok viszonyát érzékelni. Ezen tapasztalatait felhasználva nem fog nehézséget okozni számára a betűk síkban történő elhelyezése, írás közben a vonalközben haladás, a margóhatárok betartása, vagy ha absztrakt síkra fordítjuk le a számrendszerek értelmezése a matematikában. Ez utóbbihoz természetesen önmagában a térészlelés nem elegendő, de a viszonyítás nélkülözhetetlensége miatt gátja lehet a logikai gondolkodás megfelelő fejlődésének.

Az időészlelés

Az *időészlelés*, az időben való tájékozódás óvodáskorban még szintén az élményekhez kötődik. Az idő a gyermek számára túlzottan absztrakt fogalom, viszonyítási alap nélkül nem tudja értelmezni a tegnap, ma, holnap, holnapután, tegnapelőtt viszonyzavakat. Az idő egy kisgyermeknek nem létezik, mint fogalom. Élménygondolkodásnak nevezik azt a folyamatot, amikor az óvodás a számára jelentéssel bíró eseményhez köti a történéseket. („Amikor beütöttem a lábam.”, „Akkor lesz a születésnapom, amikor egyet alszunk.”) Az iskolástól 7-8 évesen elvárhatjuk, hogy tudjon végig figyelni több 45 perces órát egymás után, önállóan elkészüljön reggel, megtalálja a helyes arányt a játék, a pihenés és a kötelező elfoglaltságok között. Az időbeli tájékozódás zavarai esetében a kisgyermek nehezen követi a napi rutint a családban és az iskolában. Elképzelhető, hogy nem érti a környezete által használt kifejezéseket, nem érzékeli az idő múlását, vagy az események sorrendiségének megjegyzése jelent gondot számára. Az iskolai életben ezek a problémák jelentkezhetnek magatartási problémaként, de a tanulási teljesítményt is befolyásolhatják. Az időtartam érzékelése kell ugyanis a hangzók hosszúságának felismeréséhez, az igeidők felismeréséhez, a mesék eseményeinek sorban történő felidézéséhez, a logikai sorrendet igénylő feladatok megoldásához, vagy feladatlapok megoldása esetében a helyes időbeosztáshoz.

Megelőzőként a tudatosságot kell hangsúlyozni. Az időfogalom és az időfogalmat jelölő kifejezések tartalommal való megtöltése azonban nem történik meg automatikusan. Kizárólag a mindennapos használat és közvetlenül megélt tapasztalatokon keresztül történhet a fejlődése. Az idő érzékelése kezdetben csak események segítségével lehetséges. Lényeges a napi rutin kialakítása, a mindennap egy időben történő események sorrendjének betartása, tervezése és megnevezése. Fontos az alvásrítmus megtartása, a veleszületett „biológiai óra” figyelembevétel. A „biológiai óra” mesterséges felborítása nemcsak az időbeli tájékozódás kialakulását hátráltatja. A saját szervezet visszajelzéseinek figyelmen kívül hagyása egyaránt vezethet a gyermek állandó felfokozott, illetve állandóan alacsony aktivitási szintjéhez. Az állandóan magas aktivitási szint a hiperaktivitás, míg az állandóan alacsony aktivitási szint a motiválatlanság, érdektelenség tüneteit okozhatják. Az időfogalmak kialakítását segíti a nap eseményeinek közös felidézése, képeket tartalmazó emlékkönyv közös készítése jeles eseményekről. Fényképalbum nézegetése a távolabbi időperspektíva bemutatására. Heti tervező készítése, mely a hét napjainak fontos történéseit előre rögzíti és előre és visszatekintve is támpontot nyújt a megfelelő fogalmak használata mellett (pl. tegnap, holnapután, délelőtt).

Az emlékezet

Az emlékezet fejlődését kezdetben a mozgás és a cselekvés határozza meg. A verbális emlékezet is cselekvésbe ágyazva fejlődik. A jó ritmusú verseket, alliteráló szövegeket, az egyre

hosszabb és összetettebb énekek és mesék, mind az emlékezet fejlesztésére hatnak. Az iskoláskorban a vizuális és verbális emlékezet lesz uralkodó. Fontossága a tanulás során kevésbé igényel magyarázatot, hiszen az iskola erre épít, az iskolai sikeresség kulcseleme lesz. Az ismeretek megőrzésén alapuló tantárgyak esetében az emlékezetben történő rögzítésre, és felidézésre is képesnek kell lennie a kisiskolásnak. Tudjuk azt is, hogy az iskolába lépés pillanatában a gyerekek vizuális emlékezete még jobb, verbális emlékezetük nem mindig megbízható.

Az emlékezet fejlődést leginkább elősegíti a gyermekkel történő tartalmas beszélgetés (pl: a nap eseményeinek felidézése, a séta közben látott tárgyak felidézése) és a sok- sok egyszerű gyermekvers megtanulása, és az élıszóban elıadott mese olvasása. Ezek mellett számos közös játékot is lehet játszani. Kedvelik a gyerekek a „Mi változott?” játékokat és a különbözı párkeresı memóriajátékokat is.

A képzelet

Talán az iskolaérettség esetében kevésbé kerül elıtérbe a *képzelet*, mint alapkritérium, pedig a harmonikus személyiségfejlődés különösen lényeges eleme. A kisiskolásnak egyre több dolgot kell elképzelnie, amit a tanórán egyáltalán nem lát esetleg csak részleteiben. A képzelet elválaszthatatlan a gondolkodástól és a cselekvéstıl. A fantázia ugyanis elıkészíti a cselekvést, segítségével a gyermek reálisan látja cselekedeteinek következményeit, melyeket könnyebben tud megtervezni is. Emellett a képzelet az alkotó tevékenységekhez is nélkülözhetetlen.

Manapság az elektronikus eszközök, a televíziós mesecsatornák kontrol nélküli használata miatt rengeteg szakember kongatja a vészharangot a gyermeki fantáziára – és hosszú távon a személyiségfejlődésre - mért talán visszafordíthatatlan károkozás miatt. A saját cselekedetek tervezésének nehézsége, a fejletlen képzelıerı jelentıs hátrányt jelent a tanulás során. de megnehezíti a beilleszkedést a kortárs csoportba, és a reális énkép kialakulását is.

A megoldás nagyon egyszerű és kézenfekvı. Az elektronikus eszközök használatának mellözése mellett az élıszóban történı mesélés és a szabad játék a megelızés eszközei. A mese a gyermeki képzelet, fantázia megmozgatásának ısi megnyilvánulási formája. A mese egy olyan egyetemes nyelv, melyben ismerısek a pozitív és negatív hısök, tervezhetık az érzelmek. Egy olyan kincs, mely a gyermekkel történı meghitt együttlét mellett a fejlıdési lehetıségek szinte kimeríthetetlen tárházát nyújtja. Ha mellé tesszük, hogy a képzelet és fantázia mellett a szókincs, a kifejezıkészség, a beszédértés, az idıbeli tájékozódás legkézenfekvıbb fejlıdést elısegítı eszköze, akkor már igazán csak hab a tortán, hogy segíti a társakkal történı kapcsolattartást, az empátiát és közvetve a magatartást is befolyásolja.

Nem mellékesen meg kell azonban jegyezni, hogy e felsorolt pozitív hatásokat a televízióban nézett mesék nem hordozzák. Hosszú távon pont a képzeletet károsító hatásuk van, emellett az olvasás igényéről is leszoktatják a gyermekeket.

Összegzésként

A gyermek számára a legfontosabb, hogy a környezetében, a családjában szeretetben, biztonságban fejlődhessen a saját egyéni érési tempójában. Szükség esetén megkaphatja a szakemberek támogatását is, mely bizonyos esetekben ez nélkülözhetetlen is. Tisztában kell azonban lennünk azonban azzal, hogy önmagában heti egy- két óra fejlesztés biztosa nem lesz elegendő a képességek kibontakoztatásához, az alapkészségek fejlesztéséhez. Ehhez a szülőnek nap, mint nap tenni kell. A tartalmasan együtt töltött időt, a közös tevékenységet, játékot semmivel nem lehet pótolni és soha nem lehet bepótolni.

Ha aggodalommal tekintünk a gyermekünk előtt álló iskolakezdesre, álljon itt néhány jó tanács, melynek megfogadásával, könnyebb szívvel várhatjuk a szeptembert:

- Meséljünk minden nap.
- Biztosítsuk az elegendő és pihentető alvást.
- Játsszunk, sétáljunk, kiránduljunk sokat a szabadban.
- Beszélgessünk minél többet.
- És végül: mozgás, mozgás, és mozgás.

Felhasznált irodalom:

Schleinerné Dr. Szányel Erzsébet: Fejlődépszichológia, Comenius kiadó; 2007

Vojnitsné Kereszty Zsuzsa – Zilahiné Gál Katalin Az óvoda–iskola átmenet problémái különös tekintettel a halmozottan hátrányos helyzetű gyermekekre

Integrációs Pedagógiai Műhely Füzetek 10.

internet: https://felicitasz.blog.hu/2010/01/12/tehetseges_gyerekek_korai_nevelese_1

Salamon Jenő: A megismerő tevékenységek fejlődéstana;

Nemzeti tankönyvkiadó, 1994

TÁMOP – 4.1.2-08/2/A/KMR - Bárczi Gusztáv digitális tananyagfejlesztő program - Projektrendszerű oktatási formák és ezeket támogató digitális tananyagok fejlesztése a gyógypedagógus-képzés BA- és MA-szintű moduljaihoz)

/internet://www.tankonyvtar.hu/hu/tartalom/tamop412A/2009-

2007_orientacios_kepessegek_fejl_modszertana/TANANYAG/04_1_3.scorml

Becze-Szemes Katalin Krisztina: Beszéd és nyelvi fejlesztés szerepe a prevenciós tevékenységben

„Ismergetjük, tanuljuk egész életünkben anyanyelvünket is, ezt a sokszínű, sokarcú csodát. S minél jobban megismerjük, annál szebbnek, gazdagabbnak, csillogóbbnak látjuk.”

Lőrincze Lajos

A nyelv kivételes szerepet játszik mindennapi életünkben. Az emberi kapcsolatok hídjaként, gondolataink kifejezésében van szerepe. Ha szétnéztünk magunk körül, azt tapasztaljuk, hogy az elsődleges kommunikációs eszközünk a nyelv. Szerepe van a tanulásban, az ismeretszerzésben, befolyásolja az iskolai, a munkaerő-piaci és a társadalmi érvényesülést.

A nyelv kifejezésének egy formája a beszéd, melynek elsajátítása a gyermek fejlődésének természetes folyamata. Az anyaméhben kezdődik, és kb. 14 éves korban éri el a felnőttkorra jellemző nyelvi fejlettségi szintet. Amennyiben ez a fejlődés nem indul meg magától, vagy nem megfelelő ütemben zajlik, nyelvi késésről, vagy nyelvfejlődési zavarról beszélhetünk. A jelenség igen változatos formákat ölthet: késhet a beszédindulás kezdetének időpontja, lassabb lehet a fejlődési ütem, vagy a minőségben mutatkozhat probléma. Háttérében organikus, funkcionális, pszichés és környezeti tényezők állhatnak. A nyelvi késést mutató gyerekek egy része pár éven belül felzárkózik a korcsoportjához, de sokuk esetében az elmaradás állandósul és az érintett személy sosem éri el a tipikusan elvárható nyelvi szintet. Az ő társadalmi részvételük jelentősen korlátozott lesz, hiszen nehezebben kommunikálnak, tanulnak, jutnak információhoz, gyakran az értelmi képességeik alapján elvárhatónál gyengébb teljesítményt mutatnak. Épp ezért kiemelten fontos a nyelvfejlődési késés minél korábbi felismerése, az érintettek szakszerű támogatása.

Korai segítségnyújtás

Az eltérő fejlődés felismerése, kiszűrése és nyomon követése az első életévekben a védőnő és a gyermekorvos feladata, hiszen ők állnak a legszorosabb kapcsolatban a családdal. Sajnos azonban a nyelvfejlődési elmaradások esetén még mindig elterjedt a „majd kinövi” szemlélet, ami akadályozza, hogy a segítségre szoruló gyermekek időben megkapják az optimális fejlődésükhöz szükséges segítséget. Éppen ezért lényeges, hogy a szülők is felismerjék az eltérő fejlődést, és tudják, kihez forduljanak.

Az elmaradás diagnosztizálása, a fejlesztésben történő részvétel jogosultságának megállapítása a Pedagógiai Szakszolgálatok feladata. Védőnő, vagy gyermekorvos javaslatára

érkezhet ide a gyermek, de a szülő is kérheti a vizsgálatot. Amennyiben a kisgyermek már bölcsődés vagy óvodás, és betöltötte a 3. életévét, a pedagógiai szakszolgálat logopédusai elvégzik a beszéd-és nyelvi fejlettségének szűrését. Ha az eredmények indokolják, megszerzzük a gyermek további vizsgálatát és ellátását.

Prevenációs tevékenység

A korai fejlesztés alapköve a prevenációs tevékenység, vagyis a probléma minimalizálása, az állapot további romlásának megelőzése, a további zavarok megjelenésének megakadályozása, valamint a család megfelelő működésének elősegítése. Amennyiben a kisgyermek nyelvi késéssel, nyelvfejlődési zavarral küzd, beszédfejlesztő foglalkozások keretében kaphat ellátást. A beszédfejlesztő foglalkozás alatt ne egy mesterséges, erőltetett „tanórát” képzeljünk el. Ilyenkor a logopédus a beszédtanulás természetes állomásain megy át, játékos formában. A gyermek nem érzi a tanulási helyzetet, az ingerek a játéktevékenység közben ágyazódnak be. A korai segítségnyújtás a szülők, de leginkább az anyák bevonásával valósul meg. A foglalkozásokon a szülő jelenléte biztonságos érzelmi háttérrel nyújt a gyermeknek. A fejlesztés egyéni és/vagy csoportos foglalkozások keretében zajlik. A fejlesztés során a logopédus megtanítja a szülőt arra, hogy a mindennapokban milyen módon foglalkozzon úgy a gyermekével, hogy annak nyelvi fejlődését segítse. A terápia során a gyermek van a központban, s teljes mértékben igazodunk az életkori sajátosságaihoz, szintjéhez. A komplexitás elvét követve a beszéd és nyelv mellett az egyéb területeket is fejlesztjük: mozgást, gondolkodást, figyelmet, emlékezetet, és egyéb készségeket is. Kezdeti feladatunk a beszéd indítása, és az ehhez szükséges készségek kialakítása (beszédszervek tornája, megfelelő légzéstechnika alakítása, hangutánzások, hangfelismerések, hangadás stb.). Beszédindítást követően szókincsbővítést, majd általános – mindenre kiterjedő- fejlesztést végzünk. Ügyesedik a gyermek hallási figyelme, nagymozgása, finommanipulációja, téri orientációja, gondolkodása, és emlékezete. A beszédfejlődés menetét követve a grammatikát, valamint a beszédészlelés és megértés területét is fejlesztjük. A terápia során fejlődnek a beszédszervek, a szókincs, kiépül a gyermek nyelvi rendszere. Ennek hatékonyságát támogathatja a mozgásfejlesztés, például - TSMT, alapozó terápia, Ayres terápia).

Mikor fordulj szakemberhez?

- Ha a csecsemő a 8. hétig nem kezd gőgicsélni, és a fiziológiás eredetű hangokon kívül (pl. sírás, csuklás, köhögés) nem ad más hangjelzést
- Ha a gyermek beszéde 2–2,5 éves koráig nem indul meg, és szókincse nem éri el az ebben az életkorban elvárható kb. ötven szót.
- Ha a későn megindult beszéd lassan fejlődik, és a beszédfejlődés megtorpan.
- Ha a környezet ingereire nem, vagy nem megfelelően reagál.

Tipppek otthonra

A kisgyermek nyelvi rendszere felnőtt minta alapján szerveződik. A beszéden keresztül neveljük a gyermekeinket, így természetes, hogy a fejlődésében legfontosabb színtér a család, ezen belül is az édesanya. Otthon sokat tehetsz gyermeked beszédfejlődésének megsegítéséért. Az alábbiakban néhány tanácsot olvashatsz babakortól kisgyermekkorig:

- ☺ Beszélj gyakran a babához, rögtön a születésétől kezdve. Eleinte néhány másodpercig, majd egyre hosszabb ideig. Normál hangerővel, derűs arccal, mosolyogva mondhatsz mindenfélét, ami eszedbe jut. Később kísérd minden tevékenységedet beszéddel. Ha fáraszt, jól csinálod!
- ☺ Mondj rövid mondókákat, énekeket, dúdold dallamokat, s közben mozgasd, ringasd kisbabádat.
- ☺ Ismételd meg bátran a csecsemőtől hallott hangokat, gógicséléseket. Figyeld a baba reakcióit.
- ☺ A gyakorlatokat a babával szembe fordulva, vagy fölé hajolva végezd. Ne szóljon a háttérben a televízió, ne legyen zaj.
- ☺ Kerüljétek a kutyüket! A tablet és okostelefon jó dolog, de még korai ezekkel szórakoztatni a kicsiket.
- ☺ Elő a könyvekkel! Amint lehet, ültess az öledbe a gyermeked, és lapozgassatok képeskönyveket. Nevezd meg a képeket, figyeld a reakcióját. Később jöhetnek a meséskönyvek is.
- ☺ Rágásra fel! Ha már az életkora engedi, rágjon sokat a kisgyermek. A rágás nagyon fontos az artikulációs izmok működtetésében. Kezdj félig kemény, de olvadó ételekkel (babapiskóta, köles golyó, kifli), majd jöhetnek a nyers zöldségek, gyümölcsök.
- ☺ Irány a játszótér! Az aktív mozgás, homokozás, hintáztatás, más gyerekekkel történő találkozás jól tesz gyermeked beszédfejlődésének.
- ☺ Beszélj te is szépen! Nagyon fontos az otthoni jó beszédpélda. Figyelj rá, hogy sok beszélgetős szituáció tarkítsa a mindennapokat, de nem kell túlbonyolítani: egyszerű, a gyerek számára értelmezhető mondatokra van szükség.
- ☺ Fő a nyugalom! Az elmaradás nem jóvátehető, a beszédzavar korrigálható. De ne feledd: Mielőbb fordulj szakemberhez!

Felhasznált irodalom:

- Fung Emília - Kovács Andrea (2013): *Mackógyógytorna a beszédélesztésért*. K&J Vital Kft
- Gósy Mária és Gráf Rózsa (1998): *Beszélgessünk a kisbabával!* Nikol Gmk Kiadó, Budapest.
- Heldstab, H. (2013): *Miért nem beszél a gyermekem?* ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Kar, Budapest
- Lukács Ágnes és Kas Bence (2011): *Érts és értesd meg magad! – A nyelvi fejlődés folyamata és elmaradásai*. In: Balázs István (szerk.): *A koragyermekkori fejlődés természete – fejlődési lépések és kihívások*. Biztos Kezdet Kötetek II. Nemzeti Család- és Szociálpolitikai Intézet, Budapest, 180–224
- Rosta Katalin (2015): *A nyelvi fejlődés folyamata, az eltérő nyelvi fejlődés korai felismerése és terápiája*. Gyermeknevelés 3. évf. 2. szám

Vukics Márta: Mozgásfejlesztés

Miért fontos a mozgásfejlesztés?

Az óvodáskor vége fontos mérföldkő minden gyermek és szülő életében, az iskolaérettség, iskolakezdés, az iskola kiválasztása nehéz, felelősségteljes döntés, az ekkor hozott döntés az egész későbbi életpályára hatással van.

Ezért ilyenkor minden gyermek tevékenysége, ismeretei fókuszba kerülnek, hiszen a későbbiek szempontjából alapvetővé válik a jó teljesítmény, és ezért okoz riadalmat az ilyenkor tapasztalható kisebb-nagyobb elmaradás.

A teljesítmény problémák hátterében sokféle ok húzódhat meg, de a legtöbb esetben az idegrendszer éretlensége, hibás működése, esetleges sérülések következtében kialakult részképesség gyengeségek a gondok okozói.

Ha ezeket sikerül felszámolni, vagy csökkenteni, ezzel párhuzamosan természetesen a teljesítményproblémák is csökkennek.

Az idegrendszer éréseire pedig a legközvetlenebb, legegyszerűbb módon a mozgáson keresztül tudunk hatni. A mozgás fejlettségi szintje ugyanis szoros kapcsolatban áll az idegrendszer éréseivel és az értelmi fejlődéssel egyaránt. Emellett kihat a beszédfejlődésre, a finommozgásokra (író-rajzoló mozgásokra) és a figyelemkoncentrációra is.

A mozgásos feladatok segítségével játékos módon, a gyermekek számára élvezetes formában fejleszthetjük a területeket, melyek a későbbiek során elengedhetetlen lesznek az iskolai jó teljesítmény eléréséhez.

A mozgásnak nagy szerepe van a következő részképességek fejlődésében:

- alaklátás
- formaészlelés
- térészlelés
- testséma
- motoros fejlődés
- egyensúlyérzékelés
- kognitív feladatok (figyelem, emlékezet, gondolkodás)
- szocializációs folyamatok. (szabálytudat, szabálytartás, monotóniatűrés, a kudarc/siker feldolgozása, figyelem, fegyelem, együttműködés).

A fenti felsorolást végignézve jól látszik, hogy csupa olyan dologról van szó, mely a sikeres ismeretelsajátítást segíti.

Az alaklítás, formaészlelés megfelelő fejlettsége a betűk és számok felismerésében, differenciálásában egyaránt elengedhetetlen. A finommotorika, szem-kéz koordináció a kivitelezés, az írás, külalak szempontjából fontos. Ha ugyanis megfelelően fejlett, a munka külalakja is szép lesz, valamint a betűk, számok írása során kevésbé fárad el a kéz. A biztos térészlelés a vonalközben, lapon való tájékozódást is segíti.

Mindezek egységes rendbe szervezésében a kognitív funkciók segítenek. A figyelem, emlékezet, gondolkodás megfelelő működése teszi lehetővé az adott tananyag sikeres elsajátítását, az ismeretek alkalmazását.

Végül, de nem utolsósorban a szociális érettségre is pozitív hatással van. A közösen végzett mozgásos játékoknak köszönhetően fejlődik a szabálytudat, a szabályok betartása, az együttműködés. Mivel nem nyerhetünk mindig, a kudarcra, annak elviselésére, feldolgozására is felkészít, ahogy a sikerére is, segítve evvel a helyes énkép alakulását. A monotóniatűrős fejlesztése révén pedig könnyebb lesz az első osztály sok- sok gyakorlásának akadályait venni.

Mozgásfejlődés elakadás esetén mely tünetekkel találkozhatunk?

A gyermekek egy részénél azonban a mozgásfejlődés nem zavartalan, lassúbb ütemű, vagy elakadás következik be valamely ponton. Fontos azt ezt jelző tünetek minél korábbi felismerése, hiszen így van lehetőség az esetleges beavatkozás hatékonyra tételére.

Az alábbi tünetek esetén lehet szükség a beavatkozásra:

- szopási, nyelési, később rágási nehézségek
- megkésett vagy túl gyors mozgásfejlődés
- a mozgásfejlődés valamely állomása/i kimaradtak a fejlődés során, vagy a fejlődés fázisai nem a megfelelő sorrendben következtek be. (pl előbb járt, mint mászott)
- izomtónus rendellenességek (hipotóniás vagy spasztikus izomzat)
- csecsemőkori reflexek fennmaradása
- kényszertartások, „lábujjhegyezés”
- mozgások kivitelezése (mozgás koordináltsága) nem megfelelő
- megkésett beszédfejlődés, későn tanult meg beszélni, nehezen fejezi ki magát, aktív szókinccse kis terjedelmű
- nem érti a beszédet, nem képes követni a beszélgetést, nem érti a szabályokat pl játékszabályokat
- artikulációs problémák
- figyelmetlenség, állandóan mozgásban van, tevékenységeiben nem kitartó

- szerialitás gyengeségei
- térbeli, időbeli tájékozódás problémái
- gyenge finommotorika, grafomotorika
- iskoláskorban az olvasási, írási nehézségek

Mozgásterápia, mozgásfejlesztés:

Abban a szerencsés helyzetben vagyunk, hogy ma már a mozgást fejlesztő terápiák széles skálája áll rendelkezésre. A mozgásterápiás módszerek megegyeznek abban, hogy mindegyik az idegrendszert stimulálja megfelelően felépített feladatrendszere segítségével, ezzel segítve elő az érés folyamatát, s ezen keresztül csökkentve az egyéb teljesítmény problémákat, de ezek részletezése nem ezen írás célja.

Természetesen nem minden gyermeknek van szüksége mozgásterápiára. Arra azonban igen, hogy a mozgást megismerjék, megszeressék, mindennapjaik részévé váljon.

Szülőként hogyan foglalkozunk a mozgáskészség fejlesztésével?

A mozgás fejlesztése lehet, hogy ijesztően hangzik, de nem az. Ugyanis nem jelent feltétlen előre tervezett és szervezett „foglalkozásokat”, nem igényel különleges képességeket, képzettséget. Elsősorban a pozitív példa szerepét emelném ki, hiszen szülőként minden szavunk, tettünk példaként szolgál. Abban a családban, ahol természetes a mozgás, a gyermeknek sem lesz idegen az.

Számos lehetőség van arra otthon is, hogy a gyermek mozogjon.

Erre vonatkozóan szeretnék lehetőségeket ajánlani, főként olyanokat, melyeket együtt lehet végezni, hiszen az együtt töltött időnél, az így szerzett élménynél nincs értékesebb. Nézzük, melyek a lehetséges helyszínek:

Otthon:

- udvar
- szoba

Házon kívül:

- utca
- játszótér
- strand
- játszóházak
- kirándulások, közös túrák, mezítlábas parkok, kalandparkok

Nézzük a lehetséges mozgásformákat:

- *az udvaron:* lehet fára mászni, trambulinozni, hintázni, focizni, fogócskázni, célba dobni vagy rúgni, tollaslabdázni, ugróiskolázni, de a közös kertészkedés is megmozgat.
- *a szobában:* kevesebb a lehetőség (meg a szomszéd sem örül minden zajnak) de lehet bent is trambulinozni, akadálypályát építeni, melyen végig lehet csúszni, mászni, kúszni, lehet táncolni, párnacsatázni.
- *az utcán:* lehet sétálni, biciklizni, rollerezni, görkorcsolyázni (ez esetekben különös figyelemmel a közlekedés szabályaira), a pocsolyákat, egyéb akadályokat átugrani, de ha egy héten legalább pár alkalommal gyalog megyünk az óvodába, iskolába az is sokat jelent
- *a játszótéren* szintén sok a mozgáslehetőség: pl. hinták, csúszdák, trambulin, mászóházak. Ez már azért is jó dolog, mert ma már nincs olyan település, melynek ne lenne játszótere.
- *a strandon* nyáron szintén sok a mozgáslehetőség, hiszen a medencéken kívül (ahol úszni, labdázni lehet) sokféle csúszda, de nagyobb strandokon egyéb szárazföldi játéklehetőségek is vannak.
- *a játszóházban* szintén sok olyan dolog van, amin lehet csúszni, mászni, kúszni, pörögni.
- e mellett érdemes megkeresni azt a mozgásformát, sportot, melyet heti rendszerességgel szívesen végezne.

Végül ne feledkezzünk meg arról sem, hogy amikor ily módon fókuszba kerül egy terület, sok esetben veszünk észre elmaradásokat, bizonytalanságokat (pl.: túl nehezen tanul meg biciklizni, vagy egy új játékot, ügyetlennek bizonyul, gyakran éri baleset a játékok során), melyek e nélkül felderíthetetlenek maradtak volna.

Ez esetben viszont már érdemes fejlesztésben, terápiában jártas szakember segítségét kérni, melyre a Zala Megyei Pedagógiai Szakszolgálat tagintézményeiben számos lehetőség van.

Choma Béláné: A grafomotoros (írómozgásos) fejlesztés szerepe a prevencióos tevékenységben

Grafomotoros fejlesztésen értjük a finommozgás koordinációját, a kézügyességet, a gyermeki ábrázolást, és ezen belül a rajz- és íráskészség fejlesztését. A finommotorikus, ábrázoló és kézimunka-tevékenységek egymást kiegészítő, úgynevezett „mindennapos tevékenységek” az óvodai élet során. Ez azt jelenti, hogy a 3–6 éves gyermekek számára mindennap, a nap bármely szakaszában rendelkezésre állnak az ábrázolás eszközei (gyurma, agyag, festékek, színes ceruzák, papír, ragasztó stb.), hogy bármikor – amikor kedvet kapnak – rajzolhassanak, színezhessenek, gyúrhatnak, festhessenek, fűzhessenek, téphessenek, vághatnak, ragaszthassanak.

Gyakran teszik fel a szülők a kérdést:

Vajon az én gyermekem miért nem szeret rajzolni? Miért nem szereti az aprólékos mozgásokkal járó tevékenységeket?

Talán későn érő? Talán kevésbé érdeklődő?

Ennek több oka is lehet:

- *Gyakori, hogy a kezdeti – eszközökkel történő ismerkedési – szakaszban csak éppen egy-egy vonal vagy gomolyagfirkák kerül a papírlapra, aztán eltolja maga elől a „kis firkát” – rosszabb esetben azonnal összegyűri az elkészült rajzot a gyermek, hogy ne is lássa. Ebben az időben rengeteg papírlapot használnak el. Ráfirkálnak, majd eldobják, aztán megint firkálnak és eldobják, és megint és megint.... Sok szülő megharagszik ezért. „Nem szabad pazarolni a papírt!” – mondják, pedig hagyni kellene, hadd próbálgassa és lássa meg a kéz-, illetve ujjmozgás újabb és újabb lehetőségeinek eredményét gyermekük. A fentieknek oka, hogy a kicsi még nem tudja elfogadni a saját produktumát, mert a kivétel nem olyan képet mutat, mint a fejben elképzelt „szép kép”. Ezért, ami nem tetszik, azt minél előbb igyekszik eltüntetni, s mielőbb újra és újra próbálkozni, hogy szebbet, jobbat készítsen helyette. Ez persze hosszabb tapasztalási, gyakorlási folyamat eredménye lesz majd.*
- *Másik ok lehet a fejletlen, összerendezetlen nagymozgások, melyek pontatlanok, ritmustalanok. Ez azért fontos, mert a rajztevékenység motoros (mozgásos) kivitelezésének nehézsége a finommotorika (finommozgás) területén is megmutatkozik. E fejlesztés egyik alapja, hogy a nagymozgásait tudja a gyermek kontrollálni, hiszen a finommozgásokat többségben a nagymozgások fejlettsége*

határozza meg. Az a kisgyermek, aki a finommozgásaiban gyenge, általában a nagymozgásaiban is eseten, ezért többnyire a nagymozgások fejlesztésével kezdjük a foglalkozásokat, majd erre építjük a továbbiakban a grafomotoros (írásmozgásos) tevékenységet.

- Fejletlen finommozgások már az önkiszolgáló tevékenységeknél megmutatkoznak. Tapasztalható, hogy nehézségei vannak a gyermeknek a gombolásnál, a cipőkötésnél, a cipzár felhúzásánál. Mindezek mellett a ceruzafogásából is pontosan lemérhető, hogy kialakulatlan, görcsös vagy helytelenül rögzült ceruzatartás okozza a problémát. Ilyenkor a gyermeki produktumban is látható, hogy a vonalvezetés szakaszos, bizonytalan, tétova, iránytartásra képtelen vagy gyengén képes, esetenként a megadott keretet sem tudja tartani, túllépi azt.
- A bizonytalan dominancia és a balkezesség is gyakorta okoz gondot. Ekkor főképp iránytartási problémák fordulnak elő. Ez nemcsak az ábrázolás során figyelhető meg, hanem a soralkotásoknál is (pl.: díszítősorok készítése). Ez esetben a helyes iránytartás (balról jobbra, illetve fentről lefelé történő haladása) helyett, fordított irányban (jobbról balra vagy letről felfelé) történik a vonalvezetésük.
- Nehézség lehet még, hogy figyelmük fluktuál (ingadozik), feladattartásuk, feladattudatuk még kialakulatlan, folyamatos nyugtalanság, „izgás-mozgás” jellemzi őket.
- Ugyancsak egy másik ok lehet a testséma fejletlensége. E területen is lényeges a mozgás szerepe a testséma kialakításában, mely a későbbi emberábrázolásban mutatkozik meg.
- A vizualitás (látás) gyengesége – rövid vagy távollátás, kancsalság és egyéb látásproblémák - is nagyban befolyásolhatja az életkortól elmaradó ábrázolást, írásmozgást.

A prevenció foglalkozásokról

A foglalkozások az Óvodai nevelés alapprogramjához kapcsolódók, a gyermekek életkori és egyéni sajátosságaihoz igazodók – gyakran személyre szabottan alakítva a gyermek aktuális állapotához mérten. A fejlesztésben megvalósuló feladatok változatosak, játékosak, érdekesek, az életkorhoz illeszkedő specifikus tevékenység tartalmakkal: gyurmázással,

rajzolással, festéssel, papírhajtogatással, tépéssel, vágással, egyéb kézimunkával. Ezeket a tevékenységeket kidolgozott – fokozatosságra épülő – módszertani eljárásokkal végezzük. Célunk, hogy miközben kialakítjuk az írástanuláshoz szükséges finommozgásokat, a kicsik jól érezzék magukat, önmagukhoz képest fejlődjenek, sikerélményük legyen, élvezhessék a saját fejlődésüket, örüljenek egymás és saját sikerüknek. A nevelési tanácsadás keretében heti egy-két alkalommal egyéni vagy csoportos pedagógiai fejlesztő foglalkozásokban részesítjük a gyermekeket. A foglalkozások megtervezésénél az egyéni nehézségeket figyelembe véve tervezünk, s minden esetben differenciáltan segítjük a gyermekeket, hogy a kitűzött célokat, feladatokat elérjék. A prevenció ellátásba kerülők között is nagy számban vannak olyanok, akik már a ceruzát sem szívesen fogják meg, nem szeretnek rajzolni. Valószínűsíthető, hogy nem túl jó élmények érték őket a ceruza és papír vonatkozásában. Ilyenkor az egyéni előszűrések és mérések során derül ki, hogy az ábrázolás és grafomotoros (írásmozgásos) tevékenység területén fejlesztést igényel-e a gyermek. Az egyszerűbb alapvető írásmozgás kialakulásához legalább 2–4 év szükséges. Ebből adódóan a foglalkozások megtervezésénél a felhasználható és a fejlesztéshez szükséges idő összehangolása elengedhetetlen szempont.

A grafomotoros (írásmozgásos), finommotoros (finommozgásos) és vizuomotoros koordinációs (szem-kéz koordinációs) tevékenységek komplex formában jelennek meg a gyermeki tevékenységekben, ennek megfelelően a fejlesztés is komplex módon történik.

A foglalkozásokkal a következő célokat szeretnénk elérni a gyermekeknél:

Fő célunk:

Finommotoros készségük fejlesztése, ábrázoló-, illetve rajzkészségük segítése, írómozgásuk előkészítése, felkészítés a sikeres iskolakezdeményezésre, a dysgraphia (írászavar) prevenciója (megelőzése).

Ennek érdekében a következő tevékenységformákkal ismerkedhetnek meg a foglalkozásokon a gyermekek:

- **Formázási technikák megtanítása**

Különböző formázó-technikák megtanítása a gyermekek fejlettségi szintjéhez igazodva, fokozatosan felépítve (lapítás, hengerítés, gömbölyítés, sodrás, mélyítés, kicsipés, kúpos nyújtás).

- **A helyes ceruzafogás és ecsethasználat elsajátítása**

Az írástanuláshoz szükséges finommozgások – optimális lendület, tempó, megfelelő erősségű írásnyomaték, irányítás-kontroll, a pontos vonalkapcsolások – kialakítása.

- **A vizuális figyelem és megkülönböztető képesség**

Látási észlelés, figyelem, emlékezet fejlesztése: méret, szín, forma, irány, mennyiség-különbségek, alak-háttér differenciálása.

- **A szem-kéz koordinációjának fejlesztése**

Vizuális diszkrimináció (látási megkülönböztető képesség) fejlesztése: vizuális ritmus, vizuális időrendiség, vizuális helyzetpozíciók felismerése, létrehozása.

- **Játékos mozgások végeztetése**

Nagymozgásokat utánzó játékok (járás, futás, mászás, kúszás, ugrás stb.).

A kéz izmait erősítő és lazító játékos tornagyakorlatok végeztetése, lendületes mozgások gyakoroltatása, különböző kéz- és ujjerősítő játékok tanítása, játszása a gyermekkel (Pl.: Csip-csip csóka..., Töröm, töröm a mákot..., Kerekecske dombocska... stb.)

Sok-sok hasonló gyermekmondókával, gyermekdallal összekötött kéz- és ujjtorna található Forrai Katalin Ének az óvodában c. könyvében.

- **A kéz és az ujjak tapintással történő fejlesztése**

Különböző anyagok (sima, érdes, puha, kemény, plasztikus stb.) érzékeltelése nyitott szemmel, majd csukott szemmel az anyag (tárgy) tapintás utáni megnevezése.

Anyagokkal, eszközzel történő manuális tevékenységek végeztetése

Először mindig a lágyabb, formálhatóbb anyagokkal játsszon (dolgozzon) a gyermek. Lehet ez: víz, sár, homok, lágy agyag, gyurma, kikevert festék.

- Vízrel és homokkal, sárral történő játékoknál a gyermekkel sok-sok tapasztalatot szereztethetünk, játszva ismertetjük meg az anyag tulajdonságaival. A homokban készíthet lábnyomokat, kéznyomokat, homokozó formákból különböző alakzatokat fordíthat ki. Tölthető a kis vödörket vízzel, közben megtapasztalja a víz folyékony

állagát, az egyes viszonyfogalmakat is megtanulja (sok-kevés, alacsony-magas, több-kevesebb, stb.). Rajzolhat kisebb faággal a homokba.

- Gyurmából (só-liszt gyurmából), agyagból különböző alakzatok készítése: lapítással: palacsintát; gömbölyítéssel: gyöngysort, hóembert stb.; sodrással: kigyót, spagettit, virág szárát; hengerítéssel: fa törzsét; mélyítéssel: tálkát, vázát; kúpos nyújtással: kacsa csőrét.

A későbbiek folyamán már egyre szilárdabb anyagokkal dolgozzunk!

Lehet: papír, krepp-papír, színes lapok, apróbb tárgyak, termékek, különböző színű és vastagságú fonalak.

- papír gyűrése, tépése, hajtogatása, vágása,
- kavicsok, termékek, apró tárgyak gyurmába, homokba nyomkodása formakirakással,
- apró játékok, konstruálások (pl: Pötyi játék, mely nagyon jól megalapozza a 3 ujjas ceruzafogást), tárgyak (pl: papírgalacsin), golyó pöckölése célirányosan,
- fonal alakítása megrajzolt minta alapján papíron; egyszerű fonás,
- zsírkréta, ceruza fogása, ecset kezelése – rajzolás, festés, színezés a nagyobb alakzatok behatárolt területétől (pl: csomagolópapír, színes nagy kartonlapok) a kisebb alakzatok behatárolt területéig (A/4; A/3 lapok), illetve a lendületesebb felületészínezés és felületfestéstől a célirányosabb vonalvezetésig.
- **Vonalvezetés gyakoroltatása**

Különböző szélességű és alakzatú sávokban, fentről le, balról jobbra és rézsútos haladási irányokban.

- **Az íráshoz szükséges mozgáskoordináció kialakítása, fejlesztése**

A gyermek író-rajzoló mozgásának további figyelemmel kísérése. A helyes ceruzafogás kialakítása (a kéz és a kar tónusfokozódásának visszazorítása). Írásmozgás-koordinációs pontok összekötésének gyakoroltatása. Írásmozgás-koordinációs és helyzetpozíciós gyakorlatok végeztetése. Írásmozgás-koordináció és megkülönböztető-képesség gyakoroltatása.

- **Szerialitás (sorrendiség) fejlesztése**

Hármas ütemű díszítősorok létrehozásának gyakoroltatása három szín, három forma váltakozásával.

- **Ábrázolás továbbfejlesztése**

Testséma fejlesztés mellett a kétvonalas, részletekkel gazdagított emberrajz ábrázolásának segítése.

- **Szándékos figyelem tréningezése**

- **Iránytévesztések megelőzése, kiküszöbölése**

A test középvonalát átlépő, keresztirányú gyakorlatok végeztetése (ferde nyolcas rajzolása vállból a test előtt stb.).

Hasonló, de különféle irányba mutató ábrák közül az azonosak kiválasztása.

Jobb-bal irányok differenciálása különböző testhelyzetekben.

Tükör-gyakorlatok.

- **A téri és síkbeli tájékozódásuk fejlesztése – a terek bemozgásaival, melyeket később síkba is átvisszük:**

Pl.: a háromszög megrajzolása előtt padlóra rajzolt háromszög körbejárása vagy vertikális, később horizontális síkban történő végigvezetése kézzel, mutatóujjal egy háromszög alakú tárgyon.

- **A testséma fejlesztés**

A testrészek ismerete, a testrészek alapkoordinátáinak kialakítása, a testfogalom kialakítása.

- **Verbális fejlesztéssel** is párosulnak a fenti tevékenységek:

A gyerekek megtanulják a térirányok (fent-lent, felett, alatt, oldalt, között, előtt, mögött), továbbá a viszonyfogalmak (alacsony-magas, több-kevesebb, kisebb-nagyobb stb.) nevét.

A gyermeket soha nem irányítjuk, hogy **jobb vagy bal** kezét használja. Feladatunk, hogy figyeljük meg, melyik az a kéz, amelyikkel nyúl a tárgyakért, amelyekkel gyakrabban rajzol, vagy kanalazza, az ételt stb. Előfordul, hogy mindkét kezét felváltva használja. Ilyenkor hagyjuk, hogy

spontán ő válassza ki a különböző funkciókhoz a kézhasználatát. Ha a szülő találkozik hasonló gondokkal az iskolakezddésig, feltétlen szakemberhez kell fordulni.

Ahogy a gyermekek nem egyszerre kezdenek járni, s nem egy időben jön a foguk sem, úgy az ábrázolásuk is változó időben jelenik meg, különböző kivitelű teljesítménnyel.

A gyermekek beállítottságán sok minden függ. Bizonyára nem túlzás azt állítani, hogy ebben a korban mi, felnőttek ebben nagy szerepet játszunk. Ahhoz, hogy motiváltak legyenek a tevékenységekben, olyan elvárásokat kell támasztanunk, amelyekre képesek. Ezért nagyon jól kell ismernünk a készségeiket, képességeiket, temperamentumukat. Részünkről és a szülők részéről is akkor optimális ez az elvárás, ha a gyermek úgymond „lábujjhegyre” van állítva, tehát nem túl sokat várunk el, és nem is kevesebbet, mint amire képes. Nagyon jól kell ismernünk ahhoz, hogy eltaláljuk azt az optimumot, ahol mindig kapaszkodnia kell az újabb fejlődési fokhoz.

Konstruktív hozzáállással, pozitív megközelítéssel kezeljük a gyermekek produktumait. A foglalkozásokon a pozitívumokra támaszkodunk, s minden esetben ezeket emeljük ki az értékeléseinkben. Legfontosabb, hogy dicsérünk, dicsérünk és dicsérünk. Ez ad további lendületet a kisgyermeknek ahhoz, hogy újra és újra próbálkozzon a sikerért. Éreztetjük, hogy hiszünk benne, a legkisebb fejlődésnek is örülünk, és konkrétan elmondjuk neki, hogy mi az, amiben önmagához képest fejlődött.

Takács Borbála: Pöttyös labdából Anna

Ha belépünk az óvodába, csudasok jellel találkozhatunk. Kifli, bögre, virág, kivonat, napocska, zászló. Csupa mese, fantázia. Színek, érzések, hangulatok. Érthető és biztonságos a gyermekeknek. Az iskolába lépéssel a színes jeleket felváltják a leírt nevek. A maci és süni csoportot felváltja az első bé, vagy első á sőt, az első zé. Vajon mit gondolnak erről a gyerekek? Mi az értelme ezeknek a betűknek, számoknak? Hova tűnnek a mesék? Hol a „pöttyös labdám”? Hol vagyok „én”, a gyermek? A könnyebbség kedvéért hívjuk őt most Annának. Mivel Anna még gyermek, szüleihez szól útmutatónk.

Az emberek nagyon sokféleképpen gondolkodhatnak az iskoláról. A gyermekeknél sincs ez másképpen. Átveszik tőlünk félelmeinket, izgatottságunkat, szorongásainkat, örömeinket, lelkesedéseinket, megérik elvárásainkat- kiváltképp, ha annak nyomatékot is adunk, akár szóval, akár testbeszéddel.

Amikor megszületik gyermekünk, talán már látjuk is, hogy milyen foglalkozása lesz. *Egész biztos fodrász lesz! Hiszen olyan gyönyörű fűrtöcskével született! De az is lehet, hogy kereskedő, hiszen már most marokban tartja a kezét! Biztosan jól fog tudni spórolni.... Óh! Hiszen Pista nagybátyámra hasonlít, aki sebész professzor lett! Tisztára a sikeres menedzser Zsuzsi néjje! Aztán közben még próbáljuk terelgetni, hogy kiváló atomfizikussá váljon. Így gyermekünk kitölti az óvodai fejlesztő 8/2-es részét, és hajlamosak vagyunk kétségbe esni, ha az egyenes vonal nem egészen lesz egyenes, hiszen a jó agyműtéthez majdan elengedhetetlen képességeket a Vidám Lámák sorozat hibátlan megoldásától tesszük függővé, lehetőleg érintve az angol alapjait. Meglepő, de nem.*

Anna érzelmei

Az életben való bevalás sikeressége magas fokú korrelációt az érzelmi intelligenciával mutat és nem az értelmi intelligenciával, bár kétségtelen, hogy ez is fontos. Vajon mit érezhet sok lombos fa, gyöngyos, szánkó jelű gyermek az iskolával kapcsolatban? Az egyik kislány a következőket fogalmazta meg:

„Én nem tudtam, hogy milyen lesz az iskola, mert Anya azt mondta, hogy nagyon jó, de Apa meg azt, hogy nagyon kemény lesz.”

Az egyik kisfiú azt mondta, amikor megkérdeztem, hogy mitől félt:

„Attól féltém, hogy ott okosnak kell lenni. Amikor ovis voltam, nem szerettem az óvodát. De amikor iskolás lettem, már megszerettem.”(Visszavagyódása ellenére is, a kisfiú sikeresen vette az akadályokat az iskolában).

Sok-sok érzés, félelem, bizonytalanság. Azt hiszem, Anna szülei szeretnék, ha gyermekük magabiztosan, a tőle telhető legnagyobb bátorsággal venné az akadályokat. Jó, ha elmondjuk, hogy esetleg testnevelésórán mi sem voltunk esetleg szupermenek és macskanők, de szeretünk rajzolni, pont, mint Te, és olyan jók voltak az illatok. Emlékszem a menzás karamell illatára, a szünetekre, az ugráló iskolára, a kötelező iskolai köpenyekre, aminek volt egy csodaszép rózsaszín széle és nagy zsebei, a szabadtéri játékokra, amik autógumiból voltak összeeszkábálva. A saját történetnél nincs edesebb és kedvesebb Anna számára. Anna így majd tud beszélni saját érzelmeiről, és fog tudni olvasni más érzelmeiben is. Beszélhetnek Anna szülei is, hogy milyen reményekkel, és milyen aggodalmakkal kezdték meg az iskolát, mi segített nekik.

Az érzelmi intelligencia kompetenciáihoz tartoznak az egyéni és a szociális (társas) kompetenciák. Anna számára nagyon- nagyon fontos, hogy érzelmeit ki tudja fejezni, önismereti úton elindítsuk, tudja kezelni érzelmeit, szabályozni önmagát, legyen motivált.

Amikor ez egyik kisfiúval beszélgettem az óvodáról-iskoláról, következőképpen fogalmazta meg azt, hogy számára milyen volt az átmenet az óvoda és az iskola között és hogy mit szeret a legjobban az iskolában:

„Én nagyon szerettem az ovit, de a sulit jobban kedvelem, valamiért jobban szeretek bemenni a suliba. Pedig az oviban sok barátom volt. Igaz a suliban is sok barátom van. Nekem könnyebbnek tűnt a sulis.... A legjobban a menzát szeretem, mert együtt ülhetek a barátaimmal. Nem tudom, hogy ez miért fontos, hogy egy asztalnál üljek, de szerintem nagyon menő. Pedig nem is szólunk egymáshoz. De akkor is jó.”

Annánál a szociális kompetenciák a társas kapcsolatok irányításában játszanak szerepet, valamint abban, hogy felismerje mások érzelmeit, kapcsolatirányító képessége legyen, rendelkezék empátiával. Ezen képességek kiélesedése fantasztikus erőket képes megmozgatni.

Anna temperamentuma- a temperamentumos Anna

A gyermekek születésüket követően különböző egyéni viselkedés és érzelem mintázatokkal rendelkeznek. Nincs két egyforma mintázat, de van hasonlóság a különböző alkatok, temperamentumok között. Saját családi nyaralásunkat követően úgy éreztem, hogy

megtettem minden tőlem telhetőt a gyermekeink kulturális, testi és érzelmi fejlődéséért. Ezt a kislányom máshogy látta:

- *Gyerekek, de ugye tetszett a családi program, amit szerveztem?*
- *..... Anya! Szerintem Te szuper programokat tudsz szervezni.... Csak nem jó embereknek.*

A finom jelzés nagyon hasznos mondanivalót tartalmaz!

Talán Anna szülei is vívódnak, hogy melyik ovis szakkörre írássák be kislányukat, melyik intelligenciaprogramba fektessenek energiát. Holott lehet, hogy Anna most csak játszani szeretne a kiscicájával. Lehet, hogy Anna szeret „semmitcsinálni”. Akkor Anna csináljon semmit, mert az egy örült jó dolog! Figyel és tanul, töltődik. Nem egyszerű ez tesóknál, mert lehet, hogy Anna tesója Balázs meg egyfolytában pörög. Akkor, ha van rá idő, lehet olykor Anna vagy Balázs nap is. Kifejezetten hasznos, ha nem ugyanarra a szakkörre járnak, hiszen az emberi agy sajátossága, hogy szeret egyszerűsíteni, kategorizálni. A kategorizáció olykor skatulyázás is lehet óhatatlanul. Anna ügyesebben rajzol, mint Balázs, Balázs viszont jobb a mozgásos tevékenységekben, ez lehet nemi különbség, vagy eltérő érési fázisban lévő sajátosság is.

A gyermekek egyéni tulajdonságainak figyelembevétele fontosabb, mint az, hogy melyik fejlesztő, vagy okosító tornára, levendulás játszóházba, pipacsos táncos mulatságba megyünk. Ezek mind-mind szuper programok lehetnek, de nem mindegyik való egy visszahúzódozó vagy egy kis díjbirkózó gyermeknek. Legyen lehetősége a gyermeknek választani. Jó, ha érzi, hogy ő is hatással lehet a nap, vagy a programok alakulására. Ugyanakkor az is fontos, hogy ő is tisztába legyen szülei értékrendjével, szülei által elfogadott mintákkal. A tudatos nevelés nagyon szuper dolog lehet, nem is egyszerű a dolga a gyermekeinknek. Nagyon sok energiájukba telik a gyerekeknek, mire egy-két nehezebben nevelhető szülőt sikerül helyes útra terelni. Valamelyik szülő hamarabb rájön, s megérzi, hogy nem biztos, hogy minden fejezet a szakkönyvekben pont akkor és pont aznap fog működni.

Kísérleti laboratórium a játszótéren

Anna szülei már tudják, hogy a fiúk és a lányok nem mindig fejlődnek hasonlóan. Az az anyuka is hamar megtudta, akinek a kislfia beírással érkezett haza az első osztályból. Amikor megkérdezte a kisfiát, hogy miért, a kisfiú azt válaszolta:

„A tanító néni azt mondta testnevelés órán, hogy játszunk. Én akkor felmáztam a fára...”

Anna szülei két év múlva a kisfiukat, Balázst fogják felkészíteni az iskola kezdésre. Sokszor aggódnak, hogy Balázssal talán még nehezebb helyzetben lesznek. Balázs egyfolytában pattog, ordibál, rohangál. Bár Anna és Balázs szülei hallottak már arról, hogy a fiúk érése általában lassabb. Nehezebben ültethetők le. Nagy mozgásigényük van.

A mozgás óriási pozitív hatással van a gondolkodásra, ami hat az érzelmi fejlődésre is. Nem csak a koraszülöttek, ikrek, lassabb fejlődésű gyermekek esetében igényel kiemelt szerepet a mozgás, hanem a normál fejlődésű gyermekek esetében is.

Anna és Balázs a nagymamájánál ki tudnak menni az udvarra, de az otthonuk melletti játszóteret is nagyon szeretik, mert ott meg találkozhatnak Katával. Anna ilyenkor nagyon örül, hogy bandázhat egy kicsit, és örül, hogy Balázst szerencsére leköti az, hogy rohangáljon, vagy trükközzön a labdájával.

A játszótéren a mozgásos játékok összetettségének fejlesztő hatására csodák születnek, akár a nagymama varázslatos kertjében. A játékhoz pityangok és százsorszépek biztosítják az életerőt. Annát elvarázsolja a frissen nyírt fű illata, ekkor különösen szeret kint játszani. Anna még nem tudja, de emlékeink összeköttetésben vannak az illatokkal, szagokkal, ami pedig segít az emlékek felidézésében, tárolásában. Amikor Anna hasal a fűben, és a nagymamánál a kiscicáját simogatja, stimulálja saját idegrendszerét, az agyban lévő struktúrái éppen előkészülnek az iskolába menetelre. A tanító néni lehet, hogy azt mondaná, *„Psz! Anna eltűnődik, gondolkodik valamin.”*

A gondolkodás az információk alkalmazásának képességét jelenti. Megértjük az információkat és feldolgozzuk azokat. Segítségével lehetővé válik a pszichológiai és logikai műveletek elvégzése. Nincs erre jobb kísérleti terep, mint egy csúszda, egy homokozó, egy fákkal-bokrokkal tarkított udvar, ahol el lehet bújni, kísérleteket lehet végezni, miközben megtanulunk együttműködni a szomszéd gyermekkel, vagy éppen Balázssal - akinek vadabb mozgásának megfigyelése is felér több okosító program telepítésével. Lehetővé válik, hogy a helyzetnek és szituációnak megfelelő módon olyan új és új megoldást találjunk a helyzetekre, amelyekre korábban még nem voltak sémáink, mintáink. Vagy egyszerűen begyakorolhatjuk és mélyíthetjük a korábbi tapasztalatokat, vagy lehetőséget kapunk a korrigálás felismerésére. Az összefüggések, hasonlóságok, analógiák meglátása ott rejlik a mászókak tetején, a selymes és vizes homokban megbúvó alma és körte homokozó formákban, különböző lyukú sziták és kimosott tejfölös edényekben. A lényeges mozzanatok kiemelése a gondolkodási folyamat egy-egy részletét ragadja meg, speciális eszközt jelenti. Ezt a típusú gondolkodást, konvergens, vagy

más néven feladatmegoldó gondolkodásnak nevezik. Míg a gondolkodás másik útja a problémamegoldó, divergens, vagy más néven kreatív gondolkodás.

A jaguárt legyőző teknős és a teázó kiscicák

Egyedül az emberi elme képes olyan dolgok látására és láttatására, melyekkel kapcsolatban nem rendelkezünk saját tapasztalatokkal, bár léteznek a valóságban. Képzletünk az emlékezetből meríti a forrását. Az iskolai beválás sikerességében a reprodukzív képzeletnek óriási szerepe van (például el tudjuk magyarázni, hogy hogyan néz ki a grépfrút vagy avokádó annak, aki még sohasem látta). A megértés sokkal hatékonyabb, ha a képzeleti utat Anna egyedül tudja megtenni. Ilyenkor pszichológiai gondolkodási műveleteket végez. A képzelet másik típusa a produktív képzelet. Anna képes használni a produktív emlékezetét akkor, amikor a szóló szőlőt, mosolygó almát és csengő barackot elképzeli, felépíti magában, új utak és összefüggések jöhetnek létre.

Az emlékezet elsőként a rövid távú memóriában tárolja az információkat, innen pedig átkerülnek a hosszú távú memóriába, amennyiben ismételtjük őket. Ahhoz, hogy Anna el tudja mondani, hogy min gondolkodik, hol tart a gondolkodás folyamatában, olyan eszközre, megfogalmazásra, közös nyelvre van szüksége, melyet közösen használhat azzal, akivel megosztja azt. A nyelv, mint jelrendszer rendkívül bonyolult és összetett.

Évekkel ezelőtt találkoztam az egyik ismerősömmel a könyvesboltban, aki öt nyelven beszélt, tudását folyamatosan bővítette. Örömmel köszöntöttük egymást, majd beszélgetni kezdtünk a nyelvekről, könyvekről. Láttam, hogy a kosarában több mesekönyv is van. Tőle tudtam meg, hogy úgy alapozza meg idegen nyelvi tudását, hogy idegen nyelvű mesekönyveket olvas, majd hallgat. Előlről kezdi, mint a gyermekek, akiknek ez az anyanyelve. Azt mondta, akkor érti meg jobban az idegen kultúrát, ha úgy éli át, mintha ő is ott lenne, azokat a meséket, a mesékben szereplő lényeket és gondolatokat ismeri meg. Számomra nagyon szimpatikus volt ez a megközelítés.

A magyar népmesék csodálatosan sokrétűek, változatosak. Nagyon-nagyon sok „*kakas és pipe*”, no meg „*farkasbarkas*” hallgatása, majd elisméltése örömet szerez a gyermeknek, „aha” élményben részesül, érzelmi biztonságot ad. Nem csak egyszerű történeteket, hanem gondolkodást, kulturális történelmet is hordoznak. Egészen a legegyszerűbb meséktől, a bonyolultabb történetekig nyílhatsz meg a világ, mely Annának segített és továbbra is segít a nyelv, a kreatív gondolkodáson túl többek között az empátia megtanulására. Anna szüleinek lehet, hogy felmerült a gondolat, hogy vajon kiléphetnek-e a magyar mesék nyújtotta komfortzónából.

Arra biztatnám őket, hogy igen. Elsőként a saját kultúrából építkező meséket ajánlanám, majd különböző népek történeteit. Csodálatosak a székely, cigány, indiai, hindu, német, skandináv, tibeti, orosz, dél-amerikai, afrikai népmesék. A különböző népek meséinek különleges hangulata lehet. Más-más a varázskészlete, gyönyörűek és változatosak lehetnek a könyvekben található meseillusztrációk.

A mesékben minden megtörténhetett. Beszélő teknősök, denevérré változó emberek, teázó kiscicák. A mese jótékony hatása elképesztő. Anna nagyon szereti, hogyha apa mesél, mert akkor a legfélelmetesebb démon is megszelídül, de azt is szereti, ha anya mesél, mert a királyfi egész biztos, hogy megtalálja hercegnőjét. Anna szereti, ha új meséket is megismer, míg Balázs mindig ugyanazt a mesét kéri. Így mind a két gyermeknek lehet saját meséje, ismétel is, újat is hall, személyre is szabott, de megtanul várni is.

Vigyázat, aknaveszély!

„Nem hagyatkozhat az a látásodra, ha a képzeleted homályos”¹, vagyis a dolgok valóságát Anna nem tudja észrevenni, ha nincs megfelelő képzelőereje. A gyerekeknek pedig fantasztikus képzelőereje van, amennyiben járhatják a saját fejlődési útjukat, sőt olykor „unatkozhatnak” is! A képzelet hatással van a személyiségfejlődésre, amelyre legpozitívabban a mese és a játék hat. Anna szülei tudják, hogy Anna és Balázs is szereti a mesét és a játékot is. De olykor lehet, hogy elbizonytalanodnak, az elektronikus kütyükkel kapcsolatban. Igen, az elektromos eszközökkel együtt kell élni-, no, nem házasságot kötni-, csupán használati tárgyként kezelni. Nem veheti át a dada szerepét, kifejezetten káros hatással van a gyermekek (és a felnőttek) képzeletére, gondolkodására.

Kétségtelen, hogy vannak olyan helyzetek, amikor specifikusan, gyermekek számára készített film, pozitív hatása megmutatkozhat. Egy 2013-ban publikált, 24 tanulmányt magába foglaló cikk, 15 ország 10 000 gyermek vizsgálati anyagát összesítette. A Sesame Street figyelemmel kísérése három területen mutatott javulást tanulmányi eredményükben: 1. kognitív területeken (irodalom, számtan) 2. világról való információkban (egészségügy, biztonság) 3. szociális gondolkodás.

A tévénézés pozitív hatása ugyanakkor abban mutatkozik meg, amiben a negatív hatása is. Ez pedig az utánzás!!! A valóságot és a képzeletet könnyen összetévesztik a gyermekek.

¹ Mark Twain

Ez az iskoláskort megelőzően is igaz. Iskolaérett gyermekek sem mindig képesek differenciálni a között, hogy a televízióban leölt ember ténylegesen nem halt meg. Egy pár érdekesség Anna szüleinek a televízió és az internet használatáról, hiszen gyermekük hamarosan betölti a 6. esztendőjét. A statisztika 2014-es magyarországi adatokat mutat:

- a 4–5 éves gyermekek hajlamosak a reklámokat az egyéb programok részének tekinteni, különösen a gyereksatornákon!
- a 4-7 éves korosztály tagjai 209 percet töltenek képernyő előtt! (*Vajon hány perc lehet a Kiskakas gyémánt félkrajcárja mese elolvasása?*)
- a 4-7 évesek 40%-a internetezik otthon
- a 4-7 évesek 20%-a multitaskingol, vagyis tévézés közben netezik!
- a 4-7 évesek 37% a egyedül ül a tévé előtt!

Szóval Anna szüleinek azt tanácsolnám, hogy óvatosan a televízióval. Amennyiben szeretnének egy programot, azt szülői felügyelettel nézzék meg. Ekkor lehetőség van arra, hogy ott rögtön azonnal tisztázhassák a felmerülő kérdést.

Talán még nagyobb óvatosságra inteném az okoskészülékeket kézbe adó szülőket, nagyszülőket. Többet ér egy esti mályvacukor sütögetés, mint bármelyik fejlesztő-okosító program, amelyről aztán könnyedén belefeledkezhet a gyermek egy „*még csak ezt befejezem*” kezdetű végelethatalatlan rítusba.

Nagyon szomorúnak tartom, de azt kell mondanom, hogy a függőség már egyre korábban jelentkezik. Az óvodás és iskoláskorú gyermekeknél is komoly pszichés sérüléseket okozhatnak és sajnos tapasztalataim alapján okoznak is- a multimédiás eszközök ellenőrzés nélküli, szinte korlátlan használata. Negatív hatással vannak a szociális kapcsolatoktól kezdve a gondolkodási folyamat fejlődésére, kreativitásra, figyelemre- szóval mindenre, ami az iskolába való beviláshoz szükséges.

Nem a készülék hibája! A technológia haladásával együtt kell élnünk, de okosabbnak kell lenni, mint eszközeink. Anna szülei sem szeretnének egy amish² faluban élni, de tudják, hogy hogyan

² Amishok: Konzervatív keresztény közösség, életmódjukat meghatározza, hogy többnyire nem használnak modern eszközöket, így elektromos árammal működő szerkezeteket sem, de autót sem

tudják megregulázni az eszközöket és az eszközhasználatot. A készülékek nagyon hasznosak is lehetnek később Anna számára. Majd évekkel később. A készüléket mi szülők adjuk a gyermekek, gyermekeink kezébe. Úgy vélem a 4-7 éves korosztály online térben tartózkodása még felnőtt felügyelettel is szükségtelen.

Az eszköz használatáról és a példamutatásról ugyanakkor eszembe jutott a 80-as évek egyik reklámklasszikusa, melyet Kiki (Patkó Béla) énekelt (mert ugye mi is néztünk reklámokat, de az egész családi pereputtyal együtt). *“Hé, öreg csak előttem égsz, ha égsz. Állj le a cigivel, vagy állj tőlem odébb!*” Hogy mennyire volt sikeres a dohányzás leszoktató és megelőző kampány, azt nem tudom. Ugyanakkor azt gondolom, hogy ha a szülők kéri, elvárják gyermekeiktől, hogy ne éljenek függőségi viszonyban az elektronikus eszközeiktől, akkor a gyermeknek is joga van ahhoz, hogy egészséges példát lássanak maguk előtt.

Utószó

„ ...Szóval az úgy van, hogy a nagymamám mindig azt mondja, hogy minden rossz jó valamire. Hát lelkét csinálni se jó, mert jobb játszani. De az, hogy most már le tudom írni anyunak, hogy lementem Pöszkéhez, vagy azt, hogy apu telefonált, hogy hoz sört, vagy el tudom olvasni, hogy ma nem lesz meleg víz, vagy, hogy meghívnak engem egy születésnapra, hát az jó. És szerintem ezt kell a nagycsoportosoknak elmondani” (Janikovszky Éva: Már iskolás vagyok)

Felhasznált irodalom:

Janikovszky Éva (2015) : Már iskolás vagyok, 46.o Móra

Médiaszocializáció (2015) Nemzeti Média- és Hírközlési Hatóság, Budapest

Evidence: Effects of Sesame Street: A Meta-analysis of Children's Learning in 15 Countries
letöltés ideje 2019. 07. 31.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0193397313000026>

Michio Kaku (2010) : A lehetetlen fizikája. Akkord 41.o

Démuth Ágnes (2008): Amit a hallgatóknak tudni illik a gondolkodásról SZEK- Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó

Keith Otley, Jennifer M. Jenkins (2001): Érzelmek. Osiris

Kissné Gaál Zsuzsanna: Miért meséljük népmeséket a XXI. század gyermekeinek?

Kedves szülők, gyermekeket nevelők!

A kérdést gondolatébresztőnek szántam. Egyre több szülővel találkozom, akik nem mesélnek gyermekeiknek, sőt bevallásuk szerint nekik sem meséltek otthon. Nem is értik, miért van erre szükség. Vagy ha azt is gondolják, esetleg jó lehet, a gyermek annyira idegenkedik tőle – mert sosem „kínálták” meg vele –, hogy letesznek a szándékukról. Tapasztalataim szerint az óvodákban is kevesebb idő jut a népmesék számára, az iskolákban pedig legtöbbször csak a szövegértéshez kapcsolódóan találkoznak velük a gyermekek.

Talán érdemes végiggondolni, mi történik azokkal a XXI. századi gyermekekkel, akiknek a szülei nem mesélnek, miközben életük nagy részét a képernyők és monitorok világában töltik, a jelen pillanatában nagyon boldogan. Látszólag semmi hátrány nem éri őket. Meg van „mindenük”. Fejlesztő játék, számítógép, TV, Xbox, telefon, virtuális barátok, melyek egyre inkább korosztály-függetlenül állnak rendelkezésre. Mégis valami nincs rendben. Ezeknél a gyerekeknél gyakrabban előfordul, hogy a beszédindulás nehezített, beszédhibával terhelt, szókincsük hiányos. Emberi kapcsolataikban szociális és emocionális téren is éretlenség tapasztalható, indulataikat nehezebben kezelik, önszabályozásra kevésbé képesek. Figyelmük fluktuál, képi látásmódjuk fejletlen. Testséma tudatuk még 6-7 évesen is kialakulatlan. S talán, ami a legaggasztóbb, nincs a kollektív tudattalanból származó ősmintájuk arra – melyeket a népmesékbe kódolt mintázatok rejtenek –, hogy hogyan éljék az életüket egészségesen. Mit kezdjenek a veszteségeikkel, hogyan alakítsák ki a biztonságot maguk körül, hogyan éri el a céljaikat, győzzék le félelmeiket és szorongásaikat. Miképp értelmezzék a női és férfi szerepeket, az élet és halál kérdését, a belső világukban és a külső világban való eligazodást.

Ha mindezt elfogadjuk, elgondolhatjuk, hogy talán még sosem volt ilyen fontos a népmesékben rejlő tudás átadása, mint a XXI. században.

Mi is történik akkor, ha a gyermekek népmesével találkoznak?

Testi-lelki-szellemi síkon kapcsolódni fognak ahhoz az egylényegű világhoz, amiből a mese is keletkezett, s amihez az ember is tartozott. Miért is fontos ez a holisztikus kapcsolódás? Azért, mert így jobban megismerik önmagukat, önmagukon keresztül a másik embert, és a környezetüket. Közben észrevétlenül gyarapszik a szókincsük, gazdagodik képi látásmódjuk,

színesedik a fantáziájuk és olyan összetett gondolkodásra lesznek képesek, melyek az ok-okozati összefüggések átlátását teszik lehetővé.

A mesehősök útját járva szembe találkoznak segítőkkel és ellenfelekkel, ugyanúgy, mint a valós életben. Megtanulják, hogy tetteiknek, döntéseiknek következményei vannak, hogy a célok elérése küzdelem árán valósul meg. Megtapasztalják, hogy a nehézség megoldásra vár, a gazdagságot lelki és anyagi síkon is áldozatok árán érheti el az ember.

Olyan ez, mint egy körforgás, amiben a népmesék a fogaskerekek, ami nélkül a fejlődés, a változás nehezebben, döcögve következik be.

Mit tehetünk tehát szülőként, szakemberként a XXI. század gyermekeiért?

Meséljünk nekik, minél többet, minél hamarabb, minél hitelesebb forrásból.

A népmese kortalan, ezért azt is mondhatjuk a megszületés pillanatában, sőt már magzati korban is helye lehet. Több példa is van arra, hogy a népmesében lévő mintázatok segítették a koraszülöttet a létezés első óráiban az élet mellé állítani úgy, hogy a mese hallatára a vérkeringés helyre állt, a légzésfunkció rendeződött.

Az egészséges újszülött számára a ringatók, altatók azok, melyek a testi érintés, a vestibuláris ingerlés mellett emocionális töltéssel bírnak. Később, amikor már tud ülni a gyermek a höcögtetők-döcögtetők, népi mondókák gazdag tárháza kínál lehetőségeket.

Az 1-3 éves kor az „én-mesék” időszaka. Ekkor már a férfiak is aktívan bekapcsolódhatnak a mesélésbe. Az „én-mese” a napi családi élmények bevonásával születik, az édesapa interpretálásával garantáltan szórakoztatóan, önfelelt nevetéssel fűszerezve. Miért fontos ez? Az örömszerzés, a társas együttlét, az emberi kapcsolatok megerősítése mellett a gyermek átélheti újra egyes szám harmadik személyben mindazt, ami megtörtént vele, ami a személyiség, az én-tudat egészséges kialakulásának elengedhetetlen része. Az apa bekapcsolása a mesélésbe pedig mindezt olyan szabad, szorongásmentes köntösbe burkolja, ami nagyban hozzájárul a világba vetett bizalom erősítéséhez.

A népmesék világa az 5-6 éves korosztály számára lesz fontos, amikor már a hosszabb történetekre is tudnak figyelni a gyermekek, és a képzelet világában is otthonosabban mozognak. Ekkor a mesehallgatás közben belső képek születnek, melyek előidézik a képzelőerőt, a fantáziát és a szimbolikus nyelv értését. A kisiskolásokhoz, 1-2 osztályban az állatok és növények, valamint a természeti jelenségek állnak közel, így ehhez a témakörhöz kapcsolódóan válogathatunk a legszerencsésebben a mesék közül. 8-9 évesen példaértékűvé válnak a bátor, minden próbát kiálló mesehősök. A 10 éves korosztály kedvenc meséi a tréfás mesékből kerül ki, amikor a humor már egy érettebb gondolkodás tükrében értelmezhető. 11-12 éves korban a gyermekek képessé válnak a szimbolikus nyelv értésére is, így finoman rávezethetők arra, hogy

a varázslás tudománya náluk van, mert az élet nehéz pillanataiban a bennük rejlő erőforrásokra kell, hogy támaszkodjanak. 13-14 évesen a hazugságmesék tanításait érdemes kiaknázni. A túlzásokkal telt történetek, a felnagyított, groteszkbe hajló jelenetek görbe tükröt állítanak a serdülők elé úgy, hogy közben, ha természetes védekezésként nem is azonosulnak a főhőssel, mégis önmagukra találnak benne. A 15-18 éves korosztály számára a népmesék gazdag tárházat kínálnak. A beavatási rítusok a felnőtté válás folyamatának fontos részét képezték, melynek számos elemét fedezhetjük fel a mesékben. A felnövekvő generáció megtanulhatja, hogyan induljon el a szülői háztól, hogyan találja meg és járja a saját útját.

Hogyan használjuk a népmeséket a fejlesztő terápiában prevenció céljára?

A népmesék a kollektív tudattalanból származnak és az élet rendjét tükrözik. Régen minden közösségnek volt mesemondója, aki minden élethelyzetre, életfordulóra tudott mesét mondani. A mesemondót akkor is segítségül hívták, amikor a közösség, vagy az egyén egyensúlyvesztett állapotba került. Ilyenkor az adott problémára kínált megoldást a választott népmese. A népmesék használata így működik az alkotó-fejlesztő meseterápiában is. A gyermekeknek más-más életszakaszban más-más mesére van szükségük. Az egyensúly hiányának megelőzése mellett figyelmet fordítunk a lelki sérülések gyógyulási folyamatának támogatására is.

Az alkotó-fejlesztő meseterápiás folyamat során a személyiség komplex fejlesztése történik. A képi látásmód kialakításán, a szókincs bővítésén át, lehetőség nyílik olyan élethelyzetek átélésére, amelyek a gyerekek mindennapi élete során útmutatóul szolgálnak. A foglalkozások során a mesehallgatáson kívül olyan tevékenységeket folytatnak, amelyekben fejlődik alkotói kreativitásuk, koncentráltabbá válik figyelmük. A terápia hatására erősödik biztonságérzetük, csökken a szorongásuk. Eközben megoldási módokat kapnak a kapcsolatrendszerükben való eligazodáshoz. Közelebb kerülnek önmagukhoz, ezáltal önbizalmuk növekszik. Így eredményesebbé válnak az élet különböző területein, jobban megfelelnek majd az iskolai követelményeknek is.

Összességében elmondható, hogy a népmeséssel való találkozás visszavezeti az embert a természet rendjéhez és öngyógyító folyamatokat indít el. Megérinti a testet, ellazít, megérinti a lelket, pont ott, ahol az adott helyzetben a legnagyobb szüksége van rá. Megérinti a tudatot, a gondolat erejét, s ezzel cselekvésre ösztönöz.

A népmese egy olyan ősi tudáshordozó „eszköz”, mely megtanítja az embert arra, hogyan élje egészségesebben az életét.

Végezetül álljon itt egy olyan indiai népmese, mely irányt mutat nekünk, hogyan segítsük önmagunk és mások fejlődését. Mert szüksége van a népmesékre kicsiknek és nagyoknak, gyermekeknek és gyermekeket nevelőknek egyaránt.

A varázsmagok

Egyszer egy nagy tudású Mester úgy döntött, hogy a városból vidékre utazik pihenni. Ahogy híre ment a dolognak, a földművesek versengeni kezdtek a kegyért, hogy ők lássák otthonukban vendégül. A Mester nem válogatott, hanem elfogadta az első földműves meghívását és vendégszeretetét, és odaköltözött hozzá két hétre. Mikor letelt a két hét, és eljött a búcsú ideje, a Mester kifejezte elégedettségét, és amikor a földműves a következő évre is meghívta, megígérte, hogy jövőre is eljön hozzá. Búcsúzóul egy zsák gabonát adott neki, és azt mondta, hogy ezek nagyon különleges magok, ezért ne a többi közé ültesse őket, hanem egy elkerített földterületre, és különös gonddal ápolja őket. A földműves megfogadta a tanácsot, és egy külön parcellára vetette a Mestertől kapott varázsmagokat. Egy év múlva, amikor a híres Mester ismét pihenni jött hozzá, nagy örömmel újságolta, hogy az összes földjén jó volt a termés, de azon, ahová azokat a magokat ültette, amit tőle kapott, tízszerese termett a szokásosnál. A Mester örömmel hallgatta a földművest, és amikor ismét eltelt a két hét, s ismét búcsúzkodni kezdtek, megint egy zsák gabonát adott neki ajándékba, és ugyanazt mondta neki, mint az előző évben. A földműves megígérte, hogy most is úgy tesz, ahogy a Mester meghagyta, és ismét meghívta, hogy legközelebb nála szálljon meg.

Ez így ment legalább tíz évig. A Mester minden évben eljött, eltöltött a vendégszerető földművesnél két hetet, majd, amikor elment, búcsúzóul adott neki egy zsák „varázsmagot.” A földműves a nagy hozamnak hála, meggazdagodott, és egyre bőkezűbben tudta vendégül látni a Mestert. Gazdagsága és terményei messze földön híresek lettek, olyannyira, hogy a környékbeliek is mind hozzá jöttek vetőmagért.

A tizedik találkozásuk után a földműves ismét kapott egy zsák „varázsmagot”, de nem bírta tovább, és így szólt:

- *Mester, kérlek, engedj meg nekem egy kérdést!*

A Mester mosolyogva biccentett, mire a földműves így szólt:

- *Kedves Mester! Most már tizedik esztendeje jössz és áldod meg jelenléteddel házamat és annak népét. Nagy kegy nekünk jelenléted a sorstól, nem beszélve a felbecsülhetetlen ajándékról, amit minden évben kapunk tőled, és amitől gazdagság lett a jutalmunk. De áruld el kérlek, honnét szerezted ezeket a csodálatos varázsmagokat?*

A Mester így válaszolt:

- *Tudod, pihenni jövök ide hozzád minden évben két hetet. Nekem a legjobb pihenés az, ha sétálgathatok a természetben. Sétáim során gyakran jártam a gabonaföldjeiden, és szemléltem a termést. Mikor egy-egy különleges szép kalászt találtam, leszedtem annak magjait, és egy zsákban gyűjtöttem neked össze. Ezek a magvak nem varázsmagok, hanem a te földed és munkád eredménye. Én csak kiválogattam belőle a legszebbeket, és aztán odaadtam neked, hogy azzal gazdálkodjál...*

Felhasznált irodalom:

Boldizsár Ildikó (2011): *Meseterápia*. Magvető Könyvkiadó, Budapest

Boldizsár Ildikó (2013): *Mesekalauz úton lévőknek*. Magvető Könyvkiadó, Budapest, 47-49.

Baráth Bernadett- Péterné Várbiro Ildikó: Zenén alapuló művészeti terápia óvodásoknak

„Gyógyító dallamok”

„A zene nem az éretlen gyönyör szolgája. Feladata lelkiünk rendezetlen útjait elrendezni, és összhangba hozni minket önmagunkkal. Amikor éneklünk, elhallgatnak az állandó belső dialógusaink, félelmeink és nem teljesült vágyaink.”

Platon

A zene ősidők óta jelentős szerepet tölt be az emberek életében, nehéz lenne a mindennapjainkat elképzelni nélküle. A zene minden kultúrában létezik, az édesanyák pedig mindenütt énekelnek a csecsemőjüknek, mert a babák megértik azt, éppen ezért úgy tűnik, hogy a zene biológiai örökségünk része (Weinberger, 2000).

A méhen belüli élet első zenei élményeit az anyai szívdobogás ritmusa, a véráramlás moraja, valamint a külvilág szűrt hangjai adják. A hangélményt a magzat már jóval korábban képes érzékelni, mint ahogyan a hallás központi szerve működni kezdene. A zene fontos szerepe már perinatális időszakban is kimutatható, és a születés utáni korban, a csecsemőknél egyértelműen tapasztalható a hangok és a zene nyugtató, biztonságot adó funkciója. Mivel a zene preverbális szinten hat, általa megfogalmazhatóvá válnak olyan mélyen rejlő érzések és gondolatok is, melyek a szavak szintjén csak nehezen megfogalmazhatóak lennének, ezáltal segíti a feldolgozást, így az önismereti munka alapját is képezheti.

A zeneterápia nem önálló módszer, fő specifikuma, hogy a zenét használja médiumként. A zeneterápia során a zene mellett helyet kapnak más művészeti jellegű tevékenységek is, mint például a mozgás, a tánc, a festés, az ábrázolás, a képalkotás, a dramatizálás, a vers - és mesemondás (Varvasovszkyné, 1998).

Aktív zeneterápia keretein belül hangot adó eszközökkel, többnyire ütős hangszerekkel vagy természetes anyagokkal (kavicssal, üveggel) illetve saját testhangokkal (taps, csettintés) kommunikálnak, improvizálnak a jelenlevők.

A zeneterápia lényege tehát abban áll, hogy szimbolikus kommunikációra ad lehetőséget, így a transzperszonális, és szavakkal ki nem fejezhető élmények is kifejeződhetnek általa.

Intézményünkben 2014/15-ös tanévben indítottuk el a zenén alapuló művészeti terápiás foglalkozásokat, melyet Kokas Klára által kidolgozott módszere ihletett. A következő

tanévben pszichológus szakember is csatlakozott a teamhez, melynek során új irányvonal és módszertan gazdagította a terápiát.

A zenei kultúra identitásunk része, a gyermekek a népdalokon, népi mondókákon és népmeséken keresztül ismerkedhetnek meg hagyományrendszerünkkel, szokásainkkal, anyanyelvünkkel.

A művészeti tevékenység, a zene és a mozgás együttes erővel fejleszti a testtudatot, a ritmusérzékét, a térérzékelést, valamint serkenti az önkifejezést, önbizalmat, és a kreativitást is. Lehetőséget nyújt a gyermekeknek a mese által az őket ért pozitív, esetleg negatív élményeik képzőművészeti alkotásokban (rajzban, festésben) való megfogalmazására és áttanszformálására. Az alkotás egyben öröm is, mely oldja a szorongást, és lehetővé teszi, hogy a gyermek önmagát aktív cselekvőként élje meg és hatni képes kompetens személyként tekintsen magára, ami jelentős mértékben megnöveli én-erejét és önbizalmát.

Terápiánk megtanít a türelemre, a toleranciára, segíti a szabálykövetés- és tudat kialakítását, valamint játékos formában fejleszti a tanuláshoz és az iskolai bevátláshoz szükséges rész-képességeket. A foglalkozások keretében a közösségben a gyermekek a pozitív viselkedési és probléma megoldási mintákat is megtanulják egymástól és a csoportvezetőktől egyaránt.

A terápia lebonyolítása tornatermi körülmények között valósul meg, melyben egy képzőművészeti sarkot alakítottunk ki, ahol az élményeik reprodukálása történik festés és rajzolás által. A foglalkozásra való ráhangolódást beszélgetőkörrel indítjuk. Ezt követően átmozgatjuk izmainkat és körjátékok, népi mondókák segítségével komplex módon fejlesztjük a különböző rész-képességeiket, személyiségüket. Hangszereink bevonásával (dob, triangulum, furulya, rumbatók, csörgő, xilofon, kavics) zenei műveltségüket: többek között metrum- és ritmusérzéküket, dinamikai és tonalitás-érzéküket gazdagítjuk. A mese kiválasztása mindig a terapeuta által elképzelt és meghatározott szempontjai alapján (aktuális évszak, ünnepek, események) történik. A mesehallgatást a Ligetszépe meseterápiás módszeren tanultak felhasználásával végezzük. Az élményrekonstrukciós folyamatok indukálását követően a hallott élmények kifejezése az erre kijelölt képzőművészeti sarokban valósul meg. Az alkotásra szánt idő a gyermek személyes szükségleteinek és hangulatának függvényében alakul. Lezárásképpen relaxációs keretek között mélyítjük érzelmeiket, valamint integráljuk a foglalkozás során őket ért élményeket, verbális keretek formájában.

A zenén alapuló művészetterápiás módszer preventív, valamint korrektív terápiás módszerként is egyaránt alkalmazható, ezért ajánljuk mindazon gyermekek és szüleik számára, akik fogékonyak a zene és a képzőművészet által nyújtotta személyiség-és részképesség fejlesztő lehetőségekre.

Célunk, hogy a gyermekek számára a zenén alapuló művészeti terápia, egy boldogan vállalt és várt tevékenység legyen.

Felhasznált irodalom:

Varvasovszkyné, V. D. (1998). *Zeneterápia és gyógypedagógia súlyosan és halmozottan sérültek intézményeiben*. Debrecen: Magánkiadás

Weinberger, M. N. (2000). *Music on the Mind*. Letöltve: 2019.06.21.
<http://www.psychologytoday.com/articles/200009/music-the-min>Jegyzetek

Jegyzetek

Jegyzetek