



# A szülői kapcsolattartási formák átalakításának szükségessége a jelen kor kihívásainak tükrében

*Takácsné Szabó Melinda<sup>1</sup>*

## Absztrakt:

Az elmúlt évtizedekben jelentős változások történtek a gyermeknevelésben és az oktatásban egyaránt. A szociális és érzelmi éretlenség, az óvoda- és iskolaéretlenség, valamint a digitális tudatosság hiánya komoly kihívások elé állítja a szülőket, pedagógusokat és szakembereket. A nehézségek nem csak az egyének személyes fejlődését befolyásolják, hosszútávon kihatnak a társadalom egészére. A problémák hatékony kezeléséhez holisztikus szemléletre, a gyermekek egyéni készségeihez igazodó fejlesztésre és szoros együttműködésre van szükség a szülők és a pedagógusok között. Jelen tanulmány az óvoda és a család hatékonyabb kooperációjában nyújt segítséget a hagyományos kapcsolattartási modellek átgondolásával, és a gyakorlatban is megvalósuló lehetőségek feltárásával a jelen kor kihívásainak tükrében az óvodai nevelés keretein belül. Minőségi kisgyermeknevelés ma már nem megvalósítható a családok együttműködése nélkül. Kiemelten fontossá vált a pedagógus tanácsadó, facilitáló szerepe.

## Kulcsszavak:

szociális és érzelmi fejlődés, óvodaéretlenség, iskolaéretlenség, kooperáció, digitális tudatosság

## Bevezetés

A tanulmány során célunk, hogy áttekintsük a gyakorlatban leginkább használatos kapcsolattartási formákat. Majd áttekintést szeretnénk adni az egyes kapcsolattartási formákban rejlő lehetőségekről a szülőedukáció szempontjából annak érdekében, hogy minél hatékonyabban tudjuk felhasználni ezeket az alkalmakat a családok támogatására. Mindemellett szeretnénk kitérni a jelen kor kihívásaira is, amelyek feltárása még indokoltabbá teszi, hogy nagyobb figyelmet fordítsunk erre a területre.

<sup>1</sup> Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Neveléstudományi Doktori Iskola PhD–hallgató; [melinda.takacsne.szabo@gmail.com](mailto:melinda.takacsne.szabo@gmail.com); 

A családi háttér biztonsága sok gyermek életében ma már nem egyértelmű. A szülők egy része nincs tisztában az életkori sajátosságokkal, a napirend és az otthoni szokások, szabályok kialakításának fontosságával. Mindemellett leginkább a kognitív készségekre koncentrálnak, sok családban kizárólagos érték a teljesítmény, ami a gyermekből szorongást válthat ki.

A változásokhoz való alkalmazkodás és a családok támogatása fontos a stabil és egészséges családi környezet megőrzése érdekében. Ma már minőségi óvodai nevelés-oktatás „parenting”, szülőttámogatás nélkül nem megvalósítható. Az Óvodai Nevelés Országos Alaprogramja is kimondja: „Az óvodai nevelés a családi neveléssel együtt szolgálja a gyermek fejlődését. Ennek alapvető feltétele a családdal való szoros együttműködés.”

### A szülői kapcsolattartási formák áttekintése

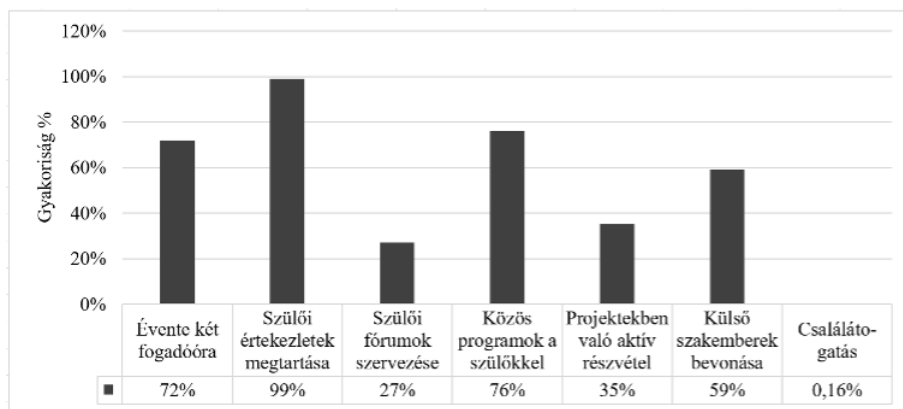
Egy 2023-ban végzett kutatásunk során sikerült felmérni, többek között, hogy az óvodapedagógusok milyen formákat alkalmaznak a szülőkkel való együttműködés alakítására (1. ábra). A felmérésben  $N = 1232$  óvodapedagógus vett részt. A kérdőív Cronbach-alfa megbízhatósági együtthatója  $\alpha = 0,712$ . A mintavétel teljes mintára való törekvés volt a KIR adatbázis „Működő köznevelési intézmények feladatellátási helyei (aktuális adatokkal)” adatbázisa alapján. A 2022/2023-as tanévben 30 648 óvodapedagógus állt alkalmazásban a KSH adatai szerint. Az alapsokaság véges  $n = 30\ 648$  fő. A minta az  $n$  számú alapsokaság 4,02%-a volt.

A válaszadó óvodapedagógusok 99,51%-a nő. Az országos arány: 99,52% volt a 2022/23-as nevelési évben a KSH adatai alapján. A területi megoszlást tekintve a résztvevők 28%-a dolgozik a fővárosban, 37% városban (melyből 10% megyeszékhely), valamint 35% kistérségben. A kutatásban részt vevők átlagosan 24 év ( $M = 23,899$ ;  $Mdn = 25$ ;  $Mo = 34$ ;  $CI_{95} = 23,181 - 24,618$ ) szakmai tapasztalattal rendelkeznek. A szórásérték ( $SD = 12,859$ ) a minta heterogenitását mutatja.

Az ábrán a leggyakrabban alkalmazott módszerek láthatók. A szülői értekezlet általánosan alkalmazott módszer (99%) a szülőkkel való kapcsolattartásra a mintában szereplő pedagógusok válaszai alapján is. A fogadóórák (72%) és a közös programok (76%) is megjelennek több mint kétharmad arányban. A szülői fórumok szervezése csupán 27%-ban jellemző. 59% von be a kapcsolattartásba külső szakembereket. Az óvodapedagógusok 35%-a jelezte, hogy projektjeibe, tematikus programjaiba bevonja a szülőket is. Ez a bevonódás megvalósulhat eszközök biztosításában, segítségnyújtásban (például gyermekcsoport kísérése), vagy aktív személyes közreműködésben. Az óvodapedagógusok csupán 0,16%-a szán időt családlátogatásra.

**1. ábra**

*Óvodapedagógusok válaszai, szülőkkel való együttműködés, kapcsolattartás gyakorlata 2023 (N = 1232) Gyakoriság (%) – „saját szerkesztés”*



A testi-lelki-szociális egészség megteremtésének elősegítése szempontjából a fent sorolt kapcsolattartási formák mindegyikére szükség van a szülőközösség és a gyermekcsoport igényeit figyelembe véve, de ma már nem a hagyományosan értelmezett formákban. A szülői értekezletek és a fogadóórák megtartása, a szülőkkel való közös programok szervezése általánosan elterjedt kapcsolattartási formák.

Azáltal, hogy tudatosan építjük a szülőközösséget is, és nemcsak a gyermekközösségre helyezük a hangsúlyt, hatékonyabb óvodai nevelő-oktató munka válik lehetségessé, ugyanis ebben a formában a szülő társként tud tekinteni a pedagógusra, tudja, érzi, hogy számára is a legfontosabb cél gyermeke jólléte és optimális fejlődése. A szülőközösség építését fontos már a kiscsoport elején elkezdni. A szülők így egy olyan rendszerbe szocializálódnak, amelyben már a kezdetekkor aktívan részt vesznek a csoport életében, és támogatják a pedagógusok munkáját, ez válik természetessé. Különösen jól megvalósítható mindez a heterogén csoportokban, ahol évről-évre néhány új család válik a közösség részévé, ők alapvetően a már megszokott szokásokhoz-szabályokhoz alkalmazkodnak és a többi szülő támogatásával idomulnak a kialakult hagyományokhoz.

### **A szülői kapcsolattartási formák átalakítása**

A szülői értekezletek és a fogadóórák szülőedukációs platformként szolgálhatják leginkább a céljainkat. A szülői értekezletek során érdemes időt szakítani arra is (mindamelllett, hogy beszélünk a gyermekek életkori sajátosságairól, a csoport aktuális fejlettségi szintjéről, a felmerülő nehézségekről), hogy milyen célok mentén tervezünk az elkövetkezendő félév során, valamint a szülők mit tehetnek otthon céljaink elérése érdekében. Szót ejthetünk az

önállóság fontosságáról, arról, hogyan könnyíthetik meg gyermekük számára (például a megfelelő méretű ruházat és cipő elősegíti a sikerélmény meg tapasztalását, ami motiválja a gyermeket az újbóli próbálkozásra).

A külső szakemberek (óvodapszichológus, fejlesztőpedagógus, logopédus, családsegítő munkatárs) bevonása elengedhetetlen a családok hatékony megsegítése érdekében, ugyanis a kompetenciahatárok betartása mellett a segítő szakmák együttműködése nélkülözhetetlen ebben a folyamatban. A válaszadók fele (59%) él ezzel a lehetőséggel.

A közös programok, online közösségi terek alkalmasak a bizalom megerősítésére azáltal, hogy a szülők betekintést nyernek az óvodai munkába. Láthatóvá válik a pedagógusok szakmai hozzáértése, empátiája, mindemellett mintaként szolgál az óvodapedagógus gyermekkel való együttműködése, játéka, kommunikációja a szülők számára. Több óvoda (N = 156) nyilatkozott úgy, hogy náluk minden nap nyílt nap, ami lehetővé teszi a szülői jelenlétet és folyamatos kapcsolattartást, a szoros együttműködést az intézmény és a családok között. Azonban vannak olyan intézmények is (N = 359), az egyéni hozzászólások alapján, ahol a gyermekek személyiségi jogait szem előtt tartva nem engedélyezett a szülők nagyobb mértékű bevonása a mindennapokba, néhány alkalmat (családi nap, családi karácsony) kivéve, mindemellett tilos a csoportszobákban fényképet készíteni a gyermekekről és megosztani a szülőkkel, annak ellenére, hogy minden szülő hozzájárulását adta írásban. Ebben az esetben nincs lehetőségük az óvodapedagógusoknak arra, hogy kihasználják a kapcsolattartás ezen formáinak előnyeit, mind a programok szervezése, mind a médiafelületek használata korlátozottan áll rendelkezésükre. Néhány óvodában a fényképek megosztásának szabályozása is megvalósul oly módon, hogy a szülők írásbeli felelősséget vállalnak arra vonatkozóan, hogy a csoportban készült fényképeket nem töltik fel semmilyen közösségi platformra.

A szülőkkel való közös programokat illetően számos lehetőséget kínálnak egyes intézmények, különféle gyakorlatok, szokások valósulnak meg, némely intézményi szinten, némely egy-egy csoport sajátja. Ilyen például a „szülő a mesefotelben”, a szülők is elmesélhetik a gyermekeknek saját kedvenc meséjüket, lehetőségük van hangszeres bemutatóra, közös barkácsdélutánokat, kirándulásokat szerveznek a szülők bevonásával. Azonban arra is van példa, hogy a szülők nem élnek a felkínált lehetőségekkel.

### ***Szülői fórumok szervezése***

Érdemes részletesebben áttekinteni a szülői fórumok szervezésének kérdését, mivel nem egy általánosan alkalmazott kapcsolattartási forma. A válaszadó pedagógusok 27%-a szervez szülői fórumokat, amelyek nagyrészt az intézmény keretein belül valósulnak meg egy-egy témára fókuszáltan, mint például a befogadással kapcsolatos általános tájékoztatást nyújtó alkalmak, vagy a beiskolázás előtti tájékoztatók. Szükség van természetesen ezekre az alkalmakra intézményi szinten, azonban az edukáció szempontjából teljesen mást jelent ez a fogalom.

A szülőközösség, a bizalom építésének hatékony módja lehet, ha a szülőfórumok az adott csoportra szabva kerülnek megrendezésre, ahol úgynevezett „kerekasztal-beszélgetések” keretein belül olyan témák kerülnek előtérbe, amelyek a szülők érdeklődését felkeltették, vagy olyan problémák, amelyek megoldása a szülők bevonása nélkül nem lehetséges. Természetesen vannak olyan témák, amelyek érintése ajánlatos bármely gyermekcsoportra vonatkozóan. Ilyen például:

1. A „Testi és lelki fejlődés a magzati élettől az óvodáskor végéig” témakör, amelynek segítségével a szülők el tudják helyezni az óvodáskort a gyermek fejlődésének folyamatában, felismerve annak jelentőségét.
2. Sajnos a meseolvasás fontossága sem egyértelmű a mindennapokban számos család életében, éppen ezért fontos a mese szerepének megvilágítása a gyermek fejlődésében.
3. Fontos beszélni a BTMN, SNI, vagy más nehézségekkel küzdők helyzetéről a csoportban, amennyiben van érintett gyermek, nagyon sokat segíthet ezen gyermekek elfogadásában. A kiemelt pedagógiai munkát igénylő gyermekekkel szemben nagyon sokszor tapasztalható elutasítás, ellenállás oly mértékben, hogy összefogásra sarkallja a szülőket a gyermek eltávolítására a csoportból. Ezért nagyon fontos a gyermekek és a szülők ezirányú érzékenyítése. Amennyiben a szülő elfogadja, hogy gyermeke integrált csoportba jár és el tudja fogadni nehézségeiket, a gyermekét is erre ösztönzi majd.
4. A gyermekkori agresszió témaköre szintén a kötelezően ajánlott fórumtémák egyike. Feltétlenül szót kell ejtenünk a kiváltó okokról, arról, hogy miben nyilvánul meg ez az adott közösségben. Azonban nem elég a probléma feltárása, megoldási javaslatokat, stratégiákat is adnunk kell. Az ilyen jellegű problémák nehezen oldhatók meg a szülők közreműködése nélkül.
5. Az érzelmi nevelésről beszélni szintén elengedhetetlen a szülőkkel, ugyanis az érzelmi életünk jelentősen befolyásolja az egész személyiségünket. John Gottman és Joan DeClaire (2016) szerint az érzelmi fejlesztés öt lépésben valósítható meg. 1. tisztába kell kerülnünk a gyermek érzelmeivel, 2. fel kell ismernünk, hogy az érzések lehetőséget rejtenek magukban arra, hogy közelebb kerüljünk a gyermekhez és ezen keresztül valamit tanítsunk, 3. hallgassuk meg őt és ismerjük el érzései jogosultságát, 4. segítsük őt abban, hogy megnevezze érzelmeit, 5. miközben segítünk megoldani a gyermek problémáját, jelöljük ki a határokat. A nem megfelelő viselkedés határaitól van itt szó, a problémamegoldás, a konfliktuskezelés hatékony, társadalmilag is elfogadott módjairól, amelyekre stratégiát kell tanítanunk a gyermekeknek. Azonban csak akkor tudunk hatékonyak lenni, ha a szülők is így gondolkodnak, közös stratégiaként tudjuk alkalmazni ezt az öt lépést, ehhez azonban szintén edukációra van szükség. „... érdemes észben tartani Haim Ginott két alapelvét: 1. minden érzés megengedhető, de nem minden viselkedés. 2. A szülő-gyermek

kapcsolat nem demokrácia. A szülő dönti el, mi megengedhető, és mi nem” (Gottman & DeClaire, 2016, p. 180).

6. Korunk nagy kihívása, gyermekeink digitális nevelése, a szülők digitális tudatosságának alakítása, a korai eszközhasználat veszélyeinek tudatosítása, amelyben nagy szerepe van a pedagógustársadalomnak. Az okostelefon a szülők számára olyanná vált, mint egy „pedagógiai segéd-eszköz”, amelynek segítségével minden probléma gyorsan orvosolható. A szülő-gyermek kapcsolatban zavar keletkezik, ha a szülő nem válaszkész, nincs jelen, ha nem tud kizárólagos figyelemmel lenni a gyermeke felé. A gyermek egy idő után megtanulja, hogy a személyek nem megbízhatók, nem elérhetők, tárgyakhoz kezd el kötődni a személyek helyett. A tárgykötődés azonban nem valódi kötődés, hanem függőség. Kötődni ugyanis csak személyekhez tudunk. A kötődési zavar kiterjed az egyén későbbi kapcsolataira, párkapcsolataira is (Pál, 2023). Nekünk, pedagógusoknak az a feladatunk, hogy tudatosítsuk a szülőkben ezirányú felelősségüket, valamint az eszközhasználat veszélyeit. Elsősorban most a digitális eszközök kisgyermekekre irányuló hatásairól van szó. A digitális világ számos előnyt kínál a TUDATOS felhasználó számára, ez vitathatatlan. Azonban számos kutatási eredmény bizonyítja a kisgyermekekre irányuló negatív hatások sokféleségét, amelyet érdemes tudatosítani. Gyakori, hogy maga a szülő sem bizonyul kompetens felhasználónak, nincs tudatában a kiskorú gyermekére leselkedő veszélyekkel, amikor a közösségi oldalon közzé teszi gyermeke legfontosabb pillanatait, melyik intézménybe jár, milyen rendszeres programokon vesz részt, folyamatosan megosztja a róla készült fotókat. A gyermek személyiségi jogai is sérülhetnek. Kérdéses, hogy később a gyermek milyen lelkülettel fogadja majd a tényt, hogy szülei folyamatosan a nyilvánosság elé tárták életét, a számára akár kellemetlen fotókkal megtűzdelve.

Az említett témakörökből emeltük ki a szülők digitális tudatosságának alakítását, amelyet a későbbiekben részletesebben szeretnénk taglalni, tekintve, hogy ezen a területen tapasztalható leginkább az információ és a tudatosság hiánya.

A szülői fórumok megvalósulhatnak szülői értekezlet keretében is, így biztosítva a legtöbb szülő részvételét. Érdemes ezekre az alkalmasokra pszichológus, fejlesztőpedagógus, gyógypedagógus, logopédus bevonódását kérni a téma függvényében, hogy még hatékonyabban tudjunk dolgozni a szülőkkel az egyes témakörök kapcsán.

### ***Projektekben való aktív részvétel***

Az óvodai projektek rendszerint egy adott témára vagy tevékenységre összpontosítanak, és a résztvevő gyerekek interaktív módon vesznek részt a folyamatban. Az ilyen projektek által kínált lehetőségek kiválóan alkalmasak a szociális készségek fejlesztésére, mivel a gyermekek együttműködnek,

kommunikálnak és megosztják élményeiket. Az együttműködés során kialakuló csoportdinamika és a feladatokban való részvétel segítik a gyermekeket abban, hogy megtanulják, hogyan működjenek együtt másokkal. A különböző tevékenységek során tapasztalt érzelmek, mint például az öröm, izgalom, csalódottság vagy frusztráció, lehetőséget teremtenek az érzelmeik felismerésére és kifejezésére. Az érzelmek megbeszélése és az azokra való reakciók elemzése elősegíti az érzelmi intelligencia fejlődését, amely az érzelmi felismerés, az érzelmi szabályozás és az empátia terén mutatkozik meg.

A projektek során a gyermekeknek lehetőségük van kreatív és problémamegoldó képességeik fejlesztésére is. A kreatív tevékenységek, például a művészet, dráma vagy zene, nemcsak az egyéni kreativitást serkentik, hanem a csoportmunka révén az együttműködés és a közös célok elérésének fontosságát is hangsúlyozzák. Az óvodai projektek emellett támogatják a gyerekek önértékelésének kialakulását és önállóságát. Azokban a projektekben, ahol a gyerekeknek lehetőségük van választani, kifejezni az egyéni véleményüket, és felelősséget vállalni a feladatokért, erősödik az önálló gondolkodás és döntéshozatali képessége. Ez is egy tanulási folyamat, amelyet már óvodáskorban érdemes elkezdni.

Az óvodában van idő és lehetőség az együttműködés gyakorlására úgy, hogy a pedagógus folyamatosan koordinál, és fokozatosan hagyja, hogy a gyermekek önállóvá váljanak. Mindemellett a közös alkotások segítik felfedezni a másik értékeit, miközben megtanulják elfogadni saját maguk és társaik hiányosságait, meg kell beszélniük, hogy abban az alkotásban kinek mi lesz a feladata, kinek mi lesz a szerepe, az ő képességeit hol tudják leginkább kiaknázni. Át kell vennie valakinek a vezetést, aki ügyel arra, hogy minden rendben legyen, hogy készen legyen a csapat, hogy ne adják fel, biztatja a többi, dicsér, kiemeli, ő maga gyerekként. Ehhez egy idő után már nincs szükség a felnőtt jelenlétére, mert alapvető belső értéké válik. Már azonosult a pedagógussal, aki számára mintát adott ebben. Az a cél, hogy mire megkezdik iskolai tanulmányait, belsővé váljon az együttműködésre való képesség.

A közös alkotások, közös büszkeséggel töltik el a csapatot, együtt élnek meg a sikert. Összekovácsolja, azokat a gyerekeket, akik dolgoznak rajta. Konfliktusokat oldanak meg miközben megbeszélik a folyamatokat. Megtanulják idővel, hogyan fejezzék ki gondolataikat.

A szülők bevonása az óvodai tevékenységekbe, projektekbe elősegítik a pedagógus-szülő kapcsolat eredményességét, a bizalom alakítását. Vannak szülők, akik számára a részvétel kiemelten fontos és minden alkalmat megragadnak a bekapcsolódásra, vannak azonban olyanok is, akik szívesebben maradnak a háttérben és leginkább eszközökkel járulnak hozzá egy-egy tevékenység sikerességéhez, és olyan szülővel is találkozhatunk, aki anyagiak, vagy idő hiányában nem tud részt vállalni, ezt el kell fogadni. A fontos, hogy az ő bizalmukat is megnyerjük, és érezzék, emiatt gyermekük nem kerülhet hátrányos helyzetbe.

## **Családlátogatás**

A családlátogatás további lehetőséget nyújthat a pedagógusok és a családok közötti kapcsolat erősítésére. A családlátogatás során a pedagógus személyesen ismerheti meg a gyermek családi környezetét, életkörülményeit és kulturális hátterét, bizalmasabb, hatékonyabb együttműködést tesz lehetővé. A pedagógus által megfigyelt családi dinamikák segíthetnek a gyermek egyedi igényeinek megértésében (Útmutató, 1989). Mindemellett lehetőséget ad arra is, hogy a nevelési módszereket a gyermekekre szabják a pedagógusok, ezzel is támogatva a tanulási folyamatot. A családlátogatás arra ösztönzi a szülőket, hogy aktívabb szerepet vállaljanak gyermekük óvodai/iskolai életében. A kutatások szerint a szülők folyamatos részvétele jelentősen hozzájárulhat a gyermek későbbi tanulmányi sikereihez és szociális képességeinek fejlődéséhez (Henderson & Mapp, 2002).

A családlátogatás sikerességéhez elengedhetetlen, hogy a pedagógus előzetesen felkészüljön a látogatásra. Ennek része lehet a szülőkkel történő előzetes egyeztetés, a gyermekről kapott információk áttekintése, valamint a látogatás céljainak meghatározása (Útmutató, 1989). Továbbá fontos a pedagógus érzékeny és tiszteletteljes hozzáállása, hogy a látogatás pozitív tapasztalat legyen minden fél számára. A családlátogatás során a pedagógusok számos kihívással találkozhatnak, mint például az időhiány, a szülők ellenállása vagy a kulturális különbségek. Ezek a nehézségek azonban megfelelő tervezéssel és rugalmassággal kezelhetőek. A látogatás időpontjának rugalmas megválasztása, a szülőkkel való őszinte és tiszteletteljes kommunikáció, valamint a kulturális érzékenység jelentősen javíthatja a látogatás sikerességét.

Érdemes lenne elgondolkodni azon, hogyan lehetne feléleszteni a családlátogatás hagyományát. Valóban sok időt és energiát igényel, de a jövőben jelentősen megkönnyíthetné a pedagógusok munkáját.

## **A jelen kor kihívásai**

A szociális és érzelmi éretlenség mértéke nagymértékben függ a gyermek egyéni fejlődési ütemétől, a környezeti, valamint a családi és társadalmi hatásoktól. A képernyőidő növekedése csökkenti a gyermekek lehetőségét arra, hogy közvetlenül megtapasztalják a társas helyzeteket, ami késleltetheti a szociális készségek fejlődését, az érzelmek megértésének és szabályozásának képességét. A túlzott szülői védelem vagy éppen az érzelmi támogatás hiánya megnehezítheti a gyermekek önállósodását, valamint érzelmi szabályozási képességük kialakulását.

Az iskolaéretlenségből adódó nehézségek mellett az óvodaéretlenség jelensége is egyre szembetűnőbb.

A digitális eszközök nem megfelelő használatából és a tudatosság hiányából adódó problémák egyre több területen mutatkoznak meg. A KSH adatai

azt mutatják, hogy tízből négy ember alapvető digitális ismertekkel sem rendelkezik (KSH, 2023).

Az alábbiakban szeretnénk a felsorolt problématerületeket röviden áttekinteni a szülői bevonódás és kapcsolattartás fontosságának hangsúlyozásával.

### ***Szociális és érzelmi intelligencia***

Általánosan elfogadott, hogy a szociális és érzelmi készségek fejlődésére csecsemőkortól az iskolába lépésig a folytonosság jellemző. A korai tapasztalatok segítik hozzá a gyermeket a környezete és önmaga megismeréséhez. Amennyiben a csecsemők szükségletei következetesen kielégülnek gondozók által, jobban tudják érzelmeiket szabályozni, környezetüket figyelemmel kísérni, biztonságos kapcsolatokat alakítanak ki, bátran próbálják ki magukat új helyzetekben (Halle & Darling-Churchill, 2016). A családban kialakult érzelmi kapcsolatok, különösen az anya-gyermek közötti kötődés közvetlenül hat a gyermek szociális viselkedésére, ami megalapozza szociális kompetenciáinak fejlődését. A szülők által nyújtott minták, értékek, a család érzelmi élete, és a szülők szociális kompetenciája szintén befolyásoló erővel bír (Zsolnai, 2017).

Az érzelmi intelligencia készség élmény, tapasztalat, azonosulás útján fejlődik, tehát valós élményeket kell biztosítanunk és valóságos kapcsolatot kell teremtenünk a környezettel. Az erkölcsi értékeket (mint például a hűség, becsület) is kizárólag azonosulással tanuljuk. A szülő az elsődleges azonosulási minta a gyermek életében, éppen ezért nem hagyható ki a nevelési folyamatokból. Tőle látnak először mintát a kapcsolatteremtésre, az indulatok, a stressz, a konfliktusok, a kritika kezelésére, az érzelmek kifejezésére és kezelésére. Az egymásra figyelés készsége nem azonos azzal, hogy az egyén azonosítani tudja az érzelmeit, és nem azonos az empátiával sem. Annyit jelent, hogy megtanulja, a világában benne van a másik ember is úgy, hogy közben a saját egyénisége megmarad. Ennek a készségnek leginkább a hiánya észrevehető (Uzsalyiné, 2010). A szülők a gyermekeik érzelmeit akkor tudják megérteni, akkor tudnak együtt érezni a gyerekekkel, ha maguknak is engedélyezik az érzéseket (Gottman & DeClaire, 2016).

A közösség hatására a gyermekek elkezdik megérteni a különbséget a társadalmilag elfogadható és elfogadhatatlan viselkedésmódok között, ennek következtében egyre hatékonyabban tudják kezelni saját érzelmeiket, problémáikat, konfliktusait már megpróbálják önállóan megoldani (Halle & Darling-Churchill, 2016).

A magasabb szociális kompetenciával rendelkező óvodáskorú gyermekek felülmúlják teljesítményben a szociálisan kevésbé kompetens társaikat, e kompetenciák megléte tehát hatással van a későbbiekben az iskolai eredményességre is (Campbell et al., 2016). Azok a gyermekek, akik egy szilárd, támogató környezetben nőnek fel, nagyobb valószínűséggel válnak érzelmileg és szociálisan kompetens felnőtté, aki egészséges önbizalommal rendelkezik

és képes reflektálni saját magára, tisztában van az értékeivel és a hiányosságaival egyaránt, és képes környezetét jobbá tenni.

### *Szociális és érzelmi intelligencia fejlesztése az óvodai tevékenységekben*

Az óvodai tevékenységekben, nem a kognitív tartalmak átadása a fő szempont, holisztikusan nevelünk. Ezeken keresztül a szociális kompetenciákat is tudjuk fejleszteni és az érzelmi intelligenciát is tudjuk növelni oly módon, hogy ebből gyermek nem érzel semmit, természetessé válik, mert természetes részei a mindennapoknak. Az óvodai nevelésben nagyon fontos motiváló erővel bír, ha a gyermekek érdeklődésére tudjuk építeni a tevékenységek egy részét. A közös zenélés, a tánc, a közös alkotások, a mozgás, rengeteg társas készséget megmozgat, ahogy a játék is, örömteli tevékenységek, az óvodai élet mindennapjainak részei. Az alkotások, a művészetek óriási építőkövei akár az önbizalomnak, az önbecsülésnek, akár az érzelmek kivetülésének, azok feldolgozásának (Uzsalyné, 2010).

A sokat hangoztatott *soft skill*ek, amelyek értéké válnak/váltak a munkaerőpiacon (asszertív kommunikáció, kritikus gondolkodás, időgazdálkodás, rugalmasság, kreativitás, proaktivitás, munkamorál, együttműködés, alkalmazkodóképesség) mind igénylik a szociális és érzelmi kompetenciák gazdagságát, amelyek nélkül sem a munkavállaló, sem a vállalat nem lehet sikeres (Nagy, 2022). Fontos, hogy a szülők is belássák a szociális kompetenciák, valamint az érzelmi intelligencia fejlesztésének fontosságát, amennyiben szemléletük teljesítményorientált, abban változás következhesen be.

### **Óvodaéretlenség**

Az iskolaéretlenség témaköre régóta foglalkoztatja a pszichológusokat, pedagógusokat, számos kutatási eredmény született, amelyek okok és nehézségek sorára hívják fel a figyelmet. A jelen kor kihívásai közt kiemelt helyet foglal el az óvoda-iskola átmenet problémaköre továbbra is, azonban az óvodába érkező gyermekek háttérével, érettségével is érdemes lenne foglalkozni a jövőben. A család, mint egység, már nem képes oly mértékben betölteni a szerepét a gyermek fejlődésében, mint az oly természetes volt korábban. A szülők egyre több nevelési feladat megoldását az intézményektől várják. Így sok gyermek számára nehézséget jelent a közösségi életbe való bekapcsolódás. Az óvodaéretlen gyermek nem rendelkezik azokkal a fizikai, érzelmi, és kognitív képességekkel, amelyek szükségesek az óvodai környezetbe való sikeres beilleszkedéshez. A gyerekeknek már képesnek kellene lenniük egyszerű utasítások követésére, alapvető nyelvi készségek alkalmazására, valamint az alapkészségek gyors elsajátítására. A beszédértési és kifejezési nehézségek is akadályozhatják a sikeres óvodakezdet (Bishop, 1997). Az új környezet megköveteli a gyermekektől az alkalmazkodást, az osztozkodást, és a konfliktusok megoldását. Azok a gyermekek, akik nem rendelkeznek megfelelő szociális készségekkel, gyakran nehezen tudnak beilleszkedni (Denham et

al., 2012). A családi háttér és a kulturális különbségek szintén befolyásolhatják az óvodaérettséget. Az anyagi hátrányok, a szülők alacsony szintű iskolázottsága, valamint a kulturális normák eltérése mind hatással lehetnek a gyermek fejlődésére (Lazsádi, 2017; Heckman, 2006).

Az óvodaéretlenség felismerése kulcsfontosságú, késleltetheti vagy megehezítheti az iskolai követelményekhez való alkalmazkodást is. A szülőkkel való szoros együttműködés és a szakértői vizsgálatok hozzájárulhatnak a probléma korai azonosításához (Snow et al., 1998). A célzott fejlesztési programok, amelyek különösen a nyelvi, motoros és szociális készségekre összpontosítanak, segíthetik a gyermekek felzárkóztatását. Az óvodapedagógusok által nyújtott tanácsadás és támogatás elengedhetetlen ebben a folyamatban (Dávid et al., 2018).

Az óvodaéretlenség jelentős hatással lehet a gyermekek iskolai alkalmazságának elérésére, ugyanis a hiányosságokat (nyelvi, érzelmi, szociális, motoros) pótolni kell. Olyan alapvető hiányosságok is fennállhatnak, hogy a gyermek nem tud önállóan étkezni, pohárból inni, érzelmileg nincs felkészülve a szülőktől való „leválásra”, a gyermek nem szobatiszta, ami az önállóság érettsége miatt fontos (Szatko et al., 2018), előfordul, hogy nincs készítetése az önállóságra, mert a szülő teljes mértékben kiszolgálja, az alvással kapcsolatosan is gyakorta merülnek fel problémák, ahogy az is gyakori, hogy a családnak nincs napirendje.

„Az óvoda nem egyszerűen a gyerekek napközbeni megőrzésére szolgáló intézmény, vagy játszó hely, hanem a társadalmi és szocializációs hátrányok csökkentésének egyik eszköze” (Darvas & Tausz, 2005, p. 786). Különösen igaz ez ma, amikor a családi környezetből, nevelésből adódó hátrányok pótlása kiemelt feladattá vált.

Érdemes lenne a szülőket még az óvodai élet megkezdése előtt tájékoztatni az óvodai szokásokról, szabályokról, az intézmény lehetőségeiről, mik az óvodai érettség feltételei. A szülő ennek tudatában fel tudja mérni, hogy a nyár folyamán mely készségek elsajátítására van még szükség annak érdekében, hogy gyermeke számára megkönnyítse az elválást és az új környezethez való alkalmazkodást. Egy szülői értekezlet vagy fórum tökéletesen alkalmas lehet erre a célra. Különösen hasznos lehet, ha ezen az alkalmon pszichológus, fejlesztőpedagógus, vagy védőnő is jelen van, így a szülők minden felmerülő kérdésére választ tudnak adni egymást kiegészítve, megerősítve. Mindez segíthet abban is, hogy a szülő könnyebben el tudja engedni gyermekét, és segítségére legyen az önállósodás útján.

### ***Iskolaéretlenség***

Az iskolakezdéshez szükséges fejlettség is több tényezőtől áll, beleértve a biológiai, pszichikus és szociális érettséget. A gyermekek fejlődésében jelentős egyéni különbségek figyelhetőek meg. Az idegrendszeri éretlenség, amely lassabb érzékelést, feldolgozást és válaszadást eredményezhet, gyakori oka

az iskolaéretlenségnek (Shonkoff & Phillips, 2000). Az iskolai környezetben elvárt közösségi normák betartása és az alkalmazkodási képesség hiánya sok gyermek számára kihívást jelenthet. A gyenge önszabályozási képesség közvetlen hatással van a gyermek iskolai teljesítményére (Elias & Arnold, 2006). A gyermekek eltérő kulturális és társadalmi háttérből érkeznek az iskolába. Az anyanyelvi készségek fejletlensége, a szociális támogatás hiánya és az anyagi hátrányok mind hozzájárulhatnak az iskolaéretlenség kialakulásához (Erdei, 2021; Lazsádi, 2017; Heckman, 2006).

Az iskolaéretlenség korai iskolai kudarcokhoz vezethet, amelyek csökkenthetik a gyermek önbizalmát és motivációját. Ezek a negatív tapasztalatok hosszútávon is hatással lehetnek a gyermek tanulmányaira (Alexander et al., 1997), növelhetik a lemorzsolódás, korai iskolaelhagyás lehetőségét (Herczog, 2008). A gyermek, aki nem képes megfelelni az iskolai követelményeknek, gyakran társai kirekesztésével szembesül, ami szociális elszigetelődéshez és pszichoszociális problémákhoz vezethet. Az iskolai kudarc és a szociális elutasítás miatt a gyermekek körében gyakran jelentkeznek magatartási problémák, mint például az agresszió vagy a passzivitás. Az iskolaéretlenség sikeres kezelésének kulcsa a korai felismerés. Az óvodai szintű szűrések és fejlesztő programok lehetőséget nyújtanak arra, hogy a gyermek képességei megfelelő szintre fejlődjenek (Svatzkó et al, 2018; Rimm-Kaufman & Pianta, 2000).

A személyre szabott fejlesztési terv, valamint a szülők bevonása a fejlesztési folyamatba alapvető fontosságú. A szülőknek biztosított információ és tudásátadás, folyamatos tájékoztatás és gyakorlati támogatás elősegíti a gyermek fejlődését. Nagyon sok szülő nincs tisztában az iskolai elvárásokkal, az alapvető képességek szükségességével, hogyan tudják gyermeküket segíteni, miként tud maga a család felkészülni az iskolára, továbbá nehézséget okoz számukra a halasztással kapcsolatos ügyintézés is. Ebben lehetnek segítségükre az intézményes és az egyes csoportokra fókuszált szülői fórumok, szülői értekezletek, amelyek keretet biztosíthatnak a folyamatos és teljeskörű tájékoztatáshoz. Ebben a témakörben tanító kolléga bevonása javasolt.

Komjáthy Zsuzsanna, gyógypedagógus, a Miskolci Egyetem adjunktusa hívja fel a figyelmet az óvodai nevelés 1970-es programja és jelenleg hatályban lévő (363/2012. [XII. 17.] Korm. rendelet) irányelvek közötti lényeges különbségre. Úgy véli, most is szükség lenne arra, hogy a gyermekek egyenesen terhelve tanulják meg az óvodai évek végére, hogy vannak kötelező tevékenységek, amelyek a gyermekek koncentrált figyelmét, kitartását, feladattudatát igénylik, amikor azt kell csinálni, amit az óvodapedagógus kér. „Nagyon kevés gyermek minősült akkoriban az óvoda befejeztével iskolaéretlenségnek. A mai óvodában azonban központi helyen a kisgyermekkor legfontosabb és legfejlesztőbb tevékenysége, a játék áll (363/2012. [XII. 17.] Korm. rendelet). A másféle tevékenységekben való önkéntes részvétel helyett is sok gyermek inkább a szabad játék lehetőségét választja az óvodában. Érthető tehát, hogy napjainkban egyre növekszik az iskolaéretlenség *minő-*

sített gyermekek száma” (Komjáthy, 2018, p. 75). „A tanulást megalapozó idegrendszeri háttér kialakításában mindennapi tudatos és természetes fejlesztésre van szükség [...]” (Gyarmathy, 2012, p. 15).

### ***A szülők digitális tudatosságának alakítása***

A fent említett ajánlott szülői fórumtémák között a digitális tudatosságról való tájékoztatás kiemelt fontosságú, számos pontot foglal magába, amelyre ki kell térnünk, ezért is szerettük volna részletesebben taglalni ezt a kérdéskört, mindamelllett, hogy korunk valóban jelentős kihívásáról beszélhetünk.

Sok esetben a szülők már egészen kicsi kortól engedélyezik a gyermekek számára az eszközhasználatot. Óvodáskorúak esetében a vizsgálatok arra engednek következtetni, hogy nincs kialakult szokásrendszer a digitális eszközök használatára és a tartalmak fogyasztására (Hódi et al., 2019). Érdemes felhívni a szülők figyelmét a korlátozás fontosságára, valamint a különféle gyermekvédelmi szűrőszoftverek használatára, amelynek segítségével nyomon követhetik gyermekük internethasználatát, szabályozhatják gyermekük képernyő idejét.

Fontos megjegyezni, hogy a képernyőidő nem csak a mobiltelefon, tablet és a számítógép előtt töltött időt jelenti, ide tartozik a mese, vagy film nézésével töltött idő is. Megállapították, hogy minél többet tévéznek egy gyermek hároméves kora előtt, annál nagyobb a valószínűsége, hogy iskolás korában figyelemzavarral fog küzdeni. Ahány órát töltenek képernyő előtt naponta a gyermekek, annyiszor 10 százalékkal nő a koncentrációs problémák valószínűsége, ami komoly lemaradáshoz vezethet a tanulmányok során (Huddleston, 2019).

A napi négy órát meghaladó digitális játékidő komoly társas, beilleszkedési nehézségekkel jár (Smohai et al., 2013), sőt a digitális eszközök már már egészen rövid távú használata jelentősen befolyásolja a most felnövő generációk kognitív és társas készségeit (Konok et al., 2020). A kutatások arra is rávilágítottak, hogy összefüggés van a túl korai médiahasználat és a kisgyermekek testtömegindexe (Kracht et al., 2023), valamint a gyermekek fejlődési és viselkedési, figyelmi problémái és a nyelvi fejlődés elmaradása (Qu et al., 2023) között. A gyermekek eszközhasználatát nagymértékben befolyásolja a szülők iskolai végzettsége, a korai mobil érintőképernyős eszközök használatával kapcsolatos attitűdje, az eszközhasználat terén nyújtott minta (Konok et al., 2019; Liszkai-Peres, 2024; Paulus et al., 2024; Szabó-Prievara, 2023).

### ***Videójátékfüggőség***

Az óvodáskorú gyermekek esetében a digitális eszközök használata nagyrészt a játékokra és a videók nézésére terjed ki (Pintér, 2024), így érdemes mélyebbre ásni a témában. Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) 2022-ben kiadott betegségek új nemzetközi listáján (ICD-11) a mentális rendellenességek, azon belül a függőséget okozó magatartások okozta rendellenes-

ségek közé sorolta a videójáték-függőséget. E szerint: „a játékfüggőség olyan súlyosan tartós vagy visszatérő viselkedés, amelyben a játék elsőbbséget élvez az élet más területeivel szemben.”

A Minecraft nevű játék, mellyel már óvodáskorú gyermekek játszanak, olyan mértékű függőséget idéz elő, hogy bekerült a kábítószeresek közé. Dr. Nicholas Kardaras pszichológus, a mentális egészség, a függőség és digitális korunk hatásainak szakértője, „digitális kokainnak” nevezi az ehhez hasonló játékokat. „A Minecraft azonban minden – orvosi és ideggyógyászati – szempontból függőséget okozó kábítószer” (Kardaras, 2017, p. 37). Nem vitatja, hogy a videójátékok valóban javíthatják a térérzékelés és a mintafelismerés képességét, de ezen területek fejlesztése más módon is megvalósítható. A szülők kiváló fejlesztő játékot látnak ebben, amely a legóra emlékeztető építkezés pozitív hatásait rejti magában. Azonban nincs tudomásuk arról, hogy a játék hipnotikus hatást gyakorol a gyermekekre a soha véget nem érő „korlátlan lehetőségei” által, jelentősen növeli a dopaminszintet, amelynek megugrása segíti a függőség kialakulását. A dopamin, nem más, mint a jó érzésért felelős neurotranszmitter, amely a rászakás folyamatának legfontosabb szereplője. Ha valaki végrehajt egy cselekvéssort, amellyel kielégíti egy szükségletét vagy teljesíti egy vágyát, akkor a nucleus accumbensben, az örömeért és jutalmazásért felelős agyfélteke alatti idegsejtekben dopamin szabadul fel, ezt nevezzük, az agy jutalomközpontjának. Tehát kialakítja a vágyat az élmény újbóli átélésére (Kardaras, 2017).

Kísérlettel igazolták, hogy a videójátékok száz százalékkal növelik a játékos dopaminszintjét. Fontos megjegyezni, hogy a kísérletben még a régi 2D-s videójátékok szerepeltek. A mai virtuálisvalóság-játékokban még mélyebbre merülnek, a függőség kialakulásának így magasabb az esélye (Koepp et al., 1998; Kardaras, 2017). A hiperaktív gyerekek homloklebenyében kevesebb dopamin termelődik, ezt a hiányukat pótolhatják a számítógépes játékokkal (Han et al., 2009), a problémás videójáték-használat (továbbiakban PVH) náluk gyakoribb, ami azt mutatja, hogy a hiperaktív gyerekek az addikció veszélyeinek nagyobb mértékben vannak kitéve (Bioulac et al., 2008).

A negatív családi légkör, az ellenséges viselkedés a szülők részéről, a melegség és az ellenőrzés hiánya gyakori a játékfüggőséggel diagnosztizáltak körében (Kwon et al., 2011). Ebből a légkörből való menekülés, az eszképzizmus, mint motiváció és a PVH erős prediktor (Hellström et al., 2012; Kwon, Chung & Lee, 2011). Longitudinális vizsgálatok alátámasztották, hogy a depresszióra és szorongásra hajlamos gyerekek nagyobb eséllyel keresnek vigaszt a videójátékok világában. Ez azonban egy körkörös folyamat, ugyanis a játék emeli a depresszió és a szorongás mértékét (Gentile et al., 2011).

Fontos kiemelni a szülők számára, hogy a játék során megszűnik a testérzet, mert az idegrendszer egy idő után leállítja a testérzékelést. Az alapvető szükségletek sok esetben nem kerülnek kielégítésre, gyakran előfordul, hogy a gyermek nem vesz magához ételt, vagy oltja szomját, nem érzi, hogy álmos, akár dolgát is a gép előtt végzi, és nem veszi észre (Uzsálné, 2023).

A virtuális úton szerzett tapasztalat, nem használható fel a való életben, nem alkalmas az életfeladatok ellátására, mert a „mintha-érzés” az agyat becsapja, nem valós problémákat old meg a gyermek a játék során. A problémamegoldó hálózatok csak a valódi felfedezőjátékok során alakulnak. Ezekből a felfedezésekből alakulnak ki később az alkotások, abból a játékból, melyből a gyermek maga jön rá ok-okozati összefüggésekre. Hatékony tanulás csak a szabad, felfedező játékkal jól előkészített aggyal lehetséges, a virtuális játék ezt gátolja (Hüther & Renz-Polster, 2017).

Óvodáskorban ezért a hangsúlyt a szabad játéokra, a természet felfedezésére és a mozgásra kell helyezni annak érdekében, hogy a tevékenységek közben meginduljanak a gondolkodási folyamatok, a tapasztalatok elraktározódjanak, gyakorlás útján megerősödjenek, hogy új helyzetben előhívhatókká váljanak és részei legyenek a problémamegoldó gondolkodás fejlődésének. Mindezek hiányában beszűkül az énhatékonyság, ami alapszükséglet (Uzsálné, 2023).

Sarah E. Domoff, a Central Michigan Egyetem pszichológiai adjunktusa dolgozta ki a problémás médiahasználati mérőszámot, amelynek segítségével fel tudják mérni, 4-11 éves gyermek esetében, hogy valóban problémás-e a kapcsolata a digitális technológiával. A függőséget okozó médiahasználat megnyilvánulhat a korlátozásokkal szembeni heves ellenállásban, abban, hogy a gyermek feszült, ideges lesz, vagy összeomlik, annak hatására, hogy a szülő megpróbálja elvenni a táblagépet, mobiltelefont, vagy kikapcsolja a képernyőt, ez egyértelműen problémát jelezhet. További előrejelző lehet, ha a gyermek már nem szívesen vesz részt azokban a tevékenységekben, amelyeket korábban várt, lehetőségeket hagy ki a kapcsolatteremtésre, játéokra a képernyő előtt töltött idő miatt, vagy megzavarja a családi eseményeket, közös időtöltést a médiahasználattal. Ugyanakkor a legnagyobb nehézség, hogy gyakran a szülők is nehezen teszik félre készüléküket (Clay, 2018; Domoff et al., 2017).

A felsorolt tulajdonságok egyértelmű jelei a problémának, a szülők is könnyedén ráismernek gyermekük viselkedésére, felismerik saját nehézségeiket is, hiszen ezek a tulajdonságok a felnőttek esetében ugyanúgy megmutatkoznak. A témakörnek talán ez lehet a legmegrázóbb pontja a szülők számára, a felismerés által. Rengeteg érzés, emlék kavarghat büntudattal vegyülve, ezért is kiemelten fontos a pszichológus jelenléte ennek a témának a taglalásakor.

### *Virtuális autizmus*

Beszélnünk kell a szülőknek a virtuális autizmusról is, amelynek tünetei a klasszikus autizmussal egyenlők. Kiváltó oka a PVH. Marius Zamfir klinikai pszichológus, a gyermekkori autizmus szakértője azonban felhívja a figyelmet egy nagyon fontos különbségre: az autizmus esetében biológiai tényezők által okozott neurológiai pusztulásról és fejletlenségről van szó, amely

nem visszafordítható, ugyanis nem keletkeznek szinapszisok ezeken a területeken. A virtuális formája esetében a stimuláció és a megfelelő területek fejlesztésének hiányáról beszélünk, amelyből a gyermek felépülhet. (Zamfir, 2018) Mindemellett már megjelent a digitális demencia is a 20 évesek körében (Uzsálné, 2020).

Feltételezhetnénk, hogy az Apple alapítójának és vezérigazgatójának, Steve Jobsnak a gyermekei mindenkinél több digitális eszközrel rendelkeznek. Amikor 2010-ben először megjelent az iPad, Jobs válasza arra a kérdésre, hogy szeretik-e a gyerekei az iPadet, a következő volt: „Még nem próbálták ki... Korlátozzuk a gyerekek otthoni technikahasználatát” (Huddleston, 2019, p. 104). A szülők könnyedén elhiszik, hogy ha technika uralta világunkban egy gyerek nem kezd el elég korán megismerkedni a digitális világgal, akkor lemarad a többiek mögött. Azonban fontos tudni, hogy ez nem így van. „A Google és a többi cég arra törekszik, hogy a termékei használata a lehető legegyszerűbb, még agyhalottak számára is érthető legyen. Semmi okunk azt feltételezni, hogy egy kissrác idősebb korban ne jöjjön rá, mi hogyan működik” (Kardaras, 2017, p. 54).

### *A gyermek digitális tudatossága*

Az Amerikai Pszichológiai Társaság (*American Psychological Association*, APA) a gyermekek egészséges technológiahasználatának elősegítésére szolgáló digitális irányelvei útmutatásként szolgálhatnak a szülők számára. Az egyik legfontosabb irányelv, hogy a szülők gyermekkoruktól kezdve tanítsák gyermekeiket a technológia felelős használatára. Természetesen a mintaadás elsődleges, mindemellett szükséges a folyamatos kommunikáció az eszközök, programok használatáról. Az előnyök mellett a negatív hatásokról, kockázatokról is fontos beszélni, mindemellett tudatosítani kell a magánélet tisztelgésben tartását, a személyes adatok védelmét is, az életkoruknak megfelelően. Természetesen ez egy folyamat, amely az érettség előrehaladtával egyre részletesebb tájékoztatást kíván. Idővel szükségessé válik az ismeretlen programok, gyanús linkek kérdését is áttekinteni. Meg kell tanítani őket arra is, hogy ne adják ki adataikat, ne válaszoljanak idegenektől kapott üzenetekre. Az információk szűrése is fontos kérdés, meg kell tanulniuk, hogyan tudják kiszűrni a valós információkat. Arra is kaphatunk tanácsokat, hogyan érdemes a korlátozásokat bevezetni és hogyan tudják óvni a gyermek mentális egészségét, szociális kapcsolatait (APA, 2019).

Mind ezt kiegészítenénk azzal, hogy a szülő legyen elérhető gyermeke számára, ha meg akarja mutatni milyen játékkal játszik szívesen, vagy mesélni szeretne a játékban megélt élményeiről. Legyünk körültekintőek és ismerjük meg a játékokat, alkalmazásokat lehetőleg már az előtt, hogy gyermekünk használatba venné őket.

Nagyon fontos információk ezek, amelyek birtokában a szülők gondolkodása a tudatosság felé terelhető. Ha látják, milyen következménnyel járhat,

ha túlságosan engedékenyek ebben a kérdéskörben, talán belátják a korlátozások bevezetésének szükségességét, ami jelentősen hozzájárul a gyermekek mentális egészségének megőrzéséhez és a szülő-gyermek kapcsolat megerősödéséhez.

A későbbiekben természetesen szükséges a közösségi média hatásairól is beszélni mind a szülőkkel, mind a gyermekekkel, kiegészítve az internetes zaklatás vagy cyberbullying veszélyeivel, következményeivel. Ebben a témakörben nemcsak az áldozattá válás kockázata áll fenn, annak elkerülése is fontos, hogy később a fiatal ne váljon zaklatóvá, mindemellett információval kell szolgálnunk arról is, hova fordulhat akár a szülő, akár a gyermek/fiatal, ha találkozik ezzel a jelenséggel, hol kaphat valódi segítséget.

### Összefoglalás

Nem elegendő a szülők tájékoztatását (az érzelmi, szociális nevelés, az életkori sajátosságok, óvodaérettség, iskolaérettség feltételei, digitális médiahasználat veszélyei) óvodáskorban megkezdeni, szükséges lenne a védőnők, gyermekorvosok és kisgyermeknevelők bevonása is a folyamatba.

A médiahasználat 0-9 éves korra vonatkozó tanulmányok jelentős része a korai eszközhasználat hátrányaira hívja fel a figyelmet a különféle fejlődési területek többségénél, az előnyöket kimutató vizsgálatok száma azonban elenyésző kisgyermekkorban (Streegan et al., 2022). A szülők szerepe, felelőssége megkérdőjelezhetetlen a mintaadás, valamint a képernyőhasználat kontrollálása tekintetében, mivel a kisgyermekes számos technológiához hozzáférnek az otthonukban (Hódi et al., 2019). A gyermekek fejlődésére, tudatosságára a családi minta komoly hatással van (Szabó-Prievara, 2023). A „3-7 éves korosztály közvetlen oktatása kevésbé hatékony, helyette a szülőkön, pedagógusokon keresztül mintá alapú viselkedésformálás vezethet eredményre” (MDOS, 2016, p. 141). A gyermekek eszközhasználatát hatékonyan formálható, ha időt szánunk a szülők felvilágosítására, ezáltal hatást gyakorolva a családi mintára (Konok et al., 2019). A szülő digitális tudatossága ugyanis a gyermek digitális tudatosságának záloga. Gyermekeink akkor élvezhetik majd igazán a digitális média előnyeit, ha megtanulták azokat jól kiaknázni, felelősségteljes, kompetens felhasználókká, digitális állampolgárokká válhatnak.

„Az értékek nem alakulnak ki a maguktól a gyermekben. Az erkölcsi tulajdonságok nem jelennek meg a gyermeki személyiségben külső hatások nélkül. Ma már az is bizonyított tény, hogy a gyermek maga igényli – beavatkozástól függetlenül – az irányítást. Ettől szerez biztonságot, bizalmat, nyugalmat. Azoktól várja mindezt, akikhez érzelmileg kötődik” (Perlai, 2014, p. 52).

Érdemes lenne további módokat találni a szülőkkel való kapcsolatteremtésre és megvizsgálni, milyen módon aknázhatók még ki a jelenlegi formák.

A családlátogatás kulcsfontosságú eszköz lehet a pedagógiai gyakorlatban. Az ilyen látogatások hozzájárulnak a gyermek fejlődéséhez, a pedagógus-szülő kapcsolat megerősítéséhez és a szülői részvétel növeléséhez. Érdemes lenne azt is felderíteni, mi áll annak hátterében, hogy ez a kapcsolattartási forma már nem él a gyakorlatban.

## Irodalom

- Alexander, K. L., Entwisle, D. R. & Horsey, C. S. (1997). From First Grade Forward: Early Foundations of High School Dropout. *Sociology of Education*, 70(2), 87–107. <https://doi.org/10.2307/2673158>
- American Psychological Association (2019, december 12). *Digital guidelines: Promoting healthy technology use for children*. <https://www.apa.org/topics/social-media-internet/technology-use-children> (2014. 12.22.)
- Bioulac S, Arfi L. & Bouvard M. P. (2008). Attention deficit/hyperactivity disorder and video games: A comparative study of hyperactive and control children. *European Psychiatry*, 23(2), 134–141. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2007.11.002>
- Bishop, D. V. M. (1997). *Uncommon Understanding: Development and Disorders of Language Comprehension in Children*. Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9780203381472>
- Campbell, S. B., Denham, S. A., Howarth, G. Z., Jones, S. M., Whittaker, J. V., Williford, A. P., Willoughby, M. T., Yudron, M. & Darling-Churchill, K. E. (2016). Commentary on the review of measures of early childhood social and emotional development: Conceptualization, critique, and recommendations. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 45, 19–41. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2016.01.008>
- Clay, R. A. (2018, november 1). Treating the misuse of digital devices. *Monitor on Psychology*, 49(10). <https://www.apa.org/monitor/2018/11/cover-misuse-digital> (2024.12.22.)
- Darvas, Á. & Tausz, K. (2005): Az óvoda lehetőségei a gyermekszegénység csökkentésében. *Educatio*, 4. 777–786.
- Dávid, M., Nyitrai, Á. & Podráczky, J. 2018. *Gyermekút. A pedagógiai tanácsadás szerepe a kora gyermekkori intervencióban módszertani kézikönyv*. Családbarát Ország Nonprofit Közhasznú Kft. Budapest. [https://gyermekut.hu/pdf/Pedagogiai\\_tanadacsas\\_e-vezio.pdf](https://gyermekut.hu/pdf/Pedagogiai_tanadacsas_e-vezio.pdf) (2025. 01. 04.)
- Denham, S. A., Bassett, H. H. & Zinsser, K. (2012). Early Childhood Teachers as Socializers of Young Children's Emotional Competence. *Early Childhood Education*, 40, 137–143. <https://doi.org/10.1007/s10643-012-0504-2>
- Domoff, S. E., Harrison, K., Gearhardt, A. N., Gentile, D. A., Lumeng, J. C. & Miller, A. L. (2019). Development and validation of the Problematic Media Use Measure: A parent report measure of screen media “addiction” in children. *Psychology of Popular Media Culture*, 8(1), 2–11. <https://doi.org/10.1037/ppm0000163>

- Elias, M. J. & Arnold, H. (2006). *The Educator's Guide to Emotional Intelligence and Academic Achievement. Social-emotional learning in the classroom*. Corwin Press. [https://archive.org/details/educatorsguideto0000unse\\_v1q2](https://archive.org/details/educatorsguideto0000unse_v1q2) (2025. 01. 04.)
- Erdei, R. (2021). Az iskolakezdés és iskolára való érettség/alkalmasság néhány kérdése. [https://www.academia.edu/44709282/Az\\_iskolakezd%C3%A9s\\_%C3%A9s\\_iskolaalkalmass%C3%A1g\\_n%C3%A9h%C3%A9ny\\_k%C3%A9rd%C3%A9se](https://www.academia.edu/44709282/Az_iskolakezd%C3%A9s_%C3%A9s_iskolaalkalmass%C3%A1g_n%C3%A9h%C3%A9ny_k%C3%A9rd%C3%A9se) (2025. 01. 04.)
- Gentile D. A., Choo H., Liau A., Sim T., Li D., Fung D. & Khoo A. (2011). Pathological video game use among youths: a two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127(2), 319-29. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-1353>
- Gottman J. & DeClaire J. (2016). *Gyerekek érzelmi intelligenciája - Nevelés szívvel-lélekkel*. Jaffa Kiadó És Kereskedelmi Kft.
- Gyarmathy, É. (2012). Ki van kulturális lemaradásban? In: Tóth-Mózer, Sz., Lévai, D. & Szekszárdi, J. (Eds.) *Digitális Nemzedék Konferencia – Tanulmánykötet*. ELTE, Budapest. 9–16. [https://www.eltereadler.hu/media/2014/05/Digitalis\\_nemzedek\\_2012\\_konferenciakotet\\_READER.pdf](https://www.eltereadler.hu/media/2014/05/Digitalis_nemzedek_2012_konferenciakotet_READER.pdf) (2024. 12. 28.)
- Halle, T. G. & Darling-Churchill, K. E. (2016). Review of measures of social and emotional development. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 45, 8–18. <https://doi.org/10.1016/j.japdev.2016.02.003>
- Han, D. H., Lee, Y. S., Na, C., Ahn, J. Y., Chung, U. S., Daniels, M. A., Haws, C. A. & Renshaw, P. F. (2009). The effect of methylphenidate on Internet video game play in children with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 50(3), 251–256. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2008.08.011>
- Heckman, J. J. (2006). Skill Formation and the Economics of Investing in Disadvantaged Children. *Science*, 312(5782), 1900–1902. <https://doi.org/10.1126/science.1128898>
- Henderson, A. T. & Mapp, K. L. (2002). *A New Wave of Evidence: The Impact of School, Family, and Community Connections on Student Achievement*. Southwest Educational Development Laboratory. <https://sedl.org/connections/resources/evidence.pdf> (2024. 12. 03.)
- Herczog, M. (2008). A kora gyermekkori fejlődés elősegítése. In Fazekas, K., Köllő, J. & Varga, J. (Eds.). *Zöld könyv: a magyar közoktatás megújításáért*. Ecostat Gazdaságelemző és Informatikai Intézet. Budapest.
- Hódi, Á., Tóth, E., B Németh, M. & Dombi, A. (2019). Óvodások IKT-használata otthon szülői minta és szerepvállalás. *Neveléstudomány*, 7(2), 22–41. <https://doi.org/10.21549/NTNY.26.2019.2.2>
- Huddleston, B. (2019). *Digitális kokain. Út az egyensúly felé*. Immanuel Alapítvány kiadó.
- Hüther G. & Renz-Polster H. (2017). *Vissza a gyökerekhez – Így fejlődnek „ezek a mai gyerekek”* Ursus Libris.

- Kardaras, N. (2017). *A képernyő rabjai – Avagy hogyan rabolja el gyermekeinket a képernyő, és hogyan törhetjük meg a varázslatot.* Jaffa Kiadó és Kereskedelmi Kft.
- Koepp, M. J., Gunn, R. N., Lawrence, A. D., Cunningham, V. J., Dagher, A., Jones, T., Brooks, D. J., Bench, C. J. & Grasby, P. M. (1988). Evidence for Striatal Dopamine Release during a Video Game. *Nature*, 393(6682), 266–268. <https://doi.org/10.1038/30498>
- Komjáthy, Zs. (2018). „Fogyatékosító” hatások nyomában – Iskolaérettségi problémák, tanulási nehézségek a 21. században. *Új Pedagógiai Szemle*, 68(11-12), 72-80.
- Konok, V., Bunford, N. & Miklósi, Á. (2019). Associations between child mobile use and digital parenting style in Hungarian families. *Journal of Children and Media*, 14(1), 91–109. <https://doi.org/10.1080/17482798.2019.1684332>
- Konok, V., Peres, K., Ferdinandy, B., Jurányi, Z., Bunford, N., Ujfalussy, D. J., Réti, Z., Kampis, G. & Miklósi, Ádám. (2020). Hogyan hat a mobileszköz-használat az óvodások figyelmére és társas-kognitív készségeire?. *Gyermeknevelés Tudományos Folyóirat*, 8(2), 13–31. <https://doi.org/10.31074/gyntf.2020.2.13.31>
- Kracht, C. L., Redman, L. M., Bellando, J., Krukowski, R. A. & Andres, A. (2023). Association between maternal and infant screen time with child growth and development: A longitudinal study. *Pediatric Obesity*, 18(7), e13033. <https://doi.org/10.1111/ijpo.13033>
- KSH (2023). Digitális társadalom. <https://ksh.hu/s/helyzetkep-2023/#/kiadvany/digitalis-tarsadalom/az-egykes-digitalis-ismeretszintekkel-rendelkezoek-aranyakorcsoportok-szerint-az-internethasznalok-koreben-2023> (2025. 02. 12.)
- Kwon, J.-H., Chung, C. S. & Lee, J. (2011). The effects of escape from self and interpersonal relationship on the pathological use of internet games. *Community Mental Health Journal*, 47(1), 113–121. <https://doi.org/10.1007/s10597-009-9236-1>
- Lazsádi, Cs. (2017). *A mikrokörnyezeti tényezők hatása a szociális kompetencia fejlődésére óvodáskorban.* Kolozsvári Egyetemi Kiadó. <https://mek.oszk.hu/18800/18852/18852.pdf> (2025. 01. 04.)
- Liszcai-Peres, K., Budai, Z., Kocsis, A., Jurányi, Z., Pogány, Á., Kampis, G., Miklósi, Á. & Konok, V. (2024). Association between the use of mobile touchscreen devices and the quality of parent-child interaction in preschoolers. *Frontiers in Child and Adolescent Psychiatry*, 3, 133-243. <https://doi.org/10.3389/frcha.2024.1330243>
- MDOS. (2016). Magyarország Digitális Oktatási Stratégiája <https://digitalisjoletprogram.hu/files/55/8c/558c2bb47626ccb966050debb69f600e.pdf> (2024.12. 28.)
- Nagy, A. (2022). A legfontosabb soft skillek: nélkülük nem lehet sikeres sem a munkavállaló, sem a vállalat. <https://www.agoraintezet.hu/legfontosabb-soft-skillek-munkahelyen/> (2024. 11. 21.)

- ÓNOAP 2012. 363/2012.(XII. 17.) Korm. rendelet. Magyar Közlöny, 171, 28223–28232.
- <https://net.jogtar.hu/getpdf?docid=a1200363.kor&targetdate=&printTitle=363/2012.+%28XII.+17.%29+Korm.+rendelet> (2024. 12. 08.)
- Pál, F. (2023. 12. 16.). Okos eszközök – okos emberek. [előadás]. Búzaszem. <https://cserhatsurany.vaciegyszem.hu/2024/01/06/okos-eszkozok-okos-emberek/>
- Paulus, F. W., Joas, J., Friedmann, A., Fuschlberger, T., Möhler, E. & Mall, V. (2024). Familial context influences media usage in 0- to 4-year old children. *Frontiers in Public Health*, 11, 1256287. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1256287>
- Perlai, R. (2014). *Erkölcsei nevelés az óvodában. Az óvodáskor viselkedéskultúrája*. Flaccus Kiadó.
- Pintér, M. (2024). The IT habits and mathematical experience base of the 'alpha generation' in Hungary: Some results of an online questionnaire survey. *Gyermeknevelés Tudományos Folyóirat*, 12(2), 24–44. <https://doi.org/10.31074/gyntf.2024.2.24.44>
- Útmutató (1989). *Útmutató a bölcsődei gondozónők családlátogatásához*. Bölcsődék Országos Módszertani Intézete. Szociális- és Egészségügyi Minisztérium Gazdasági Igazgatósága.
- Rimm-Kaufman, S. E. & Pianta, R. C. (2000). An Ecological Perspective on the Transition to Kindergarten: A Theoretical Framework to Guide Empirical Research. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 21(5), 491–511, [https://doi.org/10.1016/S0193-3973\(00\)00051-4](https://doi.org/10.1016/S0193-3973(00)00051-4).
- Shonkoff, J. P. & Phillips, D. A. (2000). *From Neurons to Neighborhoods: The Science of Early Childhood Development*. National Academy Press. <https://doi.org/10.17226/9824>
- Smohai, M., Tóth, D. & Mirnics, Zs. (2013). A számítógépes játékpreferencia vizsgálata. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 68(2), 245–258. <https://doi.org/10.1556/mpszle.68.2013.2.4>
- Snow, C. E., Burns, M. S. & Griffin, P. (Eds.). (1998). *Preventing Reading Difficulties in Young Children*. National Academy Press. <https://doi.org/10.1002/pits.10011>
- Streegan, C. J. B., Luge, J. P. A. & Morato-Espino, P. G. (2022). Effects of screen time on the development of children under 9 years old: A systematic review. *Journal of Pediatric and Neonatal Individualized Medicine*, 11(1), e110113. <https://doi.org/10.7363/110113>
- Szabó-Prievara, D. K. & Nádudvari, G. E. (2023). A családi minta fontossága – szülő és gyermek médiahasználata a COVID-19 idején. *Iskolakultúra*, 33(1-2), 93–110. <https://doi.org/10.14232/iskkult.2023.1-2.93>
- Szvatkó, A., Borovics, B., Eckhardt, D. & Somlai, B. 2018. *Gyermekút. Óvodai fejlődéskövető szűrővizsgálatok rendszere az iskolába lépés idejéig. Protokoll*. Családbarát Ország Nonprofit Közhasznú Kft. Budapest. <https://gyermekut.hu/>

- pdf/1\_2\_ovodai\_szurovizsgalatok\_rendszere\_iskolaba\_lepes\_idejeig.pdf (2025. 01. 04.)
- Uzsalyné Pécsi, R. (2010). *A sikeres nevelés kulcsa: az érzelmi intelligencia fejlesztése. A lélek mozgását kísérő nevelés. Felnőttkor, csecsemő- és kisgyermekkor*. Kulcs a Muzsikához kiadó. Pécs.
- Uzsalyné Pécsi, R. (2020). *Fejleszt vagy rombol? – Kulcs az okoseszközök okos használatához*. Kulcs a Muzsikához kiadó. Pécs.
- Uzsalyné Pécsi, R. (2023. 02. 16.). A képernyő és a gyermeki idegrendszer. Fejleszt vagy rombol? [előadás]. MTA, Felolvasóterem. Család és hivatás konferencia, <https://www.haromkiralyfi.hu/csalad-es-hivatas-konferencia> (2024. 12. 05.)
- World Health Organization (2022). ICD-11: International classification of diseases (11th revision). <https://icd.who.int/> (2024. 11. 12.)
- Zamfir, M. (2018). The consumption of virtual environment more than 4 hours/day, in the children between 0-3 years old, can cause a syndrome similar with the autism spectrum disorder. *Journal of Literary Studies*, 13, 1–12. <https://psihologmariuszamfir.ro/wp-content/uploads/2022/10/JRIS-13.2018-C1.pdf> (2024. 12. 18.)
- Zsolnai, A. (2017). *A szocialitás fejlesztése 48 éves életkorban. Módszertani segédanyag óvodapedagógusoknak és tanítóknak*. (4. kiadás). Mozaik Kiadó.

---

### The need to transform parental contact forms in light of today's challenges

The last decades have seen significant changes in both childcare and education. Social and emotional immaturity, pre-school and school immaturity, and a lack of digital awareness are major challenges for parents, teachers and professionals. These difficulties not only affect the personal development of individuals, but also have a long-term impact on the whole of society. Effectively addressing these problems requires a holistic approach, development tailored to children's individual skills and close cooperation between parents and teachers. This study aims to improve the cooperation between pre-school and family by rethinking traditional models of contact and exploring practical options in the context of pre-school education in light of today's challenges. Quality early childhood education is no longer possible without the cooperation of children's families. The advisory and facilitating role of the teacher has come to be of particular importance.

#### Keywords:

social and emotional development, kindergarten readiness, school readiness, cooperation, digital awareness