



Mesék és az érzelmi intelligencia fejlesztése kisgyermekkorban – Interjú Kerekes Valériával

Keresztesi Eszter

1. Kisgyermekkorban mindenki boldogan hallgatja a meséket szüleitől, nagyszüleitől. Önt mi indította arra, hogy a meséknél „maradjon”, hogy felnőtt korában is foglalkozzon velük? Minek köszönhető, hogy észrevette a mesék tanító, gyógyító hatását és fejleszteni kezdett velük?

Engem „mesei hármás út” vezetett erre az ösvényre. Hatalmas kincset kaptam az apai nagymamámtól, aki a II. világháború idején, 15 évesen szülte édesapámat. Egy gyerekkel a karján is, bizonyos értelemben ugyanaz a kislány maradt, s én később egy szerető, felnőtt-gyerek játszótársat kaptam az ő személyében, aki, ha éppen nem énekelt, mondókázott, vagy ölbéli játékot játszott velem, akkor mesélt. Nagyon-nagyon sokat. Életmeséket, népmeséket, saját kitalált meséket, tehát a mesélésnek minden verzióját elem tárta, s így nagyon korán megkaphattam azt az ösztönzést, ami miatt a későbbiekben a mesék felé fordultam. Már óvodás-, kisiskolás koromban hazaérve kiültettem a mackóimat a kanapéra, és eljátszottam nekik az egész napomat, s ebben is nagyon sok mesélés volt. Mindenbe belevittem azt, amit a nagymamám átadott, s ő élete végéig mesélt. Persze – mivel mindenki a saját szemüvegén keresztül nézi a világot, – akkor még azt hittem, hogy mindenkinek ennyit mesélnek, mindenkivel ennyit játszanak, ez a megszokott. A szüleim és a környezetem számára elég hamar világossá vált, hogy felnőttként majd tanítással és mesékkal fogok foglalkozni. A másik dolog ami errefelé terelt az az, hogy az egyetemen Dr. Hunyady Zsuzsa tanárnőhöz járhattam gyermekirodalom órára, ahol folytatódott a gyermekkori kapcsolódás a mesékhez. Sokat tanultam tőle. A harmadik dolog, ami miatt ezzel foglalkozom, szintén egy ajándék, nem is feltétlenül az én választásom. Az ELTE Tanító- és Óvóképző Karon való tanítás előtt, 15 évig az ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Karon dolgoztam oktatóként, ahová elég mesebeli módon kerültem. Amikor másoddiplomás-ként ott tanultam, egy vizsgán megkérdezte a tanszékvezető tanár, hogy szeretnék-e a Karon dolgozni, ami nagyon megtisztelő volt és boldogan fogadtam el a felkérést. Az akkor nyugdíjba menő kolléganő, Winkler Veronika, gyermekirodalmat és meseterápiát tanított, így ezeket a tárgyakat kaptam meg tőle. Mesebeli fordulatot vett az

életem, a gyermekkori szálak „összeértek” a tanulmányaim végével és egy lehetőséggel. Minden a mese felé „kalauzolt”, szinte törvényszerű volt, hogy ezt kell csinálnom.

2. A járvány sok téren hatással volt az emberek életére. Az óvodák is zárva voltak egy ideig és csak online térben tudtak a pedagógusok foglalkozásokat tartani. Ez az új helyzet hatással lehetett a meseolvasásra és annak szokásaira is. A legtöbb nagyszülő sem tudott személyesen mesélni unokáinak. A járvány alatt még jobban felértékelődött sokak számára a szülők személyes meseolvasása otthon. Milyen különbségek vannak a személyes meseolvasás és az online meseolvasás között? Lehetséges, hogy az online meseolvasás kevésbé fejleszti az érzelmi intelligenciát, mintha ugyanerre személyesen kerül sor?

Erre lehetne nagyon röviden azt válaszolni, hogy igen, lehetséges. Nyilván nem ugyanaz a hatása annak, ami személyes jelenléttel történik. Szerintem ezt a kérdést is érdemes több szempontból megközelíteni. Ha boncolgatnánk a kérdést, akkor végül azt állapítanánk meg, hogy akárhogyan is történt, jó dolog történt. Mert magának a mesélésnek az aktusa jött létre. Ez akkor is fontos, ha az online-térben történt, de az adott pillanatban valaki a képernyőn személyesen megjelent nekem, ott volt velem. Természetesen, ha személyes kapcsolat is van a mesélésben, az erősítheti az érzelmi intelligenciával járó összes tényező stabilizálódását, de a mesélés magában is fontos. Abban az adott időben az ember arra figyel, akinek mesél, tehát megszületik egy olyan „átjárás”, egy olyan híd a mesélő és a mesét hallgató(k) között, amiben az információáramlás elindul. Természetesen nem mindegy, hogy a gyerekek láthatták-e azt, aki mesél, vagy mindez csak felvételtől történt, a mesélő felolvasott-e vagy könyv nélkül mesélt, volt-e valamilyen interakció, beszélhettek-e a mesélővel a mese előtt vagy után. Az utóbbi tényezők mind befolyásolják a hatást. Nem tudok pontos adatokat mondani, a járványidőszak alatti hatásokról beszélni, mert nincsenek bizonyítékaim, de azt gondolom, hogy ha megtörtént a mesélés, az mindenképpen pozitív hatással történt meg, s csak abban van különbség, hogy az adott körülmények hogyan árnyalták a hatást.

3. Mi a szülők szerepe az érzelmi intelligencia fejlődésének támogatásában gyermekeiknél?

Én azt gondolom, hogy az elsődleges szerepe a szülőknek az, hogy stabilan jelen legyenek a gyermekek életében, s egy olyan érzelmi biztonságot nyújtsanak, amelybe mindig azonos intenzitással tud a gyermek belehelyezkedni. Ha ez nincs meg, akkor minden más nagyon labilissá válik és csak részlegesen tud megjelenni. A gyerek kötődése mindig az elsődleges nevelőjéhez lesz a legerősebb. Szerencsés esetben ezek a szülei, és a legjobb esetben két ember van mellette. Sajnos, sok esetben csak egy szülő neveli a gyermeket, de ha már egyhez stabilan kötődni tud, az is segíti őt. Hitelesen és önazonosan

jelen lenni a gyermekeink életében ez a kulcs. Fontos az is, hogy a nevelés, során világosan érzékeltessük a gyerekekkel, hogy ha egy cselekedetével nem értünk egyet, attól még ugyanúgy szeretjük őt. Ennek a tisztázása nélkül a gyerekek azonosítják a rossz cselekedeteiket és a büntetést azzal, hogy őket nem szeretik eléggé, vagy nem ugyanúgy szeretik különböző helyzetekben. Azt gondolom, hogy az érzelmi stabilitás a legfontosabb.

4. Mennyire tanulható a gyerekek számára a szülőktől és pedagógusoktól az érzések kezelése és kifejezése?

Fontos tudnunk, hogy a gyermek attól tanul, akivel van. Szerencsés esetben először a szüleivel, majd a pedagógusaival. Azokat a mintákat fogja elsődlegesen átvenni, amelyek a felnőttektől jönnek, a kortárs minták csak később lesznek hatással rájuk. Azt gondolom, hogy itt is a hitelesség és az önazonosság a legfontosabb. Kongruens személyiségnek lenni, úgy cselekedni, ahogyan érzünk, úgy kommunikálni, ahogyan gondolkodunk. Legyünk elég bátrak elmondani azt, hogy ma kicsit szomorúak, fáradtak vagy épp valami miatt dühösek vagyunk, hogy a nagyon alapvető érzelmeket megtanulja a gyerek megkülönböztetni. Sokszor a saját családi környezetben sem árnyalják az érzéseket. („Hogy vagy? - kérdezik egymástól. Amire a válasz: Jól.”) Megpróbálnak mindig vidámnak, mindig kiegyensúlyozottnak mutatkozni, de ezzel nemcsak a valós érzelmek elfojtására mutatnak példát a gyerekeknek, hanem szorongást is okoznak nekik, mert ők úgyis megérik, hogy valami nincs rendben, de ez a bizonytalanság feszültséget, félelmet, szorongást, rémületet ébreszthet bennük, ha nem tudják beazonosítani, amit éreznek. A hiteles személyiséget tudja megismerni a gyerek, azt az anyát, apát és pedagógust, akinek vannak jó és rosszabb tulajdonságai, jó és rosszabb napjai. Ez segíti a gyereket abban, hogy az érzelmi kezelését és kifejezését megtudja tanulni és biztonságban érezze magát.

5. Milyen szempontok szerint válasszanak a pedagógusok mesét az óvodában?

Először is az életkori sajátosságoknak megfelelően kell választaniuk. Ami nem nagy varázslat, hiszen minden óvodapedagógus a tanulmányai végére a gyermekirodalom és a fejlődéslelektan összefüggéseiben meg fogja tanulni azt, hogy milyen mesetípusok vannak, s a mesetípusok közül melyek azok, amelyek az óvodáskorú gyermekeket leginkább lekötik. Külön kell választanunk a népmeséket, a kortárs meséket és a műmeséket. Talán nehezebb a választás heterogén csoport esetén, ahol különböző életkorúak a gyerekek. Hiszen a szakirodalom négy és fél, öt éves kortól javasolja a tündérmeséket, a gyermekek viszont hivatalosan hároméves koruktól járnak óvodába. Vannak olyan tündérmesék, amelyek „veszélytelenebbül” elmesélhetőek, amelyekben nincsen még olyan csodás elem vagy fordulat, amelyek megértése gondot okozna nekik. Többféle mesetípusból válasszunk, az állatmeséket és novellameséket korhatárra való tekintet nélkül lehet mesélni és hallgatni, de

a tündérmeséknél érdemes egy kicsit óvatosabban választani. Persze céltól is függ, hogy mi a jó választás, lehet, hogy érzelmekkel szeretnénk dolgozni, s az alapján választunk, lehet, hogy élethelyzetre keresünk történetet.

6. *Mi az alapja az ön által kifejlesztett Mesét másként programnak?*

A *Mesét másként* program lehetőséget nyújt arra, hogy az óvodapedagógusok megismerhessék a népmesékben rejlő személyiségfejlesztő lehetőségeket, melyeket egy-egy választott történet érzelmi fókuszára (például félelem, bizalom, agresszió, elfogadás stb.) épülő tervezett készség-, képesség- és személyiségfejlesztő játékok segítségével, mindig az adott csoport aktuális érzelmi állapotához mérten tudnak alkalmazni. A *Mesét másként* programhoz kapcsolódó tevékenységben a mesék története, szereplői csak közvetetten jelennek meg. Minden foglalkozásnak állandó kerete van, ami magában foglalja a mese köszöntését és a tőle való elbúcsúztatást, illetve a mese fejből való elmondása utáni első kérdést, ami arra épít, hogy az elhangzott mesében ki milyen szereplő (élő vagy élettelen) vagy helyszín lenne a legszívesebben a mese meghallgatását követő első percekben (természetesen, a gyerekek szabadon dönthetnek, hogy megosszák-e a társaikkal a gondolataikat). A meséhez kapcsolódó játékok minden esetben egymásra épülnek, betartva a drámapedagógiában (is) fontos *fokozatosság* elvét. A megajánlott foglalkozások témakörei nem épültek egymásra, így az óvodapedagógusok a csoportjukon belül szabadon választhattak a szerint, hogy milyen célból használják.

7. *Hogyan tudjuk differenciáltan segíteni a gyerekeket az érzéseik kezelésében, a mesék feldolgozásában?*

A mesék feldolgozásában azzal segítünk a legtöbbet, ha időt adunk a gyerekeknek, hogy dolgozzon rajta belülről, ha minél kevesebb eszközt és megsegítést adunk. Először képzeleti síkon jelenjen meg számára az, amit hall. Ebben úgy tudjuk a legjobban segíteni, ha szinte semmilyen, vagy nagyon minimális (szemléltető) eszközt használunk. Tudom, hogy ez furcsának hangzik, de én úgy látom, hogy olyan mértékben nőtt meg a gyermekekre özőnlő ingerek mennyisége, hogy nagyon kevés lehetőségük és alkalmuk van arra, hogy „csak” a képzeletükkel dolgozzanak, hogy a fantáziájukat tudják használni, fejleszteni. Erre épp egy jó lehetőség, ha mesélünk egy történetet és hagyjuk, hogy elidőzzön a történetben. Ha nagyon akarjuk, hogy valamilyen visszajelzést tegyen, akkor megkérdezhetjük, hogy ő hol képzelel el magát ebben a történetben, vagy ebben a pillanatban ki szeretne legszívesebben lenni. Lehet szereplő, lehet tárgy, bármi, de adjunk neki lehetőséget arra, hogy újra belemélyedjen a történetbe, elképzelje azt. Ha utána foglalkozni akarunk a mesével, akkor is hagyjunk időt arra, hogy ő maga találja meg benne azt, ami a számára fontos volt, vagy ami ebben a történetben most őt megfogta, s hogy a szabad játékában ezt tovább tudja vinni. Ha kifejezetten arra törekszünk, hogy a csoportunkon

belül differenciáljunk, ha látjuk, hogy vannak bizonyos problémák, s arra szeretnénk megoldást vagy megsegítést találni, akkor pedig ezt játékokkal tudjuk elérni. Nyilván olyan közvetett játékokkal, amelyek azt a problémát vagy érzést járják körbe. *AMesét másként* program ebben segíti a pedagógusokat, hogy egy-egy felmerülő vagy visszatérő probléma köré szervezzenek olyan játékokat, amelyek nem közvetlenül hatnak a gyerekekre. Azt gondolom, hogy a meséknek épp az a szerepe, hogy „csak úgy” legyenek a gyerekek fejében és ne kelljen velük feltétlenül csinálni valamit, vagy gondolkodni rajtuk. Persze használjuk őket eszközként nagyon sok tevékenységben, de ha mesélünk időt kell hagynunk arra, hogy úgy lehessünk a történetben, mint amikor fekszünk a víz tetején és hallgatjuk annak morajlását.

8. Folyamatosan fejlődő világunkban, ma már sok óvodáskorú gyerekeknek saját elektronikus eszköze(i) van(nak) vagy legalábbis hozzáférésük van ilyen eszközökhöz, amíg én a gimnázium első évében kaptam meg az első telefonomat, a szüleim pedig csak felnőttkorukban. Nagyon sok olyan korlátlan tartalomhoz jutnak hozzá gyerekek, amiket még nem értenek, nem tudnak feldolgozni és ez nyomot hagy bennük, legyen az mese, film, videójáték, vagy felnőtteknek szánt videók YouTube-on, TikTok-on. A feszültséget érzik, tapasztalják, de a feszültség feloldása hiányzik. A szülők próbálják felügyelni a gyerekeiket, a pedagógusok is figyelnek erre, de nehéz elkerülni, hogy valahol máshol ne találkozzanak ilyesmivel. Mit javasolna ez ügyben?

A gyerekek leginkább azért jutnak hozzá digitális eszközökhöz, és ez által olyan tartalmakhoz, amelyek nem az életkoruknak megfelelőek, mert nincs más lehetőség, amit választhatnak. Amennyiben a szülő a saját példájával nem erősíti a gyermekben az eszközhasználat nélkülözhetlenségének érzését, úgy a gyermeknek természetes lesz, hogy az őt körülvevő játékokat válassza. Amennyiben a felnőtt is bekapcsolódik a játékba, szinte kizárt, hogy a gyermek magától az eszközt választaná a játszótárs és játék helyett.

Hogyan segíthetnek ezt kezelni és feldolgozni a pedagógusok?

Elsősorban úgy, hogy a tevékenységeiket a játék köré szervezzük, sokat mesélnek és meséltetnek (saját történeteket) a gyermekekkel.

A szülők mit tehetnek, ha gyermekükben valami nyomott hagyott és nem tudja értelmezni?

A kulcsszó: megelőzés. Amennyiben ragaszkodnak a különböző digitális eszközökhöz, együtt nézzék a gyerekekkel az ott lejátszott tartalmakat, hogy azonnali visszacsatolást tudjanak adni egy-egy felmerülő kérdésre vagy ők maguk tudjanak reagálni, ha észreveszik a gyermekben, hogy szorongani kezd egy látott tartalom.

9. Van néhány „örök kedvenc” meséje, amit mindenképp ajánlana pedagógusoknak, óvodai használatra?

A magyar népmesék közül (a teljesség igénye nélkül): A só, Kacor király, Furulyás Palkó, Macskacicó, A medve és a macska című meséket.

10. Vannak olyan szülők és pedagógusok, akik néhány klasszikus mesét „tiltólístára” tettek, mert „túl erőszakosak és félelmetesek a gyerekek számára”. Ide sorolható például a Piroska és a farkas, Hófehérke, Jancsi és Juliska vagy a Hamupipőke. Én is ezeken a meséken nőttem fel, úgy érzem, mégsem okozott bennem kárt vagy lelki sérüléseket. A gyerekek nem felnőtt szemmel értelmeznék egy mesét. Azok a szülők, akik nem olvasnak ilyen meséket minden bizonnyal jól akarnak gyermekeiknek és védeni szeretnék őket. Azzal is lehet kárt tenni, ha egyes szülők és pedagógusok túlzottan óvják a gyerekeket?

A túlzott óvás háttérben leginkább a szülő/pedagógus bizonytalansága és félelme dominál. A megküzdési stratégiáknak sokféle módja lehet. A szülői minta domináns, de egy gyermek életében a szülők mellett más minták is megjelennek. Annak, hogy milyenné válik az önbecsülésünk sok befolyásoló tényezője van az életkor előrehaladtával. Bizonyos értelemben kihathat az érzelmi intelligencia fejlődésére, igen, de visszautalva az előző válaszra, számos egyéb tényező (nagyszülők, pedagógusi minták, kortársak stb.) egyaránt hatnak a gyermek érzelmi fejlődésére.

11. Az „esti mese” remélhetőleg a legtöbb családban ismert fogalom. Figyelembe kell-e vennünk az esti mese idejében és tartalmában, hogy a történet feldolgozása befolyásolhatja gyermekünk álmait?

A mesélés tartalmát mindig felülmúlja a közösen eltöltött idő, az együttlét megélése. Viszont fontos, hogy az elkezdett mesét akkor is fejezzük be, ha közben a gyermekünk „belealudt” a történetbe.

12. Mit üzen a leendő és a már hivatásukat végző pedagógusoknak?

Bátran meséljenek a gyerekeknek, ne csak meséket, saját élettörténeteket is. Egy-egy ismeret bevezetését is izgalmas lehet, kerettörténetbe ágyazni, például *Amikor ma ideértem az óvodába/iskolába, egy levél várt az asztalomon. Izgatottan nyitottam ki. Képzeljétek, egy manó írta. Arra kért, hogy meséljem el nektek, hogy...*

Köszönöm szépen a válaszait!