

Könyvismertetés

Dorothee Gutknecht – Maren Kramer: Mikrotransitionen in der Kinderkrippe. Übergänge im Tagesablauf achtsam gestalten. (= Mikroátmenetek a bölcsődében. A napi rutin átmeneteinek gyermekbarát alakítása). Verlag Herder, Freiburg/Basel/Wien. 2018. ISBN E-Book 978-3-451-81231-6

MÁRKUS ÉVA

Eötvös Loránd Tudományegyetem, Tanító- és Óvóképző Kar

A kisgyermekkorai pedagógiával foglalkozó színes, igényes kiállítású, 111 oldalas szakkönyvet *Dorothee Gutknecht* és *Maren Kramer* jegyzi. A szakkönyv immáron a negyedik abban a sorozatban, ami az elmúlt években bölcsődében dolgozó szakemberek számára megjelent; a korábbi kötetek az alvás, a harapás és az étkezés témáját járták körül. A könyv 7 fejezetből és irodalomjegyzékből, valamint rövid internetes linkgyűjteményből áll, ami az átmenetet segítő dalok forrását adja meg. A könyv célja, hogy segítséget adjon a bölcsődékben dolgozó pedagógusoknak és szakembereknek a mikroátmenetek helyes kezeléséhez. A bölcsődében eltöltött nap több mint felét teszik ki a mikroátmenetek, mint pl. a játékból az étkezésbe történő átmenet, a csoportszobából a mosdóba vagy bentről kintre kísérése a gyerekeknek. Ezek egyben a legnehezebb és legstresszesebb helyzetek is. A gyerekek sokszor kiabálnak, sírnak ezekben a helyzetekben vagy kihívóan viselkednek. A könyv választ keres olyan kérdésekre, mint hogyan kezeljük azt a helyzetet, mikor a gyermeknek abba kell hagynia játékot, de nem szeretné, és emiatt sírni kezd? Hogyan szervezhetjük jobban az átmenetet, hogy a gyermeknek ne kelljen például 10 percig síroverállban állniuk, míg kijutnak a szabadba, és közben elveszítsék a türelmüket? A könyv gyakorlatorientáltan igyekszik számba venni az összes fontos átmenetet. A szerzők: Maren Kramer egy heilbronni bölcsődében dolgozó pedagógus, valamint a Freiburgi Evangélikus Főiskola oktatója. Prof. Dr. Dorothee Gutknecht a Freiburgi Evangélikus Főiskola oktatója, szakterülete a 0–3 éves gyer-

mekek pedagógiája, a nyelv és az inklúzió. Számos bölcsődepedagógiával foglalkozó szakkönyv szerzője.

A könyv első fejezete definiálja a mikroátmenet (mikrotranzíció) fogalmát. Ezek olyan, a nap folyamán többször is bekövetkező változások a gyermek hétköznapi rutinjában, mint a helyszínek, tevékenységek vagy a személyek változása, például amikor a délelőtti és a délutáni pedagógus váltja egymást. A pedagógusnak fel kell készülnie rá, hogy a kisgyermekből erős érzelmi reakciót válthat ki a napi ritmus változása. A fejezet foglalkozik a nagy átmenetekkel (pl. a gyermek elkezd bölcsődébe járni) és az ún. transzfer helyzetekkel is.

A második fejezetben a rezponzivitásról olvashatunk az átmenethelyzetekben. Rezponzivitás alatt professzionális válaszolási (vizonzás)magatartást értünk. A szülő vagy a pedagógus képes felismerni a gyermek jelzéseit és igényeit, azokat megfelelően tudja értelmezni és gyorsan és finom érzéssel reagál rájuk, megválaszolja őket. A rezponzív pedagógus-gyermek kapcsolat csökkenti az átmenet okozta stresszt. A fejezetben szó esik a szeretetteljes, gondoskodó érintés és a hangfekvés szerepéről. A szerzők kitérnek a mondókák, érintős versikék stresszcsökkentő szerepére is, valamint arra, mennyire fontos a sietség és a hektika elkerülése az intézményben.

A harmadik fejezetből megtudjuk, mire jók az átmenetek, mit tanulhatnak belőle a gyerekek, mit profitálhat a pedagógus ezekből a helyzetekből kisgyermeknevelőként. A pedagógus úgy tudja segíteni a gyermeket a

mindennapi életben, ha kialakul egy 'forgatókönyv' a bölcsődei életében, ami a gyermek számára állandó, és világossá teszi számára, mikor mi következik, hol és mikor hogyan kell viselkednie, mi történik vele pontosan, és mi vár rá a következő lépésben. Ha kialakul a 'forgatókönyv', akkor a gyermek biztonságban érzi magát a bölcsődében. Kisgyermeknevelőként az átmenetekben magas tanulási potenciált fedezhetünk fel: fejleszthetjük a gyermek önszabályozását, az öngondoskodás kialakulását. A nyelvi fejlődés szempontjából is kínálnak ezek a helyzetek fejlesztési lehetőséget. Mikor a kisgyermek még nem beszél, abban a szakaszban fontos, hogy a pedagógus pl. egy öltöztetési helyzetben mindig mondja el hangosan, mit csinál éppen ő maga, illetve a gyermek cselekedeteit is megnevezheti. A szerzők nagyra tartják a Pikler pedagógia módszereit, és hivatkoznak is rá a könyvben.

A negyedik fejezet az énekléssel és a mondókákkal foglalkozik. Ezek segíthetik az átmenet gördülékeny lefolyását. Az éneklés csökkenti a stresszt: mélyül a légzés, ellazul az izomzat, a test felmelegszik. A rímek, mondókák is alkalmasak a stressz csökkentésére, ha szeretetteljes érintés kíséri őket.

Az ötödik fejezetben a szerzők a bölcsődei terek közötti átmenettel foglalkoznak. Ha a teremváltás közben lépcsőzni kell, vagy folyosón végigmenni, az megnehezíti a gyerekek számára a helyzet elviselését. A szerzők az átmenet folyamatában ún. állomásokat jelölnek ki. Ilyen állomások például az étkezésből az alvásba történő átmenetnél a tányérok elrakása, a kézmosás vagy a pelenkázás. Az átmenet folyamatában ún. utakat is megkülönböztetnek a szerzők. Ezek vezetnek egyik állomástól a másikig, és ezeken figyelni kell az ajtókra, lépcsőkre, sarkokra, hosszú folyosókra. Az ún. megállókat rövid várakozási időket jelentenek, például a lépcsőházba vezető ajtó előtt. A várakozást megkönnyíti a gyermek számára, ha a falon képeket talál, amik lekötik a figyelmét. A pelenkázásra vagy az étkezésre, öltöztetésre történő várakozás a kisgyermek számára meglehetősen hosszú lehet, és rosszul viseli, különösen, ha éhes, fáradt vagy izgatott. Érdeemes ezekre a helyzetekre olyan

kis szigeteket berendezni a kisgyermek számára, ahol elfoglalhatja magát valamilyen játékkal vagy képeskönyvvel, míg várakozni kényszerül.

A hatodik, egyben leghosszabb fejezet témája a különböző tevékenységek közötti mikroátmenetek. Az öltöző példának okáért jellemző helyszíne a mikroátmenetnek, hiszen itt öltöznek fel a gyerekek, mielőtt kimennek az udvarra, és itt vetkőznek le, miután bejöttek onnan. Ide érkeznek reggel, itt válnak el a szülőtől. A kisgyermeknevelők egy tanulmány szerint inkább negatívan tekintenek az öltözői helyszínre, mert az öltöztetést nehéz, megerőltető feladatnak látják, így nem is tekintik olyan helyszínnek, ahol alkalmuk lenne a gyermek képességeit fejleszteni. Pedig a kisgyermek megtanul(hat)ja ezekben a helyzetekben a testi észlelést: ha hideg van, fázom, felveszek egy pulóvert. Az öltözködés apró fogásait is meg lehet tanulni: hogy tudok belebújni a nadrágba. A szerzők mindenekelőtt azt ajánlják, hogy a pedagógusok osszák fel a bölcsődei csoportokat részcsoportokra, mielőtt az öltözőbe mennek, így elkerülhető a tumultus, és az ezzel esetlegesen együtt járó harapás, lökdösődés vagy verekedés. A részcsoportok kialakítását a nagyobb gyermekekkel együtt is megtervezhetik a pedagógusok, segítségül hívva például a gyerekek fotóit. A szerzők arra is felhívják a figyelmet, milyen fontos, hogy hogyan és minül a gyermek, miközben öltöztetik. Ha az öltözőpadon vagy sámlin, akkor fontos, hogy a lába leérjen a földre, mert ez ad neki stabilitást és biztonságot. Mivel ez a nem megfelelő bútorzat miatt nem mindig adott, a kisgyermeknevelő gyakran térdben behajlított lábbal a sarkán ülve öltözteti a gyermeket, így a lába a pedagógus combjára támaszkodhat. Ez azonban a szerzők szerint nagyon megterheli az ízületeket, így állítható magasságú sámlik beszerzését ajánlják. Külön alfejezetben foglalkoznak a nyári időszak teendőjével, amikor a gyermekeket naptejgel kell bekenni, és a téli időszak problémájával: hogyan akadályozzuk meg, hogy a már téli ruhába öltöztetett gyermek kimelegedjen, míg várakozni kényszerül a többi gyermekre, és együtt kimennek az udvarra. Szintén külön foglalkoznak a kinti le-

vegőzés utáni bejövettel az öltözőbe: ha túl kevés idejük volt a gyerekeknek a kinti játékra, akkor nehéz lesz őket újra az épületbe visszavinni. Itt is segíthet egy jól megválasztott dal, a közös éneklés. Szintén problémás lehet a szabad játékból átvezetni a gyermeket más tevékenységekbe, erre a helyzetre is sok ötletet és konkrét példákat (világoskék háttérű szövbuborékokban) olvashatunk a szerzőktől. Gyakran mondatajánlásokat is adnak, például: „Manon, Te a kék teherautóval játszottál. Nézd csak, hogy tudna beparkolni a dobozába.” A szerzők a „reggeli körrel” is foglalkoznak, amit sok szakember kritizál. Megvizsgálják minden oldalról, mellette és ellene szóló érveket is felsorakoztatnak. Az étkezésekhez vezető átmenetnek és az azokból kivezető átmeneti helyzeteknek is külön alfejezetet szenteltek a szerzők, kitérve ebben olyan apró, de nagyon fontos részletre is, mint a gyermekbarát étkezőasztal és szék jellemzői, vagy az, hogy legyen-e meghatározott ülőhelye a gyermeknek az étkezéseknél vagy inkább szabadon választhassanak helyet maguknak. Az alvásba, illetve pihenésbe való mikroátmenet a 6.4 alfejezet témája. Itt hivatkoznak a szerzők korábbi, kimondottan az alvással foglalkozó munkájukra (Kramer & Gutknecht, 2016¹). Kitérnek a pelenkázás, a kéz- és fogmosás megfelelő időpontjára, az alváshoz való átöltözésre, majd az ébredési szakaszra, valamint a pihenés kérdésére. A gyermeket nem szabad az alváshoz kényszeríteni, ha nincs rá igénye. Számára inkább a pihenési, kikapcsolódási szakaszok a megfelelőek (ekkor képeskönyvet nézeget vagy sétál, esetleg homokkal, vízzel játszik stb). A 6.5 alfejezet témája a kézmosás, pelenkázás, vécézés. A napi többszöri kézmosás kihívást jelent a pedagógusnak, mert a kisgyermek ebben inkább a vízzel való játékot, kísérletezést látja – aminek gyakran az a következménye, hogy annyira vizes lesz a szétszpriccelő víztől, hogy át kell öltöztetni –, míg a kisgyermeknevelő inkább a tisztítás funkcióját látja a kézmo-

sásban. A kézmosásnál is kialakulhatnak várokozási helyzetek, melyek kezelésére ötleteket ad szerzőpáros. Hangsúlyozzák a szappannal való kézmosás fontosságát (nem csupán tiszta vízzel, habár az lerövidítené a kézmosásra fordított időt), valamint azt a tényt, hogy a kisgyermek csak 4 évesen tud önállóan és helyesen kezét mosni. Ennek a képességnek a megszerzésére a kisgyermeknevelő fel tudja készíteni őt. A mosdóban kihelyezett plakátok is segíthetik a gyermek ezirányú tanulási folyamatát. Fontosnak tartják a szerzők többek között, hogy kellő magasságban legyenek elhelyezve a mosdókagylók, és hogy a melegvíz hőmérséklete ne haladja meg a 43 Celsius fokat a forrázásos balesetek elkerülése végett. A pelenkázásnál fontos, hogy a gyermek ne passzív módon vegyen részt benne (elkerülendő a futószalagon való pelenkázás), hanem építsen ki vele a pedagógus aktív kapcsolatot, beszéljen hozzá, figyeljen a jelzéseire és vegye azokat figyelembe a tevékenysége közben. Soha ne 'kapjuk el' szótlanul a gyermeket, és vigyük pelenkázni, anélkül, hogy ne mondanánk el neki előzetesen, mi fog most történni vele. Olvashatunk arról is, hogy állva vagy fekve, hogy egyedül, vagy csoportban jobb-e pelenkázni.

A hetedik, utolsó fejezet a személyi váltások mikroátmeneteivel foglalkozik. Az elválás reggel a szülőktől nehéz, nap végén viszont a pedagógusoktól való elválás esik nehezebbre a gyermeknek. A kisgyermeknevelő pedagógusok napi, műszak szerinti változása is kihívást jelent a kisgyermeknek, amire sírással vagy szomorúsággal, kedvetlenséggel reagálhat. A reggeli elválásnál többek között nem tanácsolják a szerzők, hogy a szülők egy óvatlan pillanatban, mikor a gyermek épp nem figyel, elmenjenek. Ennek a rendkívül nehéz helyzetnek a kezelésére is több ötletet találunk a könyvben. Az elválást megkönnyíti például egy tárgy (plüssállat vagy a mama sálja), ami a családhoz való kötődést jelenti a gyermek számára, ami ottmarad vele a bölcsődében, miután elvált a szülőtől.

A könyvben található színes fényképeket *Gudrun de Maddalena* készítette. A szakkönyv tanulmányozását ajánlom minden bölcsődében dolgozó szakembernek és a

¹ Kramer, M. & Gutknecht, D. (2016): *Schlafen in der Kinderkrippe. Achtsame und konkrete Gestaltungsmöglichkeiten*. Herder, Freiburg.

téma iránt érdeklődő szülőknek, a pedagógusképzésben (csecsemő- és kisgyermeknevelő alapszak) dolgozó kollégáknak és tanuló hallgatóknak, valamint az önkormányzati és a politikai döntéshozóknak. A könyv az átmenet témáját több szempontot figyelembe véve járja körül alaposan. Nagy erénye, hogy ezt a látszólag 'jelentéktelen' témát választotta a könyv tárgyaként, amit első ránézésre nem

találunk fontosnak, mitöbb elhanyagolhatónak tekinthetünk, de a könyv elolvasása után rájövünk, hogy az átmenetek igenis sok időt vesznek igénybe a bölcsődei életben és fontos pedagógiai haszna is van ezeknek a tevékenységeknek. A szerzők a legújabb angol és német nyelvű szakirodalmi művek eredményeit használták a könyv megírásakor.

Márkus Éva (2019): Dorothee Gutknecht – Maren Kramer: Mikrotransitionen in der Kinderkrippe. Übergänge im Tagesablauf achtsam gestalten. (= Mikroátmenetek a bölcsődében. A napi rutin átmeneteinek gyermekbarát alakítása). Verlag Herder, Freiburg/Basel/Wien. 2018. ISBN E-Book 978-3-451-81231-6. *Gyermeknevelés*, 7. 1. sz., 108–111.