

Talabér Dominika, óvodapedagógus

A mese fontossága

Sok olyan óvodás van, aki kimarad az olvasás, a történetmesélés élményéből. A kutatások szerint ők kevésbé lesznek később motiváltak az olvasásra, nagyobb valószínűséggel küzdenek majd tanulási nehézségekkel. Ez azzal is összefügghet, hogy akinek rendszeresen mesélnek, azzal valószínűleg többet is beszélgetnek, játszanak a szülők, és ez fordítva is igaz – mondta az Eduline-nak **Kovácsné Kelemen Anikó óvodapszichológus**, aki az iskolaérettségről, a túlzásba vitt "képernyőzés" hatásairól is beszélt.

„Egy iskolába készülő gyerek ilyet nem csinál, ezért ott egyes jár, na, majd a tanító néni” – sokszor ilyen és ehhez hasonló mondatokkal terhelik már 6-7 éves óvodásokat az iskolával kapcsolatban a pszichológus szerint, aki úgy látja az iskolától való szorongás már óvodás korban kialakulhat a gyerekekben. A szülők aggodása – gyerekük megállja-e a helyét, felveszik-e majd a kiválasztott iskolába – átragad rájuk is, és a nagy felhajtás miatt ők is elkezdnek izgulni. Mindezt a gyerekek pedig nem feltétlenül tudják a helyén kezelni – azt érezhetik, hogy velük nem stimmel valami, nem elég okosak, jók, ez pedig szorongáshoz vezethet.

Iskolaérett-e a gyerek?

Az iskolára ugyanakkor „meg kell érniük” az óvodásoknak – ez külön vesszőparipája lehet a szülőknek, aggodhatnak azon, vajon időben iskolaéretté válik-e gyerekük, és ha nem, azt akár kudarcként is képesek megélni – ezt az érzést szintén továbbadhatják a gyereküknek is.

Az iskolaérettség kritériumai között egyébként – sok más mellett – pszichés tényezők is szerepelnek, ilyen például: *az érzelmi kiegyensúlyozottság, a kudarctűrés vagy éppen az alkalmazkodóképesség* – tette hozzá Kovácsné Kelemen Anikó. A törvény szerint az az óvodás, aki az adott év augusztus 31-ig eléri a hatéves kort, tankötelessé válik, vagyis abban az évben (legkésőbb az azt követő évben - vagyis hétévesen) megkezdheti tanulmányait az általános iskola első osztályában. Ha nem egyértelmű, hogy iskolaérett-e egy óvodás, akkor az illetékes Pedagógiai Szakszolgálat végez iskolaérettségi vizsgálatot.

Családrajz – szülők nélkül

A gyerekek fejlődését, ezzel együtt az iskolaérettségüket az is nagyban meghatározza, hogy a szülők hogyan kezelik a telefon- vagy tablethasználatot, és az sem mindegy, hogy mennyit mesélnek, beszélgetnek velük – véli a pszichológus, aki azt tapasztalja, hogy az oviba érkező gyermekek jó része aktívan használ, kisebb része már birtokol is tabletet vagy érintőképernyős telefont. Ezek lekötik őket, de ha a használatuk nincs korlátozva, és mellette nincs megfelelő mennyiségű és minőségű külső inger, akkor az idegsejtek közötti kapcsolódások nem fejlődnek ki teljesen, ami az érintett agyi területen

funkcióromláshoz vezet – mondta Kovácsné Kelemen Anikó, hozzátéve: ilyenek lehetnek például a beszédfejlődési zavarok, a mozgásfejlődésbeli elmaradások, a figyelemzavar vagy az empátiahiány.

Amikor a családrajön a gyerek nem a szüleit, hanem kedvenc mesefiguráját rajzolja maga mellé, akkor érdemes elgondolkodni – véli a pszichológus. A túlzásba vitt kütyüzés nemcsak megfosztja a gyerekeket a valódi élményektől, kapcsolatoktól, de túlingerli az idegrendszerüket is. Az érzékelési túlterhelés alváshiányt, hangulatingadozást, fokozott ingerkeresést is okozhat (elektronikusképernyő-szindróma), szélsőséges esetben szövetsorvadás jöhet létre az agy szürkeállományában – mondta Kovácsné Kelemen Anikó.

Mi az a külső inger, amiből minél több kell? *Elsősorban az aktív mozgás és beszélgetés a gyerekekkel, a ringatás, a testi érintés, a törődés és a szeretet – sorolta a pszichológus, hozzátéve: szerencsére sok szülő tudatos, észszerű keretek között, fokozatosan engedik be gyerekük életébe a technikát. Az ő gyerekeik számára a képernyőzés nem magányos, hiánypótló tevékenység, hanem közös, örömteli élmény.*

A mozgás fejlődése

Ma a gyerekek napjainak nagy része biztonságos terepen zajlik: sima padlón tanulnak meg járni, lekerekített sarkokkal, sima bútorokkal, egyenletes felületekkel találkoznak – magyarázta a pszichológus, hozzátéve: ezek kevésbé ingerlik érzékeiket. Keveset másznak fára, ugranak át patakon vagy egyensúlyoznak árokparton. Ez a változás sajnos rossz hatással van a mozgásfejlődésre, ami miatt egyre több kicsinek van szüksége speciális mozgásfejlesztő terápiára. A kevés mozgás később akár beszédhibák kialakulásához is vezethet. A Göttingeni Egyetem igazolta is ezt, ráadásul a gyerekeknek – hívta fel a figyelmet korábban Vekerdy Tamás – „nem tornáznuk kellene, hanem rohangászni egy nagy kertben, nagy udvaron, mászható fákon, billegő pallókon”. A finom mozgások pedig (például a rajzolás, az írás) akkor tudnak megfelelően fejlődni, ha a nagymozgások rendben vannak, emellett finommotorikát is lehet fejleszteni olyan hétköznapi dolgokkal, mint a gyurmázás, a gyöngyfüzés, a borsópucolás vagy a narancshámozás – tette hozzá Kovácsné Kelemen Anikó.

Közös tv-nézés

„Csak mese, nem igaziból történik” – a pszichológus szerint hiába magyarázzák ezt a szülők a gyerekeknek, érzelmileg nagyon erősen hatnak rájuk a filmek, amit az óvodás korú gyerekek a képernyőn látnak, azt valóságként élik meg. Kovácsné Kelemen Anikó sok olyan óvodást ismer, akik otthon akár 12-es vagy 16-os karikás filmeket is megnézhetnek. „Újra és újra kérik az egyébként ijesztő jelenetek, filmek lejátszását, hiszen ami ismerős, már kevésbé kelt félelmet. A félelemkeltő tartalmak akár komoly szorongást is eredményezhetnek, ami okozhat rossz álmokat, napközbeni nyugtalanságot, viselkedésbeli problémákat vagy olyan tüneteket, mint az ágybavizelés, körömrágás.”



A pszichológus úgy véli, *jó lenne, ha az ovisok csak a valóban nekik szóló, rövidebb meséket néznék úgy, hogy közben a szülővel együtt megbeszélhetnék a látottakat. A közös mesenézés így akár tartalmas programmá is válhat.*

A felgyülemlett feszültség

A gyerekek agya aktív tevékenység közben folyamatosan úgynevezett belső képeket készít, vagyis a gyerekek el is képzelik, amit játszanak. Ez a folyamat segíti őket az élmények feldolgozásában – mondta Kovácsé Kelemen Anikó, hozzátéve: a képernyő bámulása mellett mind a mozgás, mind a belső képkészítés gátolva van, hiszen a gyermek mindent készen kap. Ezért egy hosszabb mese után a felgyülemlett feszültség túlmozgásban, nyűgösségben nyilvánulhat meg. A pszichológus a háttértévézést sem ajánlja: kutatások szerint a passzív médiafogyasztás tartalomtól függetlenül akadályozza a társas érintkezést. Bekapcsolt tévé mellett csökken a szülő-gyermek beszélgetés aránya, a gyermekek több időt töltenek el csendben (ez ráadásul a beszédfejlesztő mesékre is igaz), és kevésbé elmélyült a játéktevékenységük – tette hozzá.

Mese, mese, mese

„Sajnos sok olyan kicsi van, aki kimarad az olvasás, a történetmesélés élményéből - jegyezte meg a pszichológus. Az **Ohioi Egyetem kutatásából nemrég kiderült, az amerikaiak esetében például minden negyedik gyereknél azt lehet mondani: *soha nem olvastak nekik mesét.* Ez azért is szomorú adat, mert a későbbi - iskolában is szükséges - feladatokban, mint például szövegalkotásban hátránnyal indulhatnak. A pszichológus szerint *nagyobb valószínűséggel küzdenek majd tanulási nehézségekkel azok a gyerekek, akiknek még nincs akkora szókincsük, gyakorlatuk, mint akiknek rendszeresen olvastak, történeteket meséltek.* Mindez azzal is összefügghet, hogy *akinek rendszeresen mesélnek, azzal valószínűleg többet is beszélgetnek, játszanak a szülők, és ez fordítva is igaz - tette hozzá Kovácsné Kelemen Anikó. A már időben (óvodáskorban) elkezdett ilyen jellegű fejlesztés - a sikeres önálló szövegalkotáson kívül - önbizalmat, magabiztosságot is adhat még a felnőttkori kommunikációs helyzetekben is - írják az Anyanyelv-pedagógia folyóirat cikkében.***



"A meseolvasás ráadásul erősíti a kötődést és a kapcsolatot szülő és gyermek között, de az érzelmi töltet mellett számos fejlesztő hatással is bír. A mesekönyv lapozgatása közben szinte észrevétlenül kapcsolódnak össze a betűk a kimondott szavakkal, ami növeli a kicsik olvasásra való fogékonyságát, motivációját. A rendszeres mesehallgatás bővíti a szókincset, fejleszti a figyelmet, a nyelvi képességeket, az emlékezetet és a fantáziát is" – mondta a pszichológus. Utóbbira például különösen érvényes a közös történet kitalálása: van, hogy a szülő a gyerekekkel együtt talál ki történeteket, folytatásos „regényeket”. Bár mindez meghosszabbítja az esti rituálét, örömet okoz a gyermeknek és szülőnek is” – tette hozzá a pszichológus