

### **A mesékkel történő fejlesztő tevékenységek jelentősége a pedagógiában**

A mesék jelentőségét, szerepét, hatásrendszerét számos szakember, meseterapeuta, pszichológus, pedagógus vizsgálta, kutatja (Bettelheim 1988; Boldizsár 2010, 2013, 2016, 2018, 2019; Kádár 2012, 2013, 2014, Kádár-Kerekes 2017; Nyitrai 2017; Csóka 2022).

A meséknek nagy szerepe van a mindennapi életünkben, az oktatásban, a gyógyításban. Boldizsár Ildikó szerint *„az egészséges mentális fejlődéshez nagy szükség lenne annak a komplex tudásanyagának az átadására, amely évszázadokon keresztül folyamatosan megtörtént, aztán egyszer csak megszakadt. Ez azért is lényeges, mert a mesék olyan létfontosságú tapasztalatokhoz juttatják a gyerekeket, fiatalokat, amelyek megkönnyítik a külső és belső világban való eligazodásukat”* (Boldizsár, 2019, 18 old.). A mese a mesét hallgatók számára örömforrás, közösségi élmény, a feszültségoldás, stresszkezelés, felfrissülés lehetősége, ami a mesemondó személyiségét is gazdagítja, segíti a belső harmóniájának megtalálásában. *„A mese gyengéd, szelíd terápiás módszer. Nem várja el és nem kényszeríti a kitárulkozásra. Bár a meghallgatott történet befészkel magát a lelkünkbe, mégsem provokálja feltétlenül az azonnali változtatást, csak gondolkodásra készíti”* (Csóka, 2022, 169. old.). Mintául szolgál számunkra, ősi igazságokat, útmutatókat közvetít felénk. A különböző vizsgálatok azt mutatták, hogy azok az 5-6 éves gyermekek, akiknek szinte minden nap mesélnek, másfél évvel fejlettebbek értelmileg és szociálisan azoknál, akiknek nem mesélnek (Nagy 2017:8) Nyitrai Ágnes kutatásai igazolják, hogy a mesélés a szociális kompetencia, a gondolkodás, az anyanyelv spontán fejlesztője. Ezek mellett azt is ki kell emelnünk, hogy a közös mesélés az egymásra hangolódást, a jelenben levést, a flow élmény kialakulását támogatja. Nagy József kutatásaiból az is kiderül, hogy a gyakorlott olvasóvá válás feltétele a kritikus szóképzlet (leggyakoribb 5000 szó) ismerete. (Nagy 2006) A mesék szövegeiben előforduló szófordulatok, kifejezések, a kisgyermekkorától megvalósuló folyamatos mesélés ennek a szóképzletnek a gazdagítását támogatja. Természetesen az életkorokhoz kapcsolódó mondókákkal, énekekkel, gyermekjátékokkal. Az olvasóvá válás folyamatában az is nagy jelentőséggel bír, hogy szülőként mesélünk-e a gyermekeinknek és ha igen mennyit.

A Metamorphoses Meseterápiás Módszer Boldizsár Ildikó mesekutató, meseterapeuta által került kidolgozásra. *A meseterápia során abból indulunk ki, hogy nincs olyan élethelyzet, amelynek ne lenne meg a mesebeli párja. A mesékben benne van az a lehetőség, hogy mindazt, ami a világban rosszul működik, meg tudjuk változtatni.*” (Boldizsár, 2019, 23 old.). A mesék oktatásban történő felhasználása nagyon szerteágazó. A többnyire az alsó tagozatos oktató-nevelő munkában – a különböző tantárgyakban integráltan megjelenő – nélkülözhetetlen szerepet betöltő műfaj azonban minden életkorban iránymutató lehet. Éppen úgy az olvasói kultúra kialakításában, mint a pályaválasztásnál, az első szerelmeknél, a kamaszkori útkeresésben, a környezeti nevelésben vagy az érzelmi intelligencia fejlesztésében, továbbá a pedagógussá válás folyamatában is. Ahogy Kádár Annamária fogalmaz: *„A mesét hallgató gyerekekben kialakuló belső képeknek hatalmas jelentőségük van, mivel ez az érzelmi tudás, a mesékben kódolt információk, szimbólumok elraktározódnak a jobb agyféltekében, és később is hozzáférhetővé válnak, mint a legmélyebb életbölcsesek. Ez a tudás erőforrásként jelenhet meg a krízis- és problémahelyzetekben is. A népmesék hol volt, hol nem volt világa rokonítható a lelkünk legmélyén élő valósággal. A mese a főhős fejlődési folyamatát követi végig, egy*

*valóságos metamorfózisnak lehetünk tanúi, ahol a megpróbáltatások, küzdelmek, fordulatok hatására a hős teljesen megváltozik, kicserélődik, újjászületik” (Kádár, 2011, 69. old.).*

### **Alkotó - fejlesztő mesefoglalkozások az iskolában**

Munkám során lehetőségem van kisiskolás kortól fiatal felnőtt korig foglalkozni a mesékkel, történetekkel. A foglalkozások, a mesék segítségével viselkedési mintákat adunk, a belső erőt aktivizáljuk, közösségi élményt nyújtunk. „Amikor mesét mondunk, vagy hallgatunk, a közös kollektív tudattalan tartalmaink miatt egységbe kovácsolódunk. A történetek általában beszipantják a hallgatóságot, mert a történetalkotás, a történetekre való nyitottság, a befogadás hajlandósága jellemző az emberi természetre” (Csóka, 2022, 172old.).

A foglalkozásokon alkalmazott érzékszerveket aktivizáló, képzelőerőt mozgósító módszerek fejlesztik a kreativitást, a fantáziát, a figyelmet, a koncentrációs készséget. A különböző intelligenciaterületek fejlesztése mellett, az érzékszervek élesítése, a két agyfélteke összehangolása, továbbá a mesék pedagógiai funkcióinak érvényesítése is fontos célkitűzés.



1. számú ábra: Alkotó-fejlesztő mese foglalkozások a tanítóképzésben a Léleknek idő kell tantárgy keretein belül



2. ábra: Alkotó-fejlesztő mesefoglalkozás az Apáczai iskolakertben


Az alkotó - fejlesztő mesefoglalkozások számos nevelési területen beépíthetők a nevelési folyamatba, többek között a környezeti nevelésbe is. A meséken keresztül érzékenyíthetjük a tanulókat/hallgatókat, támogathatjuk, hogy pozitív érzelmekkel kapcsolódjanak az őket körül vevő világhoz, a természethez, ezáltal felelősséget ébresztve ösztönözzük őket a környezettudatos magatartásformák gyakorlására (2. ábra).

Az osztályban előforduló élethelyzetekre, a közösség, a csoport nehézségeire is tudunk megoldást találni a mesék nyelvén. Az alábbi foglalkozás egy 2 osztályos csoportban valósult meg, ahol az osztályfőnök kérésére olyan mesét és ennek kapcsán olyan foglalkozást valósítottam meg, melynek célja a kitartás, a türelem erősítése volt.

### A mese feldolgozásának vázlata

<b>Korcsoport:</b> Második osztályos gyerekek 2*45 perc		
<b>A foglalkozás célja:</b> Annak megláttatása, hogy kitartással, türelemmel elérhetjük a célunkat, megoldhatjuk a feladatainkat. A befektetett munka megtérül.		
<b>Választott mese</b> Derék Jankó és a kemény kenyér A mese jól szemlélteti, hogy kitartásra, türelemre van szükség, és soha nem szabad feladni.		
<i>Feladat</i>	<i>A foglalkozás menete, rendelkezésre álló idő</i>	<i>Szükséges eszközök</i>
Beléptetés a mesei térbe	A gyerekek a mesébe úgy tudnak belépni, hogy megfejtik a tarisznyában elrejtett találós kérdéseket. Egy tanuló húz, felolvassa a találós kérdést, az osztály közösen kitalálja.  Tervezett idő: 5 perc	<b>Találós kérdések kis cetlikre írva:</b> A napfénytől nem nagyon félnek, Csupán sötét éjben élnek. Oly vidámak, úgy ragyognak, reggel szépen elalusznak. (csillag) Egyik ága levegőbe, másik fut a földbe, friss vizet hoz a vödörbe. (kút) Mikor fekszel, ő is kél. Egyszer egész, máskor fél. Nincsen tüze, mégis lámpás, A vándornak szinte áldás. (hold) Sarka van, de nem cipő, A haja viszont ehető, És ha már megette a javát, Őszül ám az öregapád. (kenyér) Mezőről a csűrbe viszik, a csűrben meg kicsépelik, két kő között megforgatják, vízzel, sóval megdagasztják, még a tűznek is kiteszik, jó annak, ki megéhezik. Mi az? (búzaszem)

<p>Bevezetés a mesébe</p>	<p>Mozgásos játékok, testtudatosító játékok:</p> <p>A mozgásos gyakorlatok után mesejáró térképes feladatokkal hangolódunk.</p> <p><b>Mesetérkép:</b></p> <p>Mi ez a kép? Hol látod magad meseországban? Nézzük meg mi van ott azon a helyen?</p> <p>Érzékszervek élesítése, aktivizálása: A gyerekek a meseszőnyegen helyezkednek el, kényelmesen és a térképen megadott helyet járják körül képzeletükben. Csukjad be a szemed. Képzeld el..... Mit láatsz azon a helyen? Mit hallasz? Milyen színek vannak? Milyen illatok?</p> <p>Tervezett idő: 12 perc</p>	<p>Tapsfordító Taps átadó</p> <p>Ezzel látok, ezzel is, ezzel hallok, ezzel is, ezzel érzek illatot, ezzel mindent bekapok, mindent el is mondhatok, ezzel fogok, ezzel járok, boldoggá csak ezzel válok. (szív)</p> <p>A mesejáró térkép forrása: Tátrai Vanda, <a href="http://www.mesejaro.com">www. mesejaro.com</a></p>
<p>Mesemondás</p>	<p>Mesebevezető formula: Képzeljétek el, hogy én ezen a mesebeli térképen pont itt jártam a faluban és ott hallottam ezt a történetet.....</p> <p>8 -10 perc</p>	<p>Élőszavas</p> <p>A mese forrása: <a href="https://hagyomanyokhaza.hu/sites/default/files/2020-07/Der%C3%A9k%20Jank%C3%B3.pdf">https://hagyomanyokhaza.hu/sites/default/files/2020-07/Der%C3%A9k%20Jank%C3%B3.pdf</a></p>

<p>Meséhez kapcsolódó kérdések (érzelmi beállítódás, azonosulás)</p>	<p>Mutassál rá arra a figurára, amelyik azt mutatja, amilyen érzelmet kiváltott belőled a mese.</p> <p>A képekről és a gyerekek érzelmeiről beszélgetünk.</p> <p>Milyen volt ez a Derék Jankó?</p> <p>Mi az a tulajdonsága, ami Neked is jól jönne?</p> <p>Te mit tennél a vándortarisznyádba?</p> <p>Mire lenne szükséged?</p> <p>Volt –e olyan helyzet mikor több kitartásra, türelemre lett volna szükséged? ....</p>	<p><b>Eszközök:</b></p> <p>A 6-7 fénymásolt színes lap, rajta érzelmekkel (öröm, bánat, félelem, harag, nyugalom, csodálkozás.....)</p> 
<p>A mesét követő játékok vagy személyre szabott próbák, kapcsolódó tevékenységek</p>	<p>Tegyük próbára magunkat!</p> <p>Merjük ki a csillagokat!</p> <p>ügyességi játék 10-12 perc</p>	<p><i>Csillagközi utazás</i></p> <p>Ragasztószalaggal ragasszunk a padlóra különböző méretű és színű csillagformákat kicsit nagyobb méretben. A gyermek válassza ki a neki legjobban tetszőt. Innen indul a játék. Mi mondjuk neki, hogy melyikhez kell eljutnia, különböző mozgásformákkal. Például: Ugrálj el a legkisebb piros csillaghoz! Pókjárással menj a zöld csillaghoz! És így tovább.</p> <p>Merjük ki a csillagokat!</p> <p>vödör, kis csillagocskák, a meregetéshez használható eszközök</p>
<p>Alkotás, barkácsolás</p>	<p>Tarisznya készítése újrahasznosított kartonból, és annak díszítése</p> <p>45 perc</p>	



Kilépés a meséből	Varázstarisznya felhelyezése, útnak indulás mondókával, énekléssel  Mit viszel haza a tarisznyádba a meséből?	?  Gyalog út, gyalog út, Kanyarog a poros út, felfelé, felfelé, (nyújtózkodva) Lefelé, lefelé (guggolásba)
<b>Felhasznál eszközök, irodalmak:</b>  Mesejaro térkép Tátrai Vanda – <a href="http://www.mesejaro.com">www.mesejaro.com</a> Szimat kártya - <a href="https://kimondhato.hu/szimat/">https://kimondhato.hu/szimat/</a> Derék Jankó és a kemény kenyér- <a href="https://hagyomanyokhaza.hu/sites/default/files/2020-07/Der%C3%A9k%20Jank%C3%B3....pdf">https://hagyomanyokhaza.hu/sites/default/files/2020-07/Der%C3%A9k%20Jank%C3%B3....pdf</a> <a href="https://pompasnapok.hu/">https://pompasnapok.hu/</a>		

### Felhasznált irodalom

- Bettelheim Bruno (1988): A mese bűvölete és a bontakozó gyermeki lélek, Gondolat Kiadó, Budapest, 1988.
- Boldizsár Ildikó (2010): Meseterápia. Mesék a gyógyításban és a mindennapokban, Magvető Kiadó, Budapest, 2010.
- Boldizsár Ildikó (2019): Meseterápia, Budapest, Magvető Kiadó, Budapest, 2019.
- Kádár Annamária (2012): Mesepszichológia 1. Kulcslyuk Kiadó, Budapest, 2012.
- Kádár Annamária (2013). Az érzelmi intelligencia fejlesztése mesékkel <http://rmpsz.ro/uploaded/tiny/files/magiszter/2013/tavasz/9.pdf>
- Kádár Annamária (2014): Mesepszichológia 2. Kulcslyuk Kiadó, Budapest, 2014.
- Kádár Annamária, Kerekes Valéria (2017): Mesepszichológia a gyakorlatban, Kulcslyuk Kiadó, Budapest, 2017.
- Kövecsesné Gósi Viktória (2022): Környezeti nevelés mesével. Alkotó-fejlesztő mesefoglalkozás a tanösvényen, In.: Pedagógiai projektek a diaszpóra hétvégi magyar iskoláiban (szerk. Kövecsesné, Gósi, Lampert, Balogh-Pécsi) Universitas-Győr Nonprofit Kft., Győr, 2022.
- Kövecsesné Gósi Viktória (2023): Tanítás - tanulás a digitális korban Kihívások és módszertani megoldások, Xante Librarium Könyvkiadó és Kereskedelmi Kft, Biatorbágy, 2023. 171 p.
- Nyitrai Ágnes (2017): A mese, a mesélés fejlesztő hatása. In: Fejlesztés mesékkel (szerk. Nagy József) Mozaik Kiadó, Szeged, 2017. pp. 9–32.
- Csóka Judit (2022): Meseterápiás utak és kalandok, Corvina Kiadó, Budapest, 2022.