

<https://doi.org/10.36007/4478.2023.85>

ALKOTÓ-FEJLESZTŐ MESETERÁPIÁS FOGLALKOZÁSOK SZEREPE A PEDAGÓGUSSÁ VÁLÁS FOLYAMATÁBAN

Viktória KÖVECSESNÉ GŐSI¹

ABSTRAKT

In teacher training, during preparation for the teaching career, in addition to theoretical and practical preparation, the most important task is the development of the students' pedagogical competences and their personality. Today, entering the world of school, young career starters have to face a lot of challenges. An important role in this is their communication, their ability to empathize, how well they are able to cooperate with other children, parents, colleagues, how flexible they are, or how effectively they can solve problems. The study presents a program implemented at the Apáczai Csere János Faculty of Széchenyi István University, which supports the preparation of student teachers for their future profession with the help of fairy tales.

KEYWORDS

teacher training, pedagogical competences, empathy development, assertive communication, effective problem solving, fairy tales therapy

BEVEZETŐ

Ma a pedagógusokkal szemben megfogalmazott elvárások nagyon sokrétűek. Számos szerepnek kell egyszerre megfelelni, rugalmasan alkalmazkodni a megváltozott társadalmi körülményekhez, a digitális kultúra kihívásaihoz és az iskolába bekerülő digitális bennszülöttekhez. Az iskolákban megjelenő személyiségek fejlesztése, nevelése-oktatása talán soha nem rejtett annyi kihívást magában, mint jelen korunkban. Formann szerint „*A tanár marad az, aki motivál, támogat, visszacsatol, segít, partnerként kezeli a diákokat, megkeresi azokat a módszereket, tanulásszervezési eljárásokat, amelyben a diákokat aktivizálhatja, támaszkodhat korábbi tudásukra. A közösen meghatározott célok megvalósítását irányítja, segíti az egyéni tanulási utak, tanulási stratégiák kialakítását. Ehhez ismerni kell diákjait, rugalmasan kell alkalmazkodnia a változó feltételekhez, pozitív attitűddel, kreatívan kell közelítenie az újabb és újabb kihívások felé.*

A jó tanár nyitott, elkötelezett, dinamikus, innovatív, elfogadó attitűddel rendelkezik, bízik tanítványaiban, kollégáiban, vezetői kompetenciákkal bír [1] A pedagógus sikerének kulcsa a saját személyiségében rejlik. Abban, hogy érzelmi intelligenciája milyen módon tudja támogatni, segíteni a szakmai, pedagógiai, módszertani tudásának kibontakozását.

Az érzelmi intelligenciának akár személyes, akár szociális területeit vesszük vizsgálódásunk középpontjába, minden területe szükségszerű ahhoz, hogy a pedagógus a hivatását ne csak hatékonyan gyakorolja, hanem pozitív megeléssel, megelégedéssel, harmóniával. Ez a tanulók számára a siker egyik alapfeltétele.

¹ Kövecsesné Gősi Viktória PhD, egyetemi docens, metamorphoses alkotó-fejlesztő meseterapeuta, Széchenyi István Egyetem Apáczai Csere János Kar, Győr, Liszt Ferenc u. 42. gosi.viktoria@sze.hu

Pedagógushallgatók felkészítése a hivatásra

A tanítóképzésben fontos feladatunknak tartjuk hallgatóink személyiségének, érzelmi intelligenciájuk részkompetencia területeinek fejlesztését. A tanulmány ennek a folyamatnak egy részterületét mutatja be, melyben alkotó - fejlesztő meseterápiás foglalkozások segítségével valósul meg a hallgatók pályára való felkészítése. Ahogy Réthy Endréné egy korábbi írásában megfogalmazta „*Rendkívül lényeges a hatékony nevelés, oktatás szempontjából, hogy azt olyan pedagógusok végezzék, akik magas EQ-val rendelkeznek, így érzelmileg kiegyensúlyozottak, érzelmeiket ellenőrzésük alatt tartják, elégedettek, boldogságra képesek, s ez által megfelelően vonzó, követendő mintát nyújtanak tanítványaiknak. Azt jelenti tehát, hogy maguk is elégedettek a választott szakterületükkel, a pedagógusi munkával.*” [2]

Az 1. számú ábra szemlélteti azokat a területeket, melyek fejlesztése az általam vezetett kurzus során valósul meg. A csoportfoglalkozások során kooperatív tanulási technikákkal, önismereti és társismereti játékokkal, élménypedagógiai elemekkel, meseterápiás eszközökkel, tevékenységekkel dolgozom.



1. ábra: A Léleknek idő kell kurzus fejlesztési célterületei (Saját ábra, www.genial.ly)

A mesék szerepe, jelentősége életünkben

A mesék jelentőségét, szerepét, hatásrendszerét számos meséssel foglalkozó szakember, meseterapeuta vizsgálta, kutatja [3,4,5,6,7,8,9,10]. 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.*” [3]

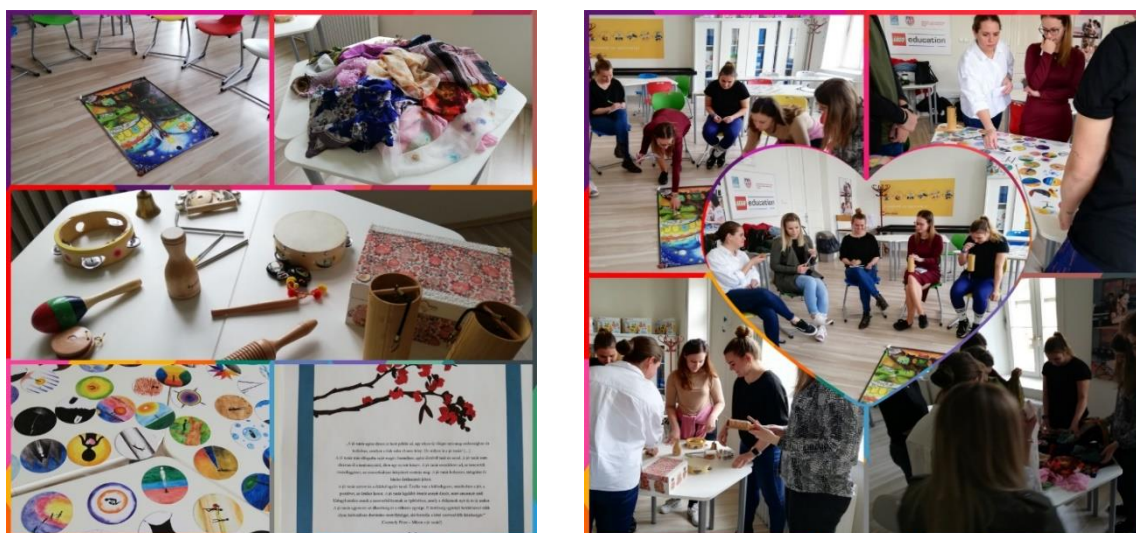
A mese a mesét hallgatók számára örömforrás, közösségi élmény, a feszültségoldás, stresszkezelés, felfrissülés lehetősége, ami a mesemondó személyiségét is gazdagítja, segíti a belső harmóniájának megtalálásában. „*A mese gyengéd, szelíd terápiás módszer. Nem várja el*

és nem kényszerít a kitárulkozásra. Bár a meghallgatott történet befészkel magát a lelkiünkbe, mégsem provokálja feltétlenül az azonnali változtatást, csak gondolkodásra készítet.” [9] Min-
tául szolgál számunkra, ősi igazságokat, útmutatókat közvetít felénk. Nincsen olyan szituáció,
élethelyzet, aminek ne lenne mesebeli párja. [3]

A pedagógusképzésben résztvevő hallgatók számára rendkívül fontos feladatunk az is,
hogy a pályára való felkészülés során megismerjék a mesékkal történő munka lehetőségeit,
hiszen egy olyan eszköz lehet a kezükben, mely hatékonyan járul hozzá az általuk vezetett
gyermekcsoportok támogatásához, a felmerülő problémák, élethelyzetek kezeléséhez, a kö-
zösségi élmények megteremtéséhez, a csoportkohézió fejlesztéséhez.

Ahogy Kádár Annamária fogalmaz: „A mesét hallgató gyerekben kialakuló belső képeknek
hatalmas jelentőségük van, mivel ez az érzelmi tudás, a mesékben kódolt információk, szimbó-
lumok elraktározódnak a jobb agyféltekében, és később is hozzáférhetővé válnak, mint a leg-
mélyebb életbölcsesek. Ez a tudás erőforrásként jelenhet meg a krízis- és problémahelyze-
tekben is. A népmesék hol volt, hol nem volt világa rokonítható a lelkiünk legmélyén élő való-
sággal. A mese a főhős fejlődési folyamatát követi végig, egy valóságos metamorfózisnak le-
hetünk tanúi, ahol a megpróbáltatások, küzdelmek, fordulatok hatására a hős teljesen megvál-
tozik, kicserélődik, újjászületik.”[5] A léleknek idő kell kurzuson megvalósuló alkotó-
fejlesztő meseterápiás foglalkozások célja sokrétű. A különböző intelligenciaterületek fejlesz-
tése mellett az érzékszervek élesítése, a két agyfélteke összehangolása, a mesemondás, a tör-
ténetmondás kultúrájának megélése, a mesék pedagógiai funkcióinak megismerése.


„Amikor mesét mondunk vagy hallgatunk, a közös kollektív tudattalan tartalmaink miatt egy-
ségbe kovácsolódunk. A történetek általában beszippantják a hallgatóságot, mert a történet-
alkotás, a történetekre való nyitottság, a befogadás hajlandósága jellemző az emberi termé-
szetre.”[9] A 2021/2022-es tanévben lehetőségem volt a végzős hallgatóimmal újra szemé-
lyesen találkoznom, és a korábbi tanévben az online oktatás miatt a Léleknek idő kell kurzus-
on elmaradt alkotó - fejlesztő meseterápiás foglalkozásokat külön valósítottuk meg, az össze-
függő tanítási gyakorlatot követően, a „csillagszemeket” élesítve.



2. ábra: Alkotó-fejlesztő meseterápiás foglalkozások tanító szakos hallgatókkal
(saját kép)

Az 1. táblázat szemlélteti a kurzus során megvalósuló néhány mesefoglalkozás céljait és a választott meséket, amikkel dolgoztunk.

1. táblázat: A kurzuson megvalósuló mesefoglalkozások célja, a választott mesékkal

Választott mese	A foglalkozás célja	Rendelkezésre álló idő
A próbálkozás bátorságáról	Ismerkedés, önismeret  Hol vagyok most a mesetérképen? forrás: https://www.mesejaro.com/ - Tátrai Vanda meseterapeuta	1,5 óra
A csillagszemű juhász	A fiatal, pályakezdő generáció önbizalmának erősítése, a „csillagszem” megtalálása, élesítése.	1,5 óra
Séverine Vidal: Hogyan nőtt nagyra az égbolt?	Annak megláttatása, hogy hittel, akaraterővel, szeretettel, közös erőfeszítésekkel meg tudjuk oldani közösségi életünk nehézségeit, vagy egyéni életünk problémáit is. Fontos cél a digitális bennszülött generáció kapcsán, hogy képes legyen céljai mellett kitarítani, még akkor is, ha úgy tűnik, hogy akadályok kerülnek elé.	1,5 óra (Kamishibai papírszínházzal)
Lázár Ervin: Az élet titka	Mik az igazi értékek az életben? Mi az én erősségem, képességeim az életben való helytállás során? Együttműködés jelentősége, szerepe.	1,5 óra (Kamishibai papírszínházzal)
A 12 hónap	A foglalkozás célja a pozitív életszemlélet megerősítése, támogatása. Belső tulajdonságaink, erősségeink támogatása, melyek a nehéz helyzetekben segítséget nyújtanak számunkra. Meglátni a nehéz helyzetekben a szépet és a jót.	1,5 óra
Aminbég	Annak megláttatása, hogy a kitartás, a hit, az elképzeléseinket támogató, állhatatos munka eredményes lesz. Megszerzett tudás hasznunkra lesz. Fontos a megérzéseinkre is figyelni.	1,5 óra

Tanulmányomban egy foglalkozás menetét és tapasztalatait szeretném röviden, a teljesség igénye nélkül összegezni. Az alkotó - fejlesztő meseterápiás foglalkozások előkészítése nagy körültekintést igényel, a népmesékkal, kortárs mesékkal megvalósuló munka során első kör-

ben – a tanórák tervezéséhez hasonlóan - figyelembe kell vennünk a fejlesztési céljainkat. A mesék kiválasztása, a mesék által nyújtott fejlesztési lehetőségek tekintetében szükséges elemeznünk a választott mesét. Írásomban Séverine Vidal: *Hogyan nőtt nagyra az égbolt?* című meséjére épülő foglalkozást mutatom be. A 1,5 órás foglalkozás célja annak megláttatása, hogy hittel, akaraterővel, szeretettel, közös erőfeszítésekkel meg tudjuk oldani közösségi életünk nehézségeit vagy egyéni életünk problémáit is. Fontos cél a digitális bennszülött generáció kapcsán, hogy képes legyen céljai mellett kitartani, még akkor is, ha úgy tűnik, hogy akadályok kerülnek elé. További cél a hatékony megküzdési stratégiák támogatása.

A választott mesében a kitartás, a hit, a közös célért való küzdés jelenik meg nagyon szépen és a generációk közötti együttműködés, egymás támogatása. Példát láthatunk a megküzdésre és a problémákhoz való különböző viszonyulásokra. A foglalkozás első részében nagyon fontos elem a metamorphoses meseterápia során [3] a beléptetés a mesei térbe, mely ebben az esetben egy darabokra szétvágott Csíkszentmihályi Mihálytól származó, a képességről szóló idézet csoportmunkában történő helyes összerakásával valósult meg.

A belépés során egy kis madárformát kaptak a hallgatók, amire felírták egy olyan gyermekkori vágyukat, tervüket, céljukat, amit sikerült megvalósítaniuk eddigi életük során. A foglalkozások során a beléptetéshez, a ráhangolódáshoz kapcsolódó feladatok mind azt szolgálják, hogy a mesét hallgató közönség nyitottá és befogadóvá váljon a mesére és mindkét agyféltekét aktivizáljuk ebben a folyamatban. Ezért van fontos szerepe az érzékszerveket élesítő gyakorlatoknak, továbbá a különböző imaginációs gyakorlatoknak. A gyakorlat során én egy képzeletbeli erdei séta élményein, hangjain és képein keresztül vezettem a hallgatókat. Hasonló gyakorlatokat találhatunk Bagdi Emőke: *Pszichofitness* című könyvében is [11].

A bevezető, rávezető szakaszt követően a mesemondás Kamishibai Papírszínház segítségével történt. Pedagógusképzésben az is nagyon fontos, hogy a hallgatók számára példát, mintát adjunk, módszertani segítséget az élőlás és olvasott meséléshez. A mesét követően arra kértem a hallgatókat, hogy válasszanak ki az elhelyezett sokféle kendő közül egy olyat, ami a mesével kapcsolatos érzéseiket tükrözi. Ezeket az érzéseket, gondolatokat azonosítottuk, majd ezt követően mélyedtünk el a mese részleteiben. A papírszínház képeit összevágtam, és 4 csoportban kellett a 4 különböző képet összerakni, majd ezt követően arra reflektáltak, hogy milyen üzenetet hordoznak a csoportok számára az összerakott képek.

Ezt követően került sor a mese feldolgozása során a személyes sík bekapcsolására. Ehhez a részhez OH-kártyákat (Resilio csomag) vittem be az órára. Az OH-kártyák 1970-ben születtek meg egy alternatív terápiás lehetőségként. A módszer több lépcsőn, rengeteg variáción ment keresztül. Ennek eredményeként új, speciális kártyacsomagok születtek, melyek együttes névvel az Asszociációs Kártyák nevet viselik [12]. Az Asszociációs Kártyákkal végzett munka nagyon jó lehetőséget teremt a kreativitás, az önismeret, a kommunikáció fejlesztésében, új gondolatok, felismerések azonosításában. Használata képzéshez kötött, a különböző végzettséggel (pedagógia, pszichológia, szociális) rendelkező szakemberek kompetenciájuknak megfelelően tudják alkalmazni ezeket. A kártyákkal végzett munka tapasztalatai azt mutatják, hogy a szimbólumok, képek elindítják a képzeletet, az asszociációkat, könnyebben kerülnek közelebb egy témához a résztvevők és lehetővé válik nemcsak a könnyedebb, játékosabb csoportfolyamatokban történő alkalmazás, hanem a mélyebb érzelmek átdolgozása is [12]. Mindezek az óra során is érzékelhetőek voltak. A foglalkozás során a záró rész a kiléptetés a meséből, mely során Popper Pétertől egy útravaló gondolatot vihettek magukkal a pedagógusjelöltek. A mesével való munka során a tanítójelöltek nagyon aktívak voltak, szívesen vettek részt a feladatokban. A mese „vitt magával” mindenkit.

A foglalkozások során népmesékkal és kortárs műmesékkal is dolgoztunk, illetve papírszínházat is alkalmaztam, ami nagy érdeklődést váltott ki a fiatal tanítójelöltekben. A mesefoglal-

kozások zárásaként egy rövid kilépőkártyát készítettek, néhány mondatbefejezéssel, nyitott kérdéssel kiegészítve.

Először azt kértem tőlük, hogy a mese szóhoz kapcsolódóan az összes eszükbe jutó kifejezést jelenítsék meg egy fogalmi térképen.



3. ábra: Szófelhő a leggyakrabban előforduló kifejezésekkel
(saját szerkesztés, www.wordart.com)

Az előforduló kifejezéseket összesítve (ld. 3. számú ábra) elmondható, hogy leggyakrabban arra tettek utalást, hogy a mese „segíti a feldolgozást”, továbbá az önismeretet. Szintén jelentős arányban emelték ki a varázslat szót, a feltöltődést, a képzeletet, a kreativitást és a vidámságot. De megjelent a kifejezések között az élmény, az érzelmek feldolgozása, a biztonság, a valóságból való kilépés. Többen emelték ki a korosztálytól való függetlenséget, a segítségnyújtást a problémák megoldásában.

A mondatbefejezések közül **A mesefoglalkozások segítettek abban, hogy...** kezdetű mondat válaszait áttekintve az látható, hogy leginkább az önmaguk megismerése került a válaszok középpontjába. „*Jobban megismerjem, és elfogadjam önmagam.*” Volt akinek a mesélővé válásban adott támogatást: „*Én is mesélővé váljak és megismerjem önmagam.*” Néhányan a gyermekkori élményeket, emlékeket emelték ki válaszaikban. „*Elengedjem a rosszat, legalább ebben az egy órában, felidéztek bennem a gyermekkorom szép emlékeit.*” Többen az érzelmek megélését emelték ki válaszaikban. „*Sok érzelem felszínre kerüljön, néha olyan érzelmeket nyitottak meg bennem a mesék, amikről előtte nem is tudtam, hogy dolgoznak bennem.*”

A mesefoglalkozásokon azt tanultam meg, hogy... mondatbefejezéseit áttekintve nagyon színes válaszokat kaptam. Ahogy a felsorolt példákából is látszik, megjelennek a módszertannal kapcsolatos mondatbefejezések is a válaszok között, de a mesék nyújtotta lehetőségek, a mesék többszemponú megközelítése, illetve az önismeret is.

„*Mindegyik mesének más jelentése van, mindenkinek mást-mást jelent, ezt a tudást később szeretném használni.*”

Nagyon fontos a mesék feldolgozása során a megfelelő légkör megteremtése. Hogy a különböző műfajok máshogy hatnak, és milyen ereje van az élősavas mesélésnek.

A mese többre képes, mint ahogy elsőre gondolja az ember.

Magamra is kell időt és energiát áldoznom, nemcsak másokra.

Hogyan dolgozzak gyerekekkel a meséken keresztül.

Mindenkinek megvannak a saját démonjai, amivel lehet, hogy nem is olyan nehéz szembenézni, mint ahogy elsőre hisszük.”

A hallgatók a saját megítélésük szerint a mesefoglalkozások hatására a következőkben **fejődtek leginkább**: Nagyon sokan emelték ki válaszaikban az önismeretet, illetve olyan személyes tulajdonságokat, mint kitartás, őszinteség, magabiztosság, képzelőerő, tudatosság, lelkesedés, képessé válni arra, hogy apró dolgoknak örüljenek, vagy az érzelmek megélésében, a gondolatokban való elmélyülésben.

Többen emelték ki a mesék használatának lehetőségét tanítványaik körében: *„Megtanultam, hogyan használhatom fel a meséket arra, hogy feltöltsen energiával, jó érzéssel a gyerekeket.”*

A **Mit visznek magukkal a kurzusból?** kérdésre szintén sokféle válasz érkezett. A motiváltság mellett a segédanyagokat, a lelki feltöltődést, módszereket, élményeket, tudást, hitet, reményt, bizalmat, jobb önértékelést, az elfogadás érzését, a boldogságot és a kreativitást, pozitív megerősítést, rengeteg tapasztalatot emelték ki a válaszaik közül. Néhány gondolat álljon itt a hallgatók válaszaiból: *„Azt a rengeteg figyelmet, értő hallgatást, ami sokszor többet jelent bármilyen tanácsnál, sok jó pillanatot, jóízű nevetés emlékét, illetve felnyitott érzelmeket, amikkel most már tudom dolgoznom kell.”* *„Kreativitást, mesék iránti még erősebb szeretetet, élményeket, boldogságot, motivációt.”* *„Hit és remény önmagam és mások felé is. A foglalkozás visszaadta a bizalmamat az emberekhez.”* *„Mesékre való ráhangolódás fontossága. Önmagunkat hogyan tudjuk megismerni a mese által. Különböző tárgyak, eszközök, amikkel segíthetem a mesébe való elmélyülést.”*

BEFEJEZÉS

Tanulmányom célja annak bemutatása volt, hogy a pedagógusképzésben miként tudjuk a mesék segítségével felkészíteni a tanító szakos hallgatóinkat a digitális korszak kihívásaira, hogy pedagógusként kellő szakmai ismeretek birtokában, reális önismerettel, énképpel, énképességgel készüljenek a pályára. Ebben a meséknek lényeges funkciója van. Amellett, hogy a fejlesztési céloknak megfelelően megválasztott mesékkal megvalósuló alkotó-fejlesztő meseterápiás foglalkozások támogatják a hallgatóink személyiségfejlesztését, egy olyan eszközt és módszertárat kapnak a kezükbe, mely megkönnyíti dolgukat a köznevelésben, az inkluzív nevelés gyakorlatának megvalósítása során. Számos nevelési helyzet, az osztályokban adódó szituáció megoldására tudunk mintákat, példákat és eszközöket adni számukra.

IRODALOMJEGYZÉK

- [1] Iránytű helyett, Pillanatkép: kihívások, szempontok és tendenciák A Nemzeti Köznevelési Portál és a digitális nemzedék módszertani támogatásának néhány lehetősége OKTATÁSKUTATÓ és FEJLESZTŐ INTÉZET Budapest, 2015
http://ofi.hu/sites/default/files/attachments/iranytu_helyett.pdf 63.p.
- [2] Réthy Endréné: Miért fontos a tanárok kiegyensúlyozott érzelmi élete, elégedettsége, jólléte? *Iskolakultúra* 2016. 26 (2). 88.p.
- [3] Boldizsár Ildikó: Meseterápia, Magvető Kiadó, Budapest, 2019. 18.p. ISBN 9789631428933

- [4] Kádár Annamária: Az érzelmi intelligencia fejlesztése mesékkel
<http://rmpsz.ro/uploaded/tiny/files/magiszter/2013/tavasz/9.pdf>
- [5] Kádár Annamária: Mesepszichológia 1. Kulcslyuk Kiadó, 2012.
- [6] Kádár Annamária: Mesepszichológia 2. Kulcslyuk Kiadó, 2014.
- [6] Kádár Annamária: Az érzelmi intelligencia fejlődése és fejlesztésének lehetőségei óvodás-és kiskorban, Ábel Kiadó, Kolozsvár, 2012
- [8] Kádár Annamária – Kerekes Valéria: Mesepszichológia a gyakorlatban, Kulcslyuk Kiadó, 2017.
- [9] Csóka Judit: Meseterápiás utak és kalandok Corvina Kiadó, Bp.,2022. 169. p., 172.p.
ISBN9789631368123
- [10] Bruno Bettelheim: A mese bűvölete és a bontakozó gyermeki lélek, Gondolat Kiadó, Budapest 1988.
- [11] Bagdi Emőke: Pszichofitness gyermekeknek, szülőknek és nevelőknek Kulcslyuk Kiadó Budapest, 2017.
- [12] Németh Lóránt - Fodor Józsa: Inspiráció az asszociációs kártyákkal való munkához Magánkiadás, Budapest 2017.