

Éppen hazafelé tart: három napos repülőút áll előtte, magányban, gyötrő gondolatok közepette.

Denise

Történetünk idején 54 éves. Végzettségét tekintve festő és textiltervező. Annak idején jól menő cégeknek dolgozott Barcelonában, Párizsban, Marseille-ben. Fiatal korában rengeteg pénzt keresett és sokat utazott. Megismerkedett egy férfival, egymásba szerettek. Született egy fiuk, s elhatározták: nem hagyják maguk mellett elszaladni az életet! Nem engedik, hogy a rohanás megölje az élet örömeit. Tahiti szigetén telepedtek le. Néhány év múlva kapcsolatuk tönkrement, szétköltöztek. Denise megbetegedett, nem tudott tovább festeni, úgy fájt a háta. A megrendeléseket sorban le kellett mondania. Kibérel egy szegényes kunyhót a tengerparton. Nincs benne áram, folyóvíz. Azóta a helyi szegények életét éli: megtanulta szokásait, nyelvüket. Fia felnőtt, Amerikában telepedett le. Hívja Denise-t, lakjon nála. De ő nemet mond. Estéknént, míg le nem száll a sűrű, sötét polinéziai éjszaka, a hajdanán magával hozott könyveket olvasgatja. Úgy érzi, a világ minden kincséért sem hagyná el ezt a szigetet.

Az ölbeli játékok mint a művészeti nevelés csírái

Jakabosné Kovács Judit¹

Az ölbeli játékok, amelyeket a pedagógia bizalmi játékoknak hív, képesek olyan érzelmi közeget teremteni, amelyben az egymásra figyelés, a szeretet kifejezése, az anya és a gyermek közötti metakommunikáció fokozottan jelen van, és a kicsik testi-lelki fejlődését szolgálja. Ezek közt megtalálhatjuk a höcögtetőket, lovagoltatókat, tenyeresdiket, csiklandozókat, arccirógatókat, vonatozókat, táncoltatókat, hintáztatókat, dögönyözőket, és még sorolhatnám. Használatuk a hétköznapi életben segítik a gyermekeket anyanyelvük elsajátításában, és ezek egyben a korai zenei és érzelmi nevelés alapkövei is.

Jellegzetes felépítésük és „csak rád figyelek” hangulatuk van. Várakozásteli pillanatok, amelyek csattanóval, örömteli végkifejlettel zárulnak (paskolással, csiklandozással, dögönyözéssel, lecsúszással, magasságra repüléssel...). Fontos, hogy sose maradjon el a csattanó, és elég időt szánjunk az ismétlésre. Így még jobban átélhetik a gyermekek ezeket az önfeledt perceket, és a hatás sem marad el. (Sajnos felgyorsult világunk hozadékaként sokszor hivatalos baba-mama foglalkozásvezetők is csak ledarálva, egymás után csak kétszer ismételve játsszák ezeket a mozgással kísért mondókákat – ilyenkor épp a lényeg veszhet el.) Jó, ha belevarázsoljuk magunkat lassuljunk, gyorsuljunk, színezzük a hangunkkal, hol mélyen, hol magasan, újra és újra!

A közös mondókázás és éneklés nemcsak a beszédértést, ritmusérzéklet, mozgáskoordinációt fejleszti. Segíti a világ megismerését, és számos áttételes hatása van a személyiségfejlődésre és az értelmi képességek alakulására. Ami talán még fontosabb, hogy szoros érzelmi kapcsolatot eredményez gyermek és szülő között. Ezek olyan páratlan pillanatok, amikor megérintjük, megöleljük, cirógatjuk gyermekünket a kezünkkel, és bizony a hangunkkal is körülöleljük. A testközelség, testkontaktus, az élet első éveiben amúgy is nagy szereppel bír, s ha a testi igényeket az első három évben nem sikerül kielégíteni, az űr maradandó lehet.

Ezek az első játékformák, amelyeket a még beszélni sem tudó gyerekekkel is játszhatunk, pár hónapos kortól akár nagyóvodás korig. Ezeket a kétszemélyes játékokat a pedagógia kapcsolatteremtő játékoknak is hívja.

Az érzelmi intelligencián túl az értelmi fejlődést is segíthetjük mondókázással. Hiszen a kisgyermek nemcsak zenei anyanyelvét tudja elsajátítani népi rigmusok, és ölbeli játékok nyomán, hanem észrevétel nélkül fejleszti anyanyelvi képességeit, szókincsét, beszédértését, beszédészlelését, hallását, kifejezőkészségét, memóriáját, bővíti ismereteit a világról, és mindez kihat a mozgásfejlődésre is.

Vázlatosan összefoglalom, hogy egy egyszerű, átéléssel eljátszott ölbeli játék milyen fejlesztő hatással bír, és milyen áttételes hatásai vannak a testi-lelki fejlődés különböző területeire:

- többszoros ismeretszerzés, a gyermek egyszerre látja, hallja és érzi a mondókát
- anya-gyermek kapcsolat erősítése, önfeledt percek, szemtől szembe, a szerepek közelítése, kicsiből lesz nagy – egy magasságba kerül gyermek és a felnőtt, testközelség, érintés

¹ Jakabosné Kovács Judit, három gyermekes családanya, drámapedagógus, a Mazsola Játzó és a Manócska Muzsika foglalkozásvezetője (www.mazsolajatszozszo.hu).

- érzelmi nevelés, „csak rád figyelek” hangulat, a mondókák és énekek érzelmi töltése, csattanó megélése, énekekkel a babák érzelmeire hathatunk, ha érteni még nem is értik a hallottakat
- zenei nevelés, dallamok, ritmus- és tempóváltások, népköltések, népdalok fontossága, élő énekszó, élő zenei inger
- a koncentrációképesség, figyelem fejlesztése
- az alkotóképeség és a képzeletvilág megmozgatása (hol fahasábok vagyunk feldarabolásra várva, hol hurka a karunk, vagy zsákokká, lovakká leszünk)
- memóriafejlesztés
- beszédfejlődés, közelről, szemtől szembe láthatja gyermekünk, amikor a megszokott beszédtempó helyett érthetően artikulálva, ösztönösen lelassulva énekelünk vagy mondókázunk; változatos szókinccsel rejt az értékes dal- és mondókaanyag
- mozgásfejlődés, testtudat alakulása, mozgáskoordináció, egyensúlyszerv fejlődése

Sok ölbéli játékot énekszó kísér. Az édesanyák éneke mindig szívből jön, és ez a mindennapokban jó hangulatú együttlétekhez vezethet (altatást, vigasztalást, örömeink és bánataink kifejezését segítik az énekek). Mindez nem zenei képzettség kérdése – ajándék gyermekünknek.

Az énekek érzelmi töltésének átélése örömet ad az éneklőnek és a hallgatónak egyaránt. Az éneklő ember hasonlatos a mosolygó emberhez, nem nyugtalan, nem feszült. Kimutatták, hogy mosolygás, nevetés hatására biokémiai folyamatok indulnak el szervezetünkben, örömeink alakul ki. Az érdekes az, hogy fordítva is működik ez a láncolat, ha mosolyogni kezdünk, hiába nincs jó kedvünk, jobb kedvre derülünk. Így van ez az énekekkel is, próbáljuk ki bátran szűkös időkben, valóban derűt hoz.

A Mazsola Játzó bábos-énekes tornafoglalkozására (1-4 éves korig) és a Manócska Muzsikára (pár hónapos kortól 3 évig) egészen kis kortól várom a gyermekeket és a játszani, énekelni vágyó szüleiket. Az óvodát megelőző korosztály esetén is beszélhetünk drámapedagógiai megközelítésről, annak ellenére, hogy természetesen nem a megszokott óvodai és iskolai módszertan kicsikre való alkalmazásáról van szó. A foglalkozások során mi, felnőttek játszunk a hangunkkal, a tekintetünkkel, a mozdulatainkkal, sokszor kilépünk szülői szerepünkéből, és valamelyest hátrahagyjuk felnőtt mivoltunkat is. Így közelebb kerülünk gyermekünk játékvilágához, érzélemvilágához. Igazi cinkosokká válhatunk, és ez a hétköznapi nehezebb helyzeteiben később is sokat segíthet. A foglalkozásokon magam is játszom, a játék természetesen olykor humorral társul, mégis komoly dolog, túlmutat önmagán.

Kezdetől fogva játszunk a gyermekkel, beszélünk hozzá, megérintjük, mondókázunk vele, énekelünk neki. A művészet eszközeivel való művészetre nevelés születéstől indul. Gyermekek pár hónaposan már mindent lát, hall, érez, és persze mindent alaposan elraktároz. Nagyon hamar eljön az ölbéli játékok ideje, azaz a felnőtt és gyermek kétszemélyes játéka. Mint a későbbi, óvodai, iskolai drámajátékoknak, már ezeknek is kapcsolatteremtő, érzékelésfejlesztő, feszültségoldó, személyiségfejlesztő hatásuk van. Itt a kapcsolatteremtés az édesanya és a még beszélni sem tudó gyermek között alakul ki, ismerkednek egymással, épül a bizalom, amely a későbbi társas kapcsolatok alapja. A kicsik ezeken a játékokon keresztül jutnak kellő önismerethez, és a világ is szüleik ölében kezd el kitérni. Gondoljunk a testtudatot fejlesztő, testrész-érintgetős mondókákra, ahol anya és gyermek szimbiózisa már kezd megszűnni, a játékokon keresztül vezet az út az irányokhoz, arányokhoz, a mindennapi tevékenységek (sütés, főzés, fűrészelés) és az állatvilág felölésével. Az érzelmi nevelés kihatással van a gyermekek értelmi fejlődésére is. A gyermekek abból tanulnak, amit szeretnek, és attól tudnak tanulni, akit szeretnek! Kisgyermekkorban a tanulás maga a JÁTÉK!

A gyermek ebben a korban a számára legfontosabb személytől, az édesanyától kapja meg a közös játék élményét. A hatás kölcsönös: egymást ajándékozzák meg önfelédtt pillanatokkal, melyek mélyítik kapcsolatukat. Sokan ösztönösen, nem tudatosan, de élnek a játék, a humor és az énekek erejével, nagyszüleik örökségeként. Annak idején a paraszti családban nemcsak az anyuka, hanem az éppen ráérő nagytetvé, rokon, vagy idősebb családtag foglalkozott ily módon a gyermekkel.

A jó baba-mama foglalkozásvezetők segítik a szülőket a korai játék- és zenei élmények felidőzésében. A több generációs családok megszűnésével nehéz továbbörökíteni őket. Ezért is van hiánypótló szerepük a gombamód szaporodó baba-mama foglalkozásoknak, kluboknak.

Úgy gondolom, hogy a drámapedagógiai területén is érdemes letről építkezni. Egy ölbéli játékokra, játékokra, énekszóra nyitott kisgyermek sokkal befogadóbb lesz az óvodai és a későbbi iskolai drámajáték tevékenységekkel kapcsolatban.

Az ölbéli játékok látszólagos egyszerűségük ellenére nagyon összetett kincsei nyelvünknek. A legegyszerűbb egysoros hőcögtetőnek is sajátos nyelvi világa van, recitálva mondjuk, lassulunk, gyorsulunk és mozdulatsorral kísérik. Egy jól eljátszott játék hasonlatos egy kicsiny drámához, lassan kibontakozó,

növekvő feszültséggel jár és a végén elhagyhatatlan a feszültség oldása, bizonyos csattanó formájában (lógázás, csiklandozás, feldobás...). Ezeket az alig egy perces játékokat sokszor egymás után érdemes játszani, hogy a csattanó, a lassulás, gyorsulás újra és újra megszülethessen a gyermek nagy örömeire.

Bátran mondhatjuk, hogy ezek a művészeti nevelés csírái is egyben. Ha elképzeljük a művészetek kastélyát, a terem ajtaján különböző feliratokkal: színház, bábművészet, irodalom, zene, akkor az előszobára kiakaszthatjuk az ölbeli játékok feliratot. Hiszen ha ide – az előszobába – belépünk (és ezzel kizárjuk a külvilág forgatagát), akkor arra leszünk figyelmesek, hogy népköltések, rigmusok, dallamok, tempóváltások, humor, ritmus és rímek szűrődnek ki. A gyermekek még nem értik a szöveget, de érzelmi világukra mindezek már hatnak, és akit az előszobában pozitív élmények érnek, azok később bátran nyitogatják a többi terem ajtaját is.

Ezért tartom fontosnak, hogy minden szülő, nagyszülő, baba-mama foglalkozásvezető, bölcsődei gondozónő, óvónő, védőnő, gyógyepedagógus és gyermekvigyázó sajátítsa el népi ölbeli játékaikat – a legkisebbek legnagyobb örömeire.

Zárásként álljon itt egykori tanárom, Sándor Ildikó Tücsökringató – ölbeli játékok című kötetének² bevezetőjéből egy részlet: „Legelső élményünk, még a születésünk előtti időszakból, hogy halljuk anyánk szívének szabályos, ritmusos dobbanását, érezzük minden mozdulásánál, ahogyan ringatózunk. Körülvesz minket, körülölel a biztonságot adó anyaméh. Valaha az újszülött gyermek első játéka volt, hogy anyja az ölébe vette, ringatta, megérintgette, testrészeit megnevezte egy rövid mondóka segítségével: ezek a játékok mintegy a folytatását jelentik az anyaméhbeli élményeknek. Újra és újra felidézik a gyermekben azt a jó, biztonságos állapotot, közben segítik az átmenetet, gyengéden átvezetnek a kinti világba.”

Anyaként fedeztem föl az ölbeli játékokat... Megértettem, hogy e játékok legalább annyira jók a gyerekkel játszó felnőtt számára is, hiszen megadják az együttjátszás élményét, gazdagítják, elmélyítik, meghittebbé teszik érzelmi kötődésünket.”

Szép és élmény teli pillanatokot kívánok minden kedves olvasómnak, játszó gyermeknek és felnőttnek!



Right Or Wrong Fesztivál, Bécs, 2009 – a záró bemutatóra készült etűdök egyike (Hajós Zsuzsa felvétele)

² Hagyományok Háza, Népművészeti Módszertani Műhely, 2005