

Pszichológia

az iskolában és óvodában

Pszichológia

az iskolában és óvodában

SZERKESZTŐSEG CIME:

Targu Mures, str. Victor Babes, nr 11

E-mail: neveleslektanikozpont@gmail.com
www.cjraems.ro

Tel.: 0265211246, 0745/315-332

FŐSZERKESZTŐ:

Porkoláb Annamária

FEDŐLAP, DTP: Fábián Csaba

FOTOK:INTERNET

A felkérés nélkül beküldött képekért és
 kéziratokért nem vállalunk felelőseget!

Az olvasói levelek közlésének és esetleges
 rövidítésének jogát a szerkesztőség fenntartja.

A lapban megjelent cikkek
 és képek bármilyen
 után közlése, utánnomása,
 sokszorosítása és elektronikus tárolása
 kizárólag a kiadó előzetes
 engedélyével történhet.

PSZICHOLÓGIA az iskolában és óvodában

ISSN 2248-3853

www.cjraems.ro

SZÜLŐK ISKOLÁJA

3

- Hogyan csökkentsük gyerekeink iskolai szorongásait?

ÉLETLECKÉK

4

- Az Arc történetei
- Semmi sem állandó, csak a változás maga

OKTATÁS

8

- Az oroszlán és a róka
- Elmélkedés az online oktatásról
- A mondókák szerepe az ikz¹-val élő óvodás korú
 gyermek érzelmi fejlődésében
- Z-generáció

LELKI EGÉSZSÉG

15

- A bennem élő gyermek

HOGYAN CSÖKKENTSÜK GYEREKEINK ISKOLAI SZORONGÁSAIT?

Pápai Annamária – Iskolai tanácsadó

A feleltetés közbeni leblokkolás és a visszahúzódás csak egyike az iskolai szorongás jeleinek, az agresszív dühkitörések és a különböző viselkedésproblémák hátterében is egyaránt szorongásos problémák bújnak meg. Az iskolában általában az iskolai tanácsadó próbálja ezeket a szorongásokat oldani, azonban sikeres problémamegoldásról csak a szülőkkel való szoros együttműködés esetén beszélhetünk. A valós kérdés az, hogy, mit is kezdhet a szülő a gyerek különböző formákban megnyilvánuló szorongásaival?

Kisiskolásoknál megjelennek a specifikus félelmek, mint például a sötétől, betörőktől vagy betegségtől való félelem és ugyanakkor jellemző erre a korosztályra a szeparációs szorongás is. Ezek a gyerekek többségénél megjelennek, de általában maguktól el is múlnak, ha a gyermek a családi környezetét biztonságosnak és érzelmileg megtartónak éli meg. A biztos családi környezet feltételezi, hogy a szülők képesek odafigyelni a gyerek érzelmi szükségleteire valamint a gyerek érzelmi és szorongásos tünetegyüttesére megnyugtató odafordulással visszahatni.

Kisiskolásoknál és nagyobb diákoknál is egyaránt jelentkezhet a teljesítményszorongás és a szociális szorongás, melyek gyakran tanulási problémák formájában nyilvánulnak meg („otthon még tudta a leckét, de a dolgozat csak elégséges lett”). Ezen szorongások esetében fontos elsősorban, hogy a szülők tudatosítsák, hogy a jegyek a pillanatnyi teljesítmények eredményei és nem a gyerek általános tudását és haladását tükrözik. Ugyanakkor a szülők meg kell,

engedjék, hogy a gyerekek megéljék a sikertelenségeket és segítsenek tanulni belőlük úgy, hogy közösen vonnak le következtetéseket a kudarcban végződő eseményekből. A szülők mindig beszélgessenek a gyerekekkel tetteik következményeiről, legyen az akár jó, akár rossz. Fontos, hogy a szülők szorgalmazzák azt, hogy a gyerekek bekapcsolódjanak türelmet és kitartást igénylő tevékenységekbe is, melyek a jövőbeni sikerek érdekében olykor a mindennapi örömök pillanatnyi lemondását jelentik. Végül pedig a szülők tanítsák meg a gyerekeket arra, hogy nem csinálhatnak mindent egyszerre, s hogy az élet döntésekből és kompromisszumokból áll és a rendszeres munka végül meghozza a gyümölcsseit.

Egy másik formája a gyerekek szorongásának az általános szorongás, ami fakadhat a családban történt konfliktusokból és változásokból (pl. egy kistestvér megszületése vagy a szülők válása) bármiből, amittől a gyermek bizonytalannak éli meg saját helyzetét, a szülei szeretetét és az otthon biztonságát. Ez az iskolában gyakran viselkedési problémákban nyilvánulhatnak meg, például csökken a gyerek stressztűrő-képessége, az órákon való koncentrációja, dühkitörések és viselkedészavarok jelenhetnek meg, mert a szorongásából adódó feszültséget a gyerek nem tudja máshogy levezetni. Ezen esetekben fontos, hogy a szülők beszéljenek a gyerekekkel nyíltan és őszintén a családi történekekről, segítsenek a gyerekeknek a feszültségek levezetésében és minden körülmények között támogassák érzelmileg és főként komolyan kezeljék, és ne bagatellizálják a gyerek szenvedéseit. Ha nem sikerül ezt egyedül megvalósítani a szülőknek, akkor bármikor kérhetik az iskolai tanácsadó támogatását.

AZ ARC TÖRTÉNETEI

Városi Emőke – Iskolai tanácsadó

Az arcunk, akár a személyiségünk a genetikai és környezeti hatások és örökségek tükrözője. A gyakran hasznát, “az arc a lélek tükre” kifejezést

alátámasztja Ruth Ozeki a *The Face: A Time Code* című

esszéjében/memoárjában, kiegészítve azzal, hogy amennyiben időt szánunk arra, hogy szembe nézzünk önmagunkkal és

megfigyeljük alaposan

arcunk részleteit nem csupán azt véljük felfedezni, hogy kik vagyunk, hanem azt is, hogy honnan származunk és családtagjainktól mit viszünk tovább magunkkal.



Kép forrás: www.ruthozeki.com

Ruth Ozeki japán-amerikai író, filmrendező, egyetemi tanár és buddhista pap, *The Face: A Time Code* című memoárja egy három órás önarc elemzést ír le, amivel rávilágít arra, hogy az érzelmeinken kívül mennyi mindent “viselünk” az arcunkon.

A saját fordításom alapján ezeket a gondolatokat fogalmazza meg Ozeki (2015):

“[...]Az arcom nem én vagyok. Egy szép arc. Sok ember fellelhető benne. A szüleim, a nagyszüleim és az ők nagyszülei, vissza az időben és számtalan generáción keresztül a legrégebbi őseimig [...] mindazokkal együtt, akik valaha rám néztek. A fény és az árnyékok is itt vannak, az örömök, a szorongások, a bánatok, a

hiúságok és a kacagás. A nap, az eső, a szél, a seprű oszlopok és a vas kerítések, amelyek vonalakat, hegeket és gyűrődéseket hagytak az arcomon- mind itt. [...] **Köszönj az arcodnak, arc. Köszönj a világnak.**” (129-130 old.)¹

Ezekből a gondolatokból kiindulva és Ruth Ozeki által kiemelt arc részletek alapján állítottam össze a *Az Arcom története* önismereti feladatlapot diákoknak és felnőtteknek egyaránt. (Az eredeti verziót angolul készítettem mesterfokozati szemináriumi bemutatómhoz. Irodalomtanítási interaktív módszernek is használható.)

Ki vagyok? Mi az arcom története? Mi van az arcom története mögött? Mi az igazi ÉNem? Mi rejtőzik az arcom története Mögött?

Szükséges kellékek: tükörök, relaxációs zene, kellemes és nyugodt környezet, feladatlap

Időkeret: 1-3 óra (lehetőség szerint)

Könyvészet:

Ozeki, R (2015). *The Face: A Time Code*. Brooklyn, New York: Restless Books. 1. 129-130 old.

Ozeki, R. (2014). *About Ruth*. <http://www.ruthozeki.com/about-ruth>. Hozzáférés ideje: 2020. November 5

Kép forrás: Ozeki, R. (2014). *Writing & Film* <http://www.ruthozeki.com/writing-film/my-year-of-meats-1> Hozzáférés ideje: 2020. November 5

too, the joys, anxieties, griefs, vanities, and laughter. The sun, the rain, the wind, the broom poles, and the iron fences that have distressed my face with lines and scars and creases—all here. [...] Say hi to your face, face. Say hi to the world” (Ozeki 2015:129-130)

¹ “[...]My face is and isn’t me. It’s a nice face. It has lots of people in it. My parents, my grandparents, and their grandparents, all the way back through time and countless generations to my earliest ancestors—[...]along with all the people who’ve ever looked at me. And the light and shadows are here,

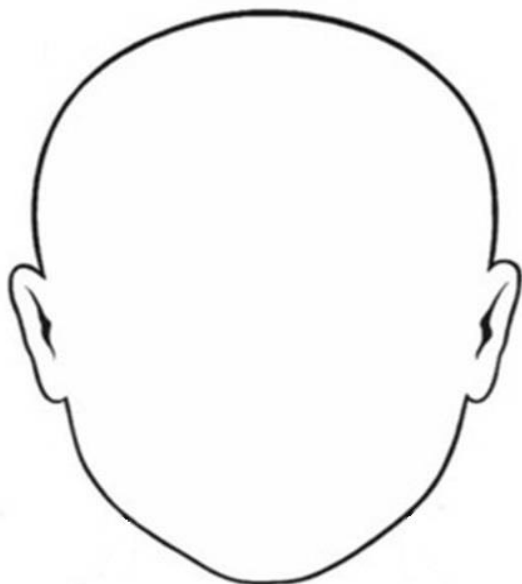
Az Arcom története

(Önismereti feladatlap¹)

Városi Emőke – Iskolai tanácsadó

ÉN/Az arcom:

Akitől örököltem a....:



Szemeim _____

Orrom _____

Homlokom _____

Tekintetem _____

Arcom _____

A hajam számomra: _____

Az arcom története: (hegek, vonások, bőröm színe, etnikumom stb.):

Amit legjobban szeretek magamon: _____

Amit legkevésbé szeretek magamon: _____

Érzése(i)m amikor a tükörbe nézek: _____

Érzéseim, viszonyulásom a önmagamhoz: _____

Az arcom sugallja, sugározza: _____

Így látom magam: _____

ÉN- a látszaton túl _____

Könyvészet:

- Ozeki, R (2015). *The Face: A Time Code*. Brooklyn, New York: Restless Books. 1.

¹ **Megjegyzés:** Az eredeti verziót angolul készítettem mesterfokozati szemináriumi bemutatómhoz. (Anglo-amerikai tanulmányok) Irodalomtanítási interaktív módszernek is használható.



Változás!

SEMMI SEM ÁLLANDÓ, CSAK A VÁLTOZÁS MAGA (HÉRAKLEITOSZ)

Orbán Márta - alsó tagozatos tanár
Tudor Vladimirescu Általános Iskola

Nagyon sokan félünk a változástól, az ismeretlentől, az újtól, a meglepetésektől. Ragaszkodunk a megszokott dolgokhoz, a biztonságot nyújtó élethelyzetekhez, a jól megszokott rutinjainkhoz. Félünk kilépni a komfortzónánkból, váratlan, ismeretlen helyzetekbe kerülni, pofonokat kapni. Pedig “semmi sem állandó, csak maga a változás”, írja Hérakleitosz. Az elmúlt évre visszatekintve a komfortzóna elhagyása nem biztos, hogy néhányunknak kalandot, vagy érdekes, élményeket jelentett. Akarva-akaratlanul kibillentünk az egyensúlyi állapotból. Többen elkezdtünk másként dolgozni, másként tanulni, közlekedni, másként vigyázni az egészségünkre, másként gondolkodni. Ez nem azt jelenti, hogy nem volt részünk örömeben, sikereiben. Csak másként, csak jobban megdolgoztunk érte. A változás, az ismeretlen segített új dolgokat megtapasztalni, képessé tett rugalmasnak lenni, újratervezni a létet, és ezáltal pedig tanulni, fejlődni.

Az oktató-nevelő munka tantermen kívüli, digitális munkarendben került megszervezésre.

Rendkívüli helyzetben is tovább kellett működtetni az oktatást, biztosítani a tanulóknak a tanulási lehetőséget. Az új munkarend bevezetése kezdetben feszültséget, aggodalmat, sok töprengést váltott ki mindkét oldalról. A váratlanul kialakult szituációhoz alkalmazkodnia kellett családoknak, diákoknak, pedagógusoknak. Olyan digitális oktatási tartalmakat kellett kidolgozni, melyek alkalmasak legyenek a tanuló tanulmányi követelményeinek teljesítésére.

A tananyag kijelölése, a tanulási folyamat ellenőrzése és támogatása a pedagógusok részéről nagy kihívást jelentett. Az új helyzet rákényszerített új platformokat felefedezni. Az oktatás és képzés folytonosságának biztosítása érdekében az interneten online tananyagokat gyártottunk. A nagyon időigényes munka még mindig nem pótolja az emberi kapcsolatokat, a valódi ráhangolódást. Megpróbáltuk fenntartani a normalitást ebben a nehéz időszakban is.

Ha lecseréljük a szemüveget, és az érem másik oldalát nézzük, -ahogy a mondás tartja- minden rosszban van valami jó. Sokan rávetettük magunkat

pedagógiai célú innovatív és kreatív online eszközök elsajátítására és alkalmazására. A digitális módszertani ötletek elsajátítása tanulással, fejlődéssel, tapasztalattal, pedagógiai szemléletváltással finalizálódtak, ami nem biztos, hogy amúgy ennyi idő alatt ilyen mértékben összegyűltek volna.

Tíz hónap után megsokasodtak és elérhetőek, minden korosztálynak készült digitális tartalmak, tananyagok, játékok, gyakorló feladatok széles választéka.

A közvetlen kapcsolaton alapuló információközvetítés virtuális táplálék, szerintem az óvodás és kisiskolás számára interakció nélkül nem megfelelő táplálék. Az új tanulási módszerek in-tegrálódhatnak a hagyományos iskolai tanulásba. Az alapvető digitális készségek lehetővé tették számunkra, hogy továbbra is kapcsolatot tart-sunk barátainkkal, ismerőseikkel. De mennyire sikerült a gyerekek lelki egészségére vigyáz-ni? Az információátadás mellett egy-egy segítő beszélgetés lebonyolításával, a bizalmas és biztonságos légkör kialakításával, kiemelt figyelemmel prioritásként kezeltük a hangulatin-gadozást, a szorongást. Amikor nehézségen megy át a család, valami nem várt és számunkra negatívan lecsengő esemény történik, saját viselkedésünkkel gyerekeink feszültségét kezel-hetjük. Előfordult helyenkén, hogy az otthon lévő nagyszülő, az éppen délutános szülő na-gyobb igyekezettel vetette bele magát az online tevékenységbe azért, hogy a jobb

minősítést, vagy maximális érdemjegyet szerezzon a gyerek, gondolván, hogy ezzel segítettek, mint maga a diák.

Amennyiben képesek vagyunk megfelelően élni a helyzettel, győzedelmeskedni tudunk, meshősökké válunk, ha a megpróbáltatásban, a bajban megküzdünk. Tudjuk elfogadni azt, amin nem tudunk változtatni. Gondolataimat Aranyosi Ervin versével zárom.

Ismét egy év véget ért,
tovaszállt!

Hálás vagyok mindenért,
ami volt, ami várt!

Tanultam új dolgokat,
eleget,

voltam búsabb – boldogabb,
ami épp lehetett!

Ebből áll az életem,
s folytatom,

vágyaimat éltetem,
fel soha nem adom!

Nem mondok le semmiről,
ami szép,

a lemondás álmot öl,
a szívem tépi szét.

Utamon tovább megyek,
bármi vár,

közben szívvel szeretek,
s öröömöm rám talál!

Vidítok bús lelkeket,
s nevetek,

s jobbá válok veletek,
amikor szeretek.

Jön az új év, s fogadom,
ami vár,

járjunk a jó oldalon,
s tűnjön el a sivár!

Jövőre is veletek
legyen szép!

Kívánok jó emberek
jobb sorsot, szerencsét!

(Aranyosi Ervin: Óév búcsúztató, újév váró)

AZ OROSLÁN ÉS A RÓKA

Szász Réka, tanítónő

Megöregedett az oroszlán, nem tudott már vadat fogni, és elhatározta, hogy ravaszságból él meg. Bement egy barlangba, és betegséget színlelt. Látogatni kezdték a vadállatok, és ő mind megette azokat, akik bementek hozzá a barlangba. A róka megneszelte a dolgot, megállt a barlang szájánál, és megszólalt:

- Hát, hogy vagy, oroszlán?

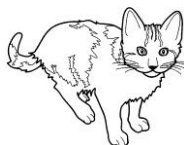
Az oroszlán ezt felelte:

- Rosszul, de te miért nem jössz be hozzám?

Azt mondta a róka:

- Azért nem megyek be, mert a nyomokon látom: sok a bemenő nyom, de kijövő nincsen.

1. Kik látogatták meg a megöregedett oroszlánt? Színezd ki azokat az állatokat!



2. Számozással állítsd sorrendbe a szavakat! A legfiatalabbat jelöld egyessel!

óvodás újszülött agg ifjú felnőtt iskolás öreg

3. Színezd ki az igaz állítások előtti négyzetet!

- | | |
|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | Megöregedett az oroszlán. |
| <input type="checkbox"/> | Nem tudott már vadat fogni. |
| <input type="checkbox"/> | Betegen feküdt a barlangban. |
| <input type="checkbox"/> | Megkérte a vadállatokat hozzanak neki eledelt. |

4. Egészítsd ki a megkezdett mondatokat!

Látogatni kezdték a vadállatok, _____

A róka megneszelte a dolgot, _____szájánál.

Azért nem megyek be, mert a nyomokon látom: _____

5. Kösd a mese szereplőjéhez a megfelelő tulajdonságot!



csalafinta
ravasz
leleményes
talpraesett
eszes
furfangos
megfontolt



6. Keresd a szavak megfelelőit! Kösd össze őket!

megöregedett
színlelet
elhatározta
megneszelt

tettetett, megjátszott
megvénült
megsejtett, gyanított
eldöntötte

7. Másold le szótagolva a ?-es mondatokat!

8. Rajzolj!

ELMÉLKEDÉS AZ ONLINE OKTATÁSRÓL

Kiss István – Iskolai tanácsadó

Mottó:

Sokat vagyunk együtt, mégis elpusztít minket a társas magány. (Albert Schweitzer)

Az elmúlt évben az online tanulás iránti igény jelentősen megnőtt valószínű, hogy ez a jövőben is így marad. Csakúgy, mint a legtöbb tanítási módszer esetében, az online tanuláshoz is megvan a maga pozitív és negatív oldala. Talán ezért is, az online oktatás népszerűsége sok vitát szült az elmúlt hónapokban a tanárok, diákok és a szülők körében, előnyeiről és hátrányairól sok írás jelent meg az utóbbi időben.

Az iskolai tanulás-tanítás tulajdonképpen nem más, mint a tanár és a tanulók valamint tanulók egymás közötti interakcióinak kölcsönös egymásra hatásainak összessége. Mint interakciós eszköz a kommunikáció nem más mint információtovábbítás, információcsere.

Ha abból a tényből indulunk ki, hogy a testbeszéd része a kommunikációnak akkor kulcsfontosságúvá válik a tanulók testbeszédének megértése, mivelhogy érzelmi állapotaik külső leképződése hűen tükrözi, hogy mennyire fogékonyak illetve mennyire érdekli őket a tanórán elhangzottak.

Ugyancsak a testbeszéd révén visszajelzést kaphatunk a tanuló teljesítőképességéről, viselkedéséről a csoport (osztály) közösségi motivációjáról.

Másrészt a testbeszédnek szerepe van nemcsak az osztálytársakkal való együttműködésben, vagy a potenciális konfliktusok megelőzésében, hanem az álláspontok érvényesítésében, és a társak meggyőzésében is.

Mivel a testbeszéd ösztönös folyamat, nem befolyásolható. Ha szeretnénk tudni, hogy a tanuló igazat mond-e vagy nem (füllent!), akkor nagyobb figyelmet kell fordítanunk a testbeszédére.

A diszponibilitás a nyitottság, a leadott anyag iránti érdeklődés és kíváncsiság, a tanárral való egyetértés, mind olyan viselkedési mintázatok, amelyeket testbeszéd kísér/követ.

A tanár is hatékonyan felhasználhatja testbeszédét a tanítási folyamatban, hiszen az mindig erőteljes benyomást gyakorol a tanulókra.

A pozitív testbeszéd (pl. egyenes, magabiztos testtartás, kihúzott vállak stb.) csökkentheti a diákok szorongását és fokozhatja a motivációjukat. Annak ellenére, hogy az arc (tekintet, mimika) a monitoron látható a kéz gesztusai a testtartás vagy a járás, amelyek nagyon sokféle és árnyalt jelentést hordozhatnak (hordoznak!) nem észlelhetőek.

Tehát a szociálpszichológiai értelemben vett közvetlen interakció különböző aspektusai az online tanulás/oktatás során nincsenek jelen.

Másfelől a komplex csoportmunkát támogató felületek (virtuális tantermek) funkciói lehetővé teszik a saját élő kép, videó (arc) kikapcsolását, illetve háttérének elmosását, ami szintén nehezíti a mimika és a kimondott szavak közötti kongruencia meglétének vagy hiányának észlelését.

Figyelembe kell venni azt a tényt is, hogy az online tanórákon viszonylag nagy számú tanuló (szereplő) vesz részt a csoporton belüli interakciókban.

Mindezen nehézségek/kényelmetlenségek ellenére az online tanulás hatékony lehetőséget kínál a tanároknak, hogy „eljuttassák a tanórákat” az általuk tanított tanulókhöz.

Csakhogy, az online közegnek (feltételeknek!) olyannak kell lennie, amiben a tanár jól érzi magát, hatékony és magabiztos tud lenni.

Az is tény viszont, hogy a legjobb online tanfolyam sem képes teljes mértékben pótolni a tanárral való személyes kapcsolatot vagy a csoportban/osztályban kialakuló emberi kapcsolatokat.



A MONDÓKÁK SZEREPE AZ IKZ¹-VAL ÉLŐ ÓVODÁS KORÚ GYERMEK

Székely Lenke, pedagógus

A Napirend biztonsága:

A mai rohanó világunkban a családok és ez által a IKZ-s gyerekek mindennapjainak ritmusa is felgyorsul, ezáltal nehezebb kialakítani egy állandó rendszert. Az időkorlátok szorítása miatt a napirend kialakításában az óvodának támogatnia kell a családok törekvéseit.



Ha a mindennapi tevékenységnek egy meghatározott sorrendet biztosítunk, segíteni tudjuk a belső biztonság, stabilitás kialakulását. Hiszen ha a kisgyerekek tudják, hogy mi fog történni, előre látja az események, történések sorrendjét, nem fog félni, szorongani.

Azért nehéz az óvodás korú IKZ-s gyerek számára új szituációkkal való első találkozás, hiszen a gyerek csak érintőlegesen, a szülők elmondása,

könyvecskék lapjairól, mesékből, stb. értesül arról, hogy mi vár rá.

Így van ez az óvoda esetében is, viszont ahogy napról-napra egyre több időt tölt el az óvoda falai között, megismeri a működési ritmusát, a rutinokat, amik nagymértékben fokozzák a biztonságérzetét. Hiszen tudja már egy hívó szóból is, hogy mi fog következni, mivel elhangzik egy ismert sor, vagy egy mondóka pl. „Kukurikú jó reggel!” *-hívogat a kakas a reggeli körbe.

A mondókákat vizuálissá is tudjuk tenni hívóképek, kártyák segítségével, vagy tapinthatóvá bábok által. Így már, csak ha felmutatjuk a csoport részére a jól ismert figurát, vagy képet a gyerekek tudni fogják, mi következik. Pl. Meglátják a kezünkben a kakasbábót és már hozzák is a székecskéjüket a reggeli körbe.



Ugyanakkor széles körű szakirodalom áll rendelkezésünkre, ahol a nap főbb mozzanatainak kiemelésére találunk mondókákat: tisztálkodás, öltözködés, étkezés, pihenés**. Ezen mozzanatok belsőlegessé tételére, megkedveltetésére nagyon jól alkalmazhatóak a rímes sorocskák.

Érzelmek megélése, tanulása különböző óvodai tevékenységek által:



A mondókák amellett, hogy előre jeleznek egy tevékenységet és érzelmi biztonságot nyújthatnak, segíthetik érzelmek kifejezését is, ritmusosságuk, szófordulataik mosolyt csalnak az arcocskára, de a szomorúságot, vagy a szorongást is oldani lehet általuk. Mozgással összekötve alkalmassá válnak arra, hogy jobban bevonjuk a kisgyereket, interaktívvá tegyük a tevékenységeket, így nagyon sokféle mozgáshoz, élethelyzethez, hozzá tudunk rendelni pár frappáns szót.

Például a hét napjait soroló mondóka egyik sora, így szól „... Jó kedvünk van, mint erdőn a madárnak”***, itt megállunk és utánozzuk a mosolyt, és valóban jó kedvre derülünk.

A mondókázás során kialakíthatunk egy harmonikus kötődést az IKZ-s gyerekekben- aktívvá téve az érzelmi központot, - hiszen elfogadást, megértést, odafigyelést tapasztal, és így motiváltabbá válik a közös tevékenységre.

A mondókák átszövik az IKZ-s kisgyermek mindennapjait, irányt mutatnak, biztonságot adnak, megmozgatják a testet és lelket.

IKZ¹- intellektuális képességzavar

Felhasznált irodalom:

1. *Ciróka-maróka mondókák, versek, játékok kicsiknek, Csengőkert könyvkiadó, Debrecen, 2011
2. **Lacfi János- Páll Viktória: Óvodai mondókás, Neteducatio Kft, Budapest, 2017
3. ***Népi gyermekjátékok, Ec-pec kimehetsz, Pannon-Literatura Kft, Kisújszállás, 2019





Z-GENERÁCIÓ

Forrai Blanka-Beáta - iskolai tanácsadó

A koronavírus okozta világjárvány mindannyiunk életét megváltoztatta. Szigorítások, szabályok sokasága váltogatta egymást. A járvány életeteket, munkahelyeket, új helyzetekhez, megszokottól eltérőhöz való alkalmazkodást követelt. Az oktatásra is rányomta bélyegét. Pedagógusnak, szülőnek, diáknak egy új, szokatlan tanítási-tanulási formával kellett szembenéznie...az online szféra kínálta lehetőséggel. Úgy vélem, hogy nehezebben, mi felnőttek, alkalmazkodtunk. Fiataljaink annál könnyebben. Ez talán annak is köszönhető, hogy ők a Z-generációhoz tartoznak. Mit is jelent ez?

A következő táblázat jól szemlélteti a nemzedékeket a digitális korban.

Y-generáció	1980-1995	Gyermekkorban
Z-generáció	1996-2009	Nem éltek az internet világa nélkül
Alfa-generáció	2010 után születtek	Nem éltek a mobilinternet nélkül

A táblázatból kiindulva, hogy a Z-generáció tagjai mikor találkoztak a digitális eszközökkel, ebből kifolyólag a következő szavakkal illetik őket: „online”, „like”, „digitális őslakosok”, „digitális bennszülöttek”, „éjjel-nappal a neten lógnak”, „Facebook generáció”, „dotcom” gyerekek, netgeneráció.

Tari Annamária (pszichológus, pszichoterapeuta, pszichoanalitikus) szerint korábban használták a technikai eszközöket, mint ahogy megtanultak folyékonyan beszélni, és ők azok a személyek, akik internetes közösségekben szocializálódnak. Továbbá sokszor: türelmetlenek, motiválatlanabbak, fogyasztói attitűdjük erősek, a celebkultúra értékeit látják maguk előtt, „érzelmi inkontinencia” jellemzi őket, megküzdési stratégiájuk az azonnali megosztás, a társas támasz, a magánélet határainak kitágulása, sokszor

Elnevezés	Születési év	Találkozás a digitális eszközökkel
Veteránok	1925-1945	Életük második felében találkoztak az internettel
Bébi-boom	1946-1964	30-40 életév között
X-generáció	1965-1979	Kamaszként, tinédzserként

elsősorban írásban kommunikálnak, narcisztikusak, lételemük pedig a fejlődés.

Életüket az internethez kötődően, mintegy „bedrótozva” élik. Kiváló intellektusuk és igen fejlett problémamegoldó képességük kiváló technikai érzékkel társul, amely erős gyakorlati igényt generál. Mindezen kiváló tulajdonságok mellett számolni kell náluk a környezettől való elidegenedéssel és azzal, hogy virtuális közösségi létük okán több negatív tapasztalattal kell megbirkózniuk, amely nehéz megfelelést, kiúttalanságot, a rohanás – pénz – pörgés - sikerhajsza helyzetét teremt körükben. Bár sokan úgy hiszik, hogy a generáció tagjai számára már kevésbé fontosak a személyes kapcsolatok, mégis továbbra is meghatározó a barátokkal, ismerősökkel lévő kapcsolat ápolása. Társadalmi kapcsolataikat egy időben élik meg a valós és a virtuális világban.

A csoport legfontosabb jellemzői az alábbiakban foglalható össze:

- a személyi szabadság nagyon fontos számuk
- társas folyam:

- elődeiknél sokkal gyorsabb ritmusban élnek
- nem a szavak és érzelmek jellemzik őket elsősorban
- a változástól nem félnek, mert hozzászoktak, ebbe születtek bele
- kevésbé lojális fogyasztók
- inkább magukban, mint a körülöttük lévő világban bíznak
- inkább okosak, mint bölcsék
- bátrak és kezdeményezők
- a szabályok betartására kevésbé mutatnak hajlandóságot

Számomra nem meglepő, hogy a Z-generáció tagjainak a lételeme a fejlődés, az „online szféra”, hisz nyitottak az újra, nem félnek a változástól, bátrak és kezdeményezők. Az elmúlt időszakban, mivel az oktatás online térben zajlott, nagyon sok mindent tanultam a diákjaimtól a különböző digitális platformok használatáról. Azt tapasztaltam, hogy ők sokkal könnyebben alkalmazkodtak az új helyzethez, sokkal hamarabb és gyorsabban ráhangolódtak az újonnan használható digitális oktatási felületekre azért, mert korábban használták a technikai eszközöket, lettel rendelkeznek, az elektronikus

A Z-k kíváncsiak.

Habzsolják az információt, lubickolnak a tartalomban. Ha releváns, ha hiteles, ha jókor, jó helyen, jól szervírozzák nekik.



Források:

- https://ktk.pte.hu/sites/ktk.pte.hu/files/images/szervezet/intezetek/mti/pais_alapvetesek_a_z_generacio_tudo_many-kommunikaciojához_-_tanulmány_2013.pdf
- <https://moderniskola.hu/2015/03/hogyan-banjunk-a-z-generacio-tagjaival/>
- <https://republicgroup.hu/archivum/z-generacio>
- <https://www.slideshare.net/drkollarcsaba/munkavllali-genercik-harca-a-digitlis-korban>

A BENNEM ÉLŐ GYERMEK

Csíki Andrea pszichológus

Hat éves voltam. Télen hárman laktunk egy szobában. A szüleim és én. Nem tudtuk mindhárom szobát melegíteni. Szolgálati lakásunk volt, be kellett osztani az anyagiakat. Ott volt a karácsonyfa is köztünk, de mintha mégsem lett volna. Nem teremtett életet maga körül. Karácsony első napján rám dőlt a fa. Azóta sem szoktam szaloncukrot kötni a fára. Apám szerint én voltam a hibás, mert le akartam lopni egy szaloncukrot róla és kibillenttem az egyensúlyából. Persze, hogy őt és a fát is. Karácsonyi dalok zengése helyett förtelmes ordítózásával fertőzte meg törékeny gyerekszívem. Emiatt sok mindent nem értettem meg jól ezekből a karácsonyozásokból. Miért kell fára akasztott szaloncukrokkal kíváncsítani a gyerekeket és megtiltani, hogy megegyék a cukrot a fáról? Miféle angyal, aki ilyen szabályokat üzen? Miért ideges vagy morcos az apám minden ünneplés előtt? A készülődések olyan erőltettek voltak... Hiányzott az otthon melege. Évekig nem éreztem a karácsony varázsát. Szégyelltem az apám mellett ülni a templomban, mert előfordult többször is, hogy oda nem illő szavakkal kommentált az istentisztelet kezdete előtt. Olyankor azt éreztem, hogy ő sem és én sem érdemeljük meg, hogy Isten házában legyünk. Miért jöttünk ide? - tettem fel magamban a kérdést. Ezért jöttünk ide?! - újra és újra feltettem magamban a kérdést. Titokban azt reméltem, hogy hátha nincs Isten, aki mindezt lássa. Biztos voltam abban, hogy a pokolba fogunk kerülni az apámmal együtt. Aztán mégiscsak abban

reménykedtem, hogy abban a pillanatban más családokat figyelt odafentről az Isten, amikor apám méltatlan módon viselkedett a templomban. Az évek során az iskolai vallásórák tartották bennem a lelket. Nagyon szerettem a vallási énekeket is. Év végén mindig volt egy különös küldetésem. A karácsonyi templomi szereplés. Mindig főszerepet kaptam. Egyik évben a gyufaárus kislány szerepét játszottam. Nagy megnyugvással töltötte el a lelkem az, hogy nem kellett ünneplőbe öltöznöm. Rongyosan mehettem be a templomba. Gondolatban együttéreztem azokkal a szegényes családból származó kislányokkal, akiknek hideggel teli, didergő és vacogó karácsonyaik voltak. Volt valami közös bennünk. A hideg. Én ezt belülről nagyon átéreztem. Gyerekként nekem is gyakran vacogott a lelkem. Éhes volt a tiszta szeretetre. Nálunk minden karácsonyban eltört egy díszgömb. Ó, bárcsak soha ne találták volna fel az üveggömböket! Legtöbbször veszekedés lett a vége. Olyankor valami mindig megtört bennem. Olyannyira, hogy ezek a lelki törések két évtized után forrasztották össze bennem a szeretet ünnepének a varázsát. Most már érzékeny felnőttként nyitott szívvel idézem fel a gyerekkori Jézuska várását. Számtalan meghitt emlék raktározódott el bennem valahol mélyen. Jól esik a lelkemnek megtalálni ezekben a belső szépséget. Nálunk azóta is mindig a fa alá teszi a szaloncukrokat az anyuval és ránk hagyta, hogy akkor ehetünk belőle amikor csak akarunk. Megszerettem a karácsonyozást, mert ilyenkor újjászületik bennem a reményteljes, tiszta gyermek.