



ELIAŠ BOSÁK TÜNDE

A MESÉK ÉS A KÉPZELETBELI BARÁT SZEREPE ÉS FONTOSSÁGA A GYERMEKEK ÉLETÉBEN

KIHEZ SZÓL ÉS MIT MOND A MESE?

A meséknek az archaikus kultúrákban nagyon fontos szerepe volt, melyeket az emberek generációról generációra adtak át egymásnak. Ezek a mesék elsősorban a felnőttekhez, illetve az ifjakhoz szóltak, amelyek a mindennapi élethez szükséges tudásanyagot tartalmazták. Mivel nekik és róluk szóltak, segítettek a felnőtté válásban, a konfliktusok megoldásában, és szinte gyógyító hatásuk is volt, hiszen támpontokként szolgáltak bizonyos élethelyzetekben, problémákban.

Igaz, mostanára a mesék beköltöztek a gyerekszobákba és szórakoztató, varázslatos történetekké váltak, melyek a felnőttek részére néha értelmetlenek és érthetetlenek, gyógyító szerepük viszont máig megmaradt. A mese segít megoldást találni olyan helyzetekben is, mint a testvérféltékenység, a szülőkről való leválás, a párválasztás és önmagunk kiteljesítése. „A mese képi világa és valóságábrázolása teljes mértékben megfelel a gyermeki gondolkodásmódnak, emiatt a mese tulajdonképpen a gyermek szemével nézett világ...” (Kádár, 2012, 43). A mesei világban rendben vannak a dolgok, és a gyermek saját életében is erre a biztonságra vágyik: kiszámítható és egyértelmű dolgokra. A mese egyszerre lehet feszültségteremtő és feszültségoldó. Általában azokra a mesékre reagálunk, amelyek összhangban vannak pilla-

natnyi lelkiállapotunkkal, segítenek lelki egyensúlyunk megtalálásában. Nem véletlen, hogy a gyerekek gyakran ugyanazt a mesét szeretnék hallani, visszatérnek egy-egy történethez.

A MESÉLÉS ÉS MESEHALLGATÁS JELLEMZŐI

A meseolvasás egyik legfontosabb hatása, hogy beindítja a gyermek belső képalkotását, hiszen a gyermek az elméjében kelti életre a történetet. Képekben elevenedik meg előtte a történet, elképzeli azt, amit hall, és azt szimbolikus úton dolgozza fel. Ezért megnyugodhatunk, ha félelmetes részhez is érünk a mesében, hiszen a gyermek csak annyira fogja félelmetesnek képzelni, amennyire azt ő képes elviselni, elfogadni.

Ezenkívül fontos odafigyelni a mesélés módjára is, arra, hogyan és mikor mesélünk. A személyes kapcsolat a mesélővel segít megteremteni azt a meghitt, nyugalmas légkört, amelyben a gyermek érzelmi biztonságban érezheti magát és nyugodtan ráhangolódhat a „belső mozizásra”. A legideálisabb, ha ugyanazon a helyen és ugyanakkor mesélünk. Ha tudunk, először meséljünk fejből, de ha nem megy, nyugodtan olvashatunk könyvből is. Igyekezzünk érthetően, spontánul olvasni, figyeljünk oda a hangleadásra, arckifejezésünkre, és ne féljünk hitelesen beleélni magunkat a mesélésbe, sőt merjünk átnézni a fan-

tázia világába is. A meséléshez idő kell, ezért ne siessünk, és ne rövidítsünk, hiszen a mesének minden egyes eleme nagyon fontos, és ha kihagyjuk őket, akkor a mondanivaló is elvész. A mesélés után idő kell a feldolgozásra, és ha a gyermek igényli, a kérdésekre is.

A mai rohanó világban minőségi időként is tekinthetünk a mesélésre, hiszen együtt tesszük azt, és ezáltal a gyermek a szülővel való együttlét örömet és biztonságát is megéli. Ezenkívül egyfajta szokást, rituálét alakíthatunk a mesélésből, lehet ez akár a nap méltó lezárása is.

A mesélés és mesehallgatás nagyon léleküdtető hatású is lehet, egyféle utazás a tudattalanba, ahol megpihenhetünk vagy felszabadulhatunk. Talán nem is tudatosítjuk, hogy a mesélés és a mesehallgatás igénye egész életünkben jelen van, a gyerekkortól egészen a felnőttkori beszélgetésig.

MIT MESÉLJÜNK A GYEREKEKNEK?

Már a várandósságunk alatt elkezdhetünk mesélni, különböző dalocskák, versikék formájában, később pedig életkortól és érdeklődéstől függően választhatunk mesét. Az édesanyák már bölcsős korban altatódalokkal, ringatókkal nyugtatták gyermekeiket, amelyek magas érzelmi töltettel rendelkeznek, így az éber állapotból az álomba való átmenetet segítették,

amelyből egyfajta esti rituálé alakult ki.

Kétévesen a gyerek szívesen lapozgat lepeorellókat, lapozókat. A két-hároméves gyermekeket általában a mindennapokról szóló rövid történetek és az állatmesék kötik le. Nagyon tetszenek nekik a részletes hétköznapi történetek, amelyekben vissza lehet emlékezni a napi eseményekre. Ezekben a történetekben inkább az ismerős dolgokat várják, mint a varázslatokat. A négyéveseknél az emberi tulajdonságokat kiemelő állatmesék, novellák a kedvencek. Igazából 4-5 éves korban kezdődik a nagy mesekorszak, amikor a gyermek képes a mese elemeit megkülönböztetni a valóság elemeitől. Ekkor már azonosul a mesehőssel, de nem téveszti össze magát vele. Legszívesebben a tündérmeséket és a picit bonyolultabb, de azért érthető novelákat hallgatja.

Hat-hétéves korban a gyermek már bővebb szókinccsel rendelkezik, és képes a bővebb cselekménysor megértésére, ezért a bonyolultabb mesék is előkerülhetnek. Az iskoláskorú gyerek már sokkal realisabban érzékeli a dolgokat, és figyelme a valós dolgok felé húz, megjelenik az irodalmi érdeklődése, és a mai gyerekekről szóló történetek, valós mesék kötik le őket. A mesére való beállítottság 8-9 éves korig tart. Tízéves korban megtörténik a szempontváltás, ami azt jelenti, hogy a gyermek képes több nézőpontból értelmezni a világ dolgait. Saját történetek, mesék írásába kezd, ami által fejlődik a kreatív fantáziája, érzelmi intelligenciája, problémamegoldó készsége, és képes lesz kifejezni önmagát.

A MESE SZEMÉLYISÉG- FEJLESZTŐ HATÁSA

Hogy minél tovább megőrizzük a meseolvasás élményét, nemcsak az életkori sajátosságokat kell szem előtt tartani egy-egy mese kiválasztásánál, hanem a gyermek egyéni igényeit is, mint pl. milyen szöveget ért meg, mely történetek érdeklik, milyen kérdések foglalkoztatják, mitől fél, esetleg milyen gondokkal küszködik.

A meséknek komoly szerepük van a gyermek személyiségfejlődése és az érzelmi intelligencia fejlesztése szempontjából is. Kádár Annamária ismert pszichológus *Mesepszichológia* c. könyvében olvashatjuk, hogy: „Az érzelmi intelligencia folyamatában a mese alapvetően fontos szerepet tölt

be. A mese a gyermek lelki világát testesíti meg, segít különválasztani egymásnak ellentmondó érzéseit. Éppen ezért végtelen megnyugtató, ha megzabolázatlan indulatait belevetítheti a mese negatív szereplőibe. A mesék által megtanulja, hogy MINDEN érzése a személyiségének része, és azt is, hogy ezek megfékezhetők, kezelhetők, irányíthatók.” (Kádár, 2012, 265–266) A mesék segítenek eligazodni az „útvesztőben”, az élet kérdéseit illetően, ezt mégsem racionális módon teszik. „A mesehős, akivel a gyermek azonosul, és aki példaképpé válhat számára, épp azokat a problémákat képes megoldani, amelyekkel a gyermek küzd, ezáltal mintát ad az érzelmi fejlődésnek. Ha a gyermek megkérdi, hogy mit jelent a mese, akkor fordítsuk vissza a kérdést: szerinte mit jelent? És fogadjuk el a választ, amit ad, hiszen ha tudata nem is, tudattalanja pontosan megérti a mese mondanivalóját.” (Kádár, 2012, 269)

A KÉPZELETBELI BARÁT SZEREPE

A gyermek lelki egészsége szempontjából a mesékhez hasonlóan a képzeletbeli barát is fontos szerepet tölt be. Gyakran megjednek a szülők, amikor látják, hogy gyermekük egy láthatatlan személlyel beszél. Ez viszont egy életkori jelenség, amitől az egészséges személyiségfejlődésű gyermeknél nem kell kétségbeesni. Ki számít képzeletbeli barátnak? „Minden olyan lény, amely legalább egy napig jelen volt a gyermek életében, és amellyel beszélgetett, tanácskozott, játszott. Ez lehet ember, ismert személy, állat, tárgy, rajzfilmfigura vagy nem létező fantázialény, akit a gyermek megszemélyesít.” (Kádár, 2012, 73)

És hogy miért jelenik meg a gyermek életében a képzeletbeli barát? Ennek több oka is lehet. Mivel a gyerekek fantáziavilága nagyon gazdag, lehet ez a fantáziálás egyik formája is, sőt játék közben ez kifejezetten gyakran előfordul a gyerekeknél. Leggyakrabban viszont akkor jelenik meg, amikor a gyermek valamilyen gonddal küszködik, ill. krízishelyzetben van. Ilyenkor pontosan benne találja meg a vigaszt, a támaszt, ill. a megértő, elfogadó és nem kritizáló társat, akire akkor a legnagyobb szüksége van. Ilyen helyzetek lehetnek pl. a szülőről való leválás, a kistestvér megjelenése a családban, valamilyen változás a gyerek vagy a család életében. De előfordulhat az is, hogy olyankor jelenik meg, amikor a

gyermek egy nehéz élethelyzettel néz szembe, mint pl. betegséggel, veszteséggel, elutasítással vagy bántalmazással.

A képzeletbeli barát segítségével a gyermek könnyebben tudja megfogalmazni a benne megjelenő érzéseket, amelyek nyomasztják. Ezenkívül pont úgy, mint a mese, a képzeletbeli barát is feszültségcsökkentő erővel bír, oldja a szorongást, megnyugtató a gyereket, érzi, hogy nincs egyedül, van, aki meghallgatja, nem okítja, megérti őt. Igazából egyfajta érzelmi biztonságot nyújt, segít csökkenteni az érzelmi feszültséget. Ez a jelenség a gyerekeknél óvodáskorban szokott megjelenni (ebben a korban a gyerekek a fantáziavilág és a reális világ között nagyon könnyen mozognak), de a legtöbbször iskoláskorra eltűnik, elfelejtik őt vagy más tevékenység lép a helyébe, sőt akár valós személy is helyettesítheti.

Nagyon fontos, hogy ha a képzeletbeli barát megjelenik a gyermek életében, a gyermeket ne szidjuk meg, vagy ne neveljük ki, ne szegényítsük meg, hanem próbáljuk meg higgadtan elfogadni. Érdemes viszont megfigyelni, hogy mikor jelenik meg, milyen szituációkban van jelen, hiszen ez azt jelezheti nekünk, hogy gyermekünk valamit old, valamivel küszködhet. Igazából akkor fontos óvatosságnak lenni, amikor a gyermek teljesen eltávolodik a valóságtól, nem teremt semmilyen emberi kapcsolatot, izolálódik, figyelmét csak a képzeletbeli barátnak szenteli.

„A képzeletbeli barát tisztelete a gyermekvilág tiszteletének része is. Nem kell félni, ezzel nem távolítjuk el gyermekünket a valóságtól, csak hidat képezünk a realitás és a fantáziavilág között. (Míg ha nem fogadjuk el képzeletbeli barátját, akkor jó eséllyel más kérdésekben sem fog bizalommal fordulni hozzánk.)” (Kádár, 2012, 77)

Ne féljünk néha belépni a gyerekek fantáziavilágába, hiszen valaha mi is gyerekek voltunk, csak már talán elfelejtettük, hogy milyen is ott.

FELHASZNÁLT IRODALOM:

Kádár Annamária: *Mesepszichológia. Az érzelmi intelligencia fejlesztése gyermekkorban*. Kulcslyuk Kiadó, 2012.