

# ERŐSSÉGEK BAJNOKAI PILOT PROGRAM

5. Foglalkozás: A nyitott gondolkodásmód erőssége

Korosztály: 3 - 6 éves

2020/21



Jobb Veled a Világ  
Alapítvány



**Jobb Veled a Világ Alapítvány**

1145 Budapest, Columbus u. 37.  
erossegekbajnokai@gmail.com

## 5. FOGLALKOZÁS

Korosztály: 3-6 éves



# Erősségek Bajnokai - 5. foglalkozás

## A NYITOTT GONDOLKODÁSMÓD ERŐSSÉGE

**A FOGLALKOZÁS CÉLJA:** Megérteni a nyitott gondolkodásmód erősségét, felfedezni helyét, szerepét a játék során, a mesékben és a minket körülvevő világban, továbbá építeni annak pozitív hatásaira.

**Tipp:** Érdekes egy rövid, pár perces relaxációval kezdeni, például Bagdy Emőke villámrelaxációs gyakorlatai közül válogatva, amelyeket a Boldogságóra kézikönyvekben találsz.

### 1. HANGOLÓDJUNK RÁ!

Életkori sajátásból adódóan az óvodások énképe pozitív, és 3-5 éves kor között elsősorban még az önmaguk felé irányuló szeretetük érhető tetten, ami aztán az óvodáskor végére az egocentrizmus csökkenésével mások felé irányul, és kezd másokat is úgy szeretni, mint saját magát. Az értelmi és erkölcsi fejlődés eredményeként 6 éves korban az óvodás már el tudja képzelni, hogy mit éreznek mások, vagy ő hogyan érezné magát hasonló helyzetben, ahogyan egy időben egy helyzet több mozzanatát is kezdi figyelembe venni. Az óvodáskor sajátos szociális-erkölcsi, érzelmi és kognitív jellemzőinek tudatában a másokat elfogadó, nyitott gondolkodást és viselkedést talán a szabad játékok során, a társas kapcsolódásokban tudjuk kedvesen és szeretettel támogatni.

A gyerekek a játéktéren sétálnak, miközben a lépéseiket számolják 1-től 4-ig vagy számok helyett egy mondóka szavait is használhatjuk. Amikor felszólítod a gyerekeket, akkor rövid időre mozdulatlanra kell válniuk, szobrot alakítaniuk, ami azt az érzelmet jeleníti meg, amit mondtál. „Tovább” instrukcióra újra elindul a séta, ismét számolják a lépéseiket: 1, 2, 3, 4.

Kezdd például így: „Van egy varázspálcám, amivel szoborrá változtatlak benneteket. Nem is akármilyen szoborrá, ezzel a pálcával tudok vicces, szomorú vagy álmos szobrot varázsolni. Aki szeretne játszani, álljon ide a szőnyegre! A varázslat előtt 4 lépést tehetek, ezt számoljuk, majd megforgatom a varázspálcámat és megmondom, milyen szoborrá váljatok. 1, 2, 3, 4 – vidám szobor!” További ötletek: szomorú, vicces, mérges, fáradt, álmos, beteg, éhes, lusta, csalafinta, gondolkodó stb.

### 2. A NYITOTT GONDOLKODÁSMÓD ERŐSSÉGE

A pedagógus mint példamutató referenciaszemély magatartása nagyban elősegítheti a gyerekek helyes reakcióit, különösen a gyerekek közötti konfliktusos helyzetekben. Az alábbiakban a „nehéz helyzetek” megbeszéléséhez – irányított beszélgetéséhez – kívánunk segítséget adni Kasik László szerkesztett könyve alapján.

Mielőtt belekezdenénk az irányított (feltáró-elemző) beszélgetés kérdéseibe, fontos tudatosítani magunkban, hogy a beszélgetés középpontjában a gyermek, ne pedig a pedagógus álljon, vagyis a gyermek gondolatai, érzései, verbális és nem verbális jelzései mentén történjenek a kérdések alkalmazása.

Legelőször is teremtsünk bizalmi és érzelmileg is biztonságos légkört. Fejezzük ki a gyermek felé, hogy szeretnénk vele beszélgetni arról, ami történt, mert úgy látjuk, az neki is kellemetlen. Például: „Láttam, hogy ma többször összevesztél Pistivel. Ez biztosan nagyon rossz volt neked. Szeretném, ha te is jól éreznéd magad az oviban, ezért örülnék, ha elmondanád, mi történt.” Előfordulhat, hogy a gyermek nemet mond, nem akar beszélni róla. Fogadjuk el ezt egy olyan gesztussal, ami nyitott ajtót jelez egy bármikor későbbi beszélgetés felé. Például: „Rendben, megértem, hogy most nem akarsz erről beszélgetni velem. Szeretném, ha tudnád, hogy bármikor meggondolható magad, és ha úgy érzed, akkor csak gyere bátran és mesélj nekem arról, ami zavar téged, vagy ami rossz neked az oviban.” Vagy „Rendben, látom, hogy ezt most nem szeretnéd, nem baj. Bármikor folytathatjuk, ha úgy gondolod.” Ezt az „ajtókitámasztó” mondatot őszintén, bátorítóan (semmiképpen se követelően vagy sértetten) mondjuk a gyerekeknek. A sok társas problémával küzdő gyerekek éppen az együttműködő viselkedésben kevésbé eredményesek, így nem várható el, hogy a felnőttel készségesen elkezdjenek együttműködni az első szóra.



Jobb Veled a Világ  
ALAPÍTVÁNY

<https://boldogsagora.hu/erossegek-bajnokai>

## 5. FOGLALKOZÁS

### Korosztály: 3-6 éves



#### Lássuk az egyes kérdéstípusokat!

1. A bevezető kérdések segítik a beszélgetésre való ráhangolódást. Nagyon fontos funkciójuk a bizalmi légkör megteremtése. Nagyobb gyereknél kifejezetten fontos, hogy megkérdezzük, szeretné-e ezt elmondani. Ha nem válaszol, akkor azt elfogadva érdemes finom jégtörőket alkalmazni, például: „Megértem, hogy nem szívesen beszélsz erről. Szeretnék segíteni neked, azonban így még nem tudok.” „Látom, hogy nem szeretnél erről beszélgetni velem. Esetleg valaki másnak szívesen elmesélnéd? Tudod, fontos nekünk, hogy minden gyerek jól érezze magát az oviban.” „Igen, értem. Tényleg nehéz dolog beszélni a veszekedésekről, de azért hasznos, mert ha elmondjuk, akkor kicsit könnyebb lesz. Megpróbáljuk?”
2. A direkt kérdések a problémáról, a problémás helyzetről való beszélgetés bevezetésére szolgálnak. Egy részük általános jellegű (pl. Szoktál haragudni azért, mert...?), ami szintén a ráhangolódást segíti, másik részük direkt (pl. Mit csináltál, amikor elvették tőled a labdát?). Nagyon fontos, hogy türelemmel várja ki a pedagógus, amíg a gyermek maga kezd el beszélni a problémáról és annak részleteiről. Az óvodai évek alatt – a gyermek fejlődési jellemzőitől függően – az ilyen jellegű beszélgetésekben egyre gyakrabban érdemes nem kizárólag viselkedésre, hanem érzésekre és gondolatokra kérdezni (pl. Szerinted mi a jó abban, ha...?).
3. A követő-mélyítő kérdések célja a válaszok bővítése és azok tartalmának tudatosítása, elmélyítése, illetve a problémahelyzetben a másik személy nézőpontjáról gondoltak megismerése. „Mondasz erről többet? Elmeséled, mit tettél akkor?”, „Tudtál volna mást csinálni? Mit tehetnél volna még? Mit tehetnél volna Jutka helyében?”
4. Ezekhez a kérdésekhez szorosan kapcsolódnak a pontozító kérdések, melyekkel tisztázni, egyértelműsíteni tudja a pedagógus a gyermek gondolatait, érzéseit, tevékenységének jellemzőit: mit érzett, gondolt, tett. Itt is nagyon fontos, hogy ne csak viselkedésre, hanem egyre gyakrabban érzelmekre és gondolatokra kérdezzék rá a pedagógus, másrészt nem kizárólag a saját, hanem a problémahelyzetben részt vevő másik vagy mások helyzetét is megbeszéljék (pl. Ezzel azt akarod mondani, hogy...? Tehát azt érezted, hogy...? Ez azt jelenti, hogy...? Szerinted a másik úgy gondolta, hogy...?).
5. Hasonlít ezekhez a kérdésekhez a sugalmazó kérdés, amelynek célja a válasz – burkolt vagy nyílt – megelődése. Ennek alkalmazása akkor lehet hatékony (még többet megtudva a szereplőkről és a helyzetről), ha már eleget tud a pedagógus a problémáról, a problémás helyzetről, és azt szeretné elérni, hogy a gyermek maga

mondja ki – amivel a probléma tudatosításához járul hozzá –, hogy mi is történt, mit gondol, érez (pl. Tehát akkor te...? Miért nem...? Miért nem fontos az...?).

6. Amennyiben a pedagógus úgy érzi, hogy eltértek a témától, esetleg ismételt a beszélgetés során a gyermek, irányító-terelő kérdést érdemes alkalmazni (pl. Tudunk most arról beszélni, hogy...? Mi lenne, ha most...?). Ezeknél a kérdéseknél szükséges a kérdés előtt megnyugtató, a gyermek korábbi válaszait, gondolatait megerősítő kijelentéseket tenni (pl. Jó, hogy ezt elmondtad. Örülök, hogy erről beszéltél.).

Kerüljük a faggatózást, a kérdésekkel való gyors dobálózást. Türelemmel és elfogadással várjuk meg, míg a dacos, elzárkózó gyermekek megnyílnak előttünk. A válaszadás ugyanis rendkívüli mentális erőfeszítést követel a gyermektől, különösen azok, amelyek érzéseinek megfigyelését, önreflexiót várnak el.

**Forrás:** Kasik László (szerk.): Társas problémák és megoldásuk 3-7 évesek körében – feltárás és segítség. Mozaik Kiadó, Szeged, 2017.

### 3. MESE A NYITOTT GONDOLKODÁSMÓDRÓL

#### OLVASD FEL AZ ITT KÖVETKEZŐ MESÉT A GYEREKEKNEK!

#### KRUPPA ÉVA: MACKÓ KERTJE – MESE AZ AUTIZMUSRÓL

*Egyszer volt, hol nem volt, kerekerdő közepén, a völgyi tó szélén, élt egy hatalmas medve. Neki mindig vidám volt a kedve, hiszen méz és málna bőven termett a kertben. Az ő telke volt a legeslegszebb a határban, messze nem akadt párja egész erdőországban. Termett a kertjében paradicsom, répa, cékla, káposzta, a kerti munka volt a kedvenc elfoglaltsága. Mikor végzett a munkával, leült a közeli cseresznyefa árnyékába és megpihent a hintaágyában. Ez volt a kedvenc helye az egész világon, itt nyugalom és béke honolt, ez nyújtotta neki a legnagyobb biztonságot. Itt még egy madárfütty sem volt, csak a hinta egyenletes nyikorgása törte meg a csendet, de ezt kimondottan szerette. Oly kedvesen szólt a hangja, de mindig csak akkor, amikor ő akarta. Mikor ott üldögélve elunta magát, utánozni kezdte a hangját: Csün-csün, csün-csün, csün-csün.*

*Így telt-múlt az idő, előre-hátra hintázva. Mikor a Nap a legmagasabban járt az égen, megszólaltak a déli harangok, s ekkor elfutotta a mérge. Hogy meri megzavarni az ő hintázását e templomtornyai ének?! Morgott, perelt dühöngve: -Hallgass már el! – kérlelte üvöltve. Mikor a tizenkettőt is megkongatta a harang, a nagy zaj végre abbamaradt. Újra csend szállt a helyére, s ekkor a szomszéd, Nyuszi néni lépett*



Jobb Veled a Világ  
ALAPÍTVÁNY

## 5. FOGLALKOZÁS

### Korosztály: 3-6 éves

hozzá illatos, frissen sült kenyérrel.

-Tapsi néni, megint kongatott az a harang! Úgy utálok! – gyűlt benne újra a harag, s fenyegetően mutatott a templomtorony irányába.

-Ne is mondd, fiacskám, belefájdul még az én fejem is a kolompolásába – pedig Nyuszinét egyáltalán nem zavarta, csak a mackót nyugtatgatta. - Ne is törődj vele! Inkább ide süss! Hoztam neked cipócskát meg egy mézes itókát. Hamar, hamar mossál kezet, és gyorsan asztalhoz vele!

Dúlt-fúlt még medvekoma, de várt reá az úri lakoma, így gyorsan megterített és Nyuszinénak még egy széket is kerített.

-Parancsolj, foglalj helyet, hosszú fülű néni! – s szemét nem bírta levenni róla, csak a fülét nézte, és arra gondolt közben: „Te jó ég! Ez az egekig ér!”

-Megint nőtt a füled? – kérdi bohókásan tőle.

-Nőtt, bizony. A sok répalé teszi, amit iszok.

-Répalé? – kerekedett a mackó szeme. – Ha még akad egy kevés, hoznál nekem?

-Hozok, persze, akad abból bőven inni, de most már állj neki enni.

-Hát ez igazán kedves tőled, meg is töltöm jól a bendőmet. „Csün-csün, csün-csün” – szórakoztatta magát evés közben.

Nyuszi néni csak mosolygott, boldog volt, ha sikerült furfanggal rávennie a medvét, új finomságokhoz meghozni a kedvét. Azelőtt mindig csak málnát evett, de Nyuszinak köszönhetően mára már sok más növényt is ültetett. Más nem beszélt a medvével, mindenki félt tőle a környéken. Félték, hiszen történt egyszer, hogy a harang tizenkettő helyett tizenháromat kongatott, s a medve ettől úgy forrongott-lázongott, hogy azóta nemhogy szomszéd, de még madár se jár arra gondért. Csak Nyuszi néninek esett meg a szíve a medvén, csak ő segíthet a mackó dörmögő kedvén.

Másnap is elment hozzá déltájban, de már messziről hallotta, hogy nagy baj van a mackóházban. Még dél sem volt, hogy a harangra essen a medve haragja, de már üvöltve szólt keserves hangja.

-Mi az fiacskám? Mi történt ideát? – futott hozzá Nyuszi néne.

-A kertem! Senki nem engedte be őket! Hogy képzelik, hogy ide bejönnek? – mutogatott a kert felé öklével fenyegetően. S akkor látta Nyuszi néni, hogy a zöldségeket jókora fehér hernyók eszik.

Próbálta a mackót leültetni maga mellé, de az ellökte magától. Mikor azonban kezdett elfáradni haragjától, leült, de nem a hintaágyra, hanem Nyuszi néni lábára. Az a nagy medve próbált úgy beelbújni az ölébe, mint egy kis bocsnya anyja köntösébe. Végül Nyuszi néni susogó hangja és a hinta csün-csün hangja megnyugtatta.

-Megezik a zöldségeim! – mondta sírva.

-Megezik, bizony, mert olyan finom, s nincs a környéken, ki elűzze, megegye őket. Nézd meg! Egy madár sincs, mert elijesztetted a haraggoddal mind. S most félnek, nem mernek

visszajönni szegények. Pedig lenne itt nekik bőven munka, s akkor nem veszne kárba a sok kertimunka.

-De én csak egy kis nyugalomra vágytam, folyton csak énekeltek a cseresznyefában! – válaszolt Mackó undokul.

Nyuszi néni csak megcirógatta a fejét, és tovább ringatta.

Másnap ismét füttyszó töltötte be a kertet, és a sok hernyónak mind nyoma veszett. A mackó egész éjszaka madáretegőt ácsolt, s reggelre az lógott a cseresznyefa minden ágáról. A finom falatokért és a szép otthonért cserébe a madarak a harangnál is hangosabban énekeltek minden délben. Az ő hangjukat már egészen megkedvelte, a harangoka azonban még mindig nem szívelte.

Így volt, mese volt, Nyuszi néne örökre Mackó barátja volt.

**Forrás:** Kruppa Éva: Mackó kertje – mese az autizmusról. In: Napos mesék. Ismerj meg és fogadj el! Katica-Könyv-Műhely, Pécel, 2017, 61–63.

**Mit tettek, mit gondolhattak, mit érezhettek az állatok? Ki volt már hasonló helyzetben és mit tett, gondolt, érzett akkor?**

**Üljetek körbe! Beszélgetéssel tárjátok fel a mese meghatározott szereplőjének érzéseit, viselkedésének okait.**

A jelentkező gyerekek közül válaszd ki az első játékost, majd beszélj meg vele, hogy a mese melyik szereplője lesz a továbbiakban. A gyermek fejére tegyél egy kalapot, ezzel jelezzük a szerepbe lépést. A te és a többiek kérdéseire a szereplő szemszögéből kell válaszolnia.

„Van egy bűvös kalapom, aki ezt a fejére teszi, a mesékben találja magát. Ki szeretné a fejére tenni a kalapot? Leszel az első, Zsuzsi? A Mackó kertje meséből legyél te a Mackó. Mackó, elmondod, hogy mit éreztél, amikor a harang megkondukt?... Ki szeretne kérdezni a mackótól? Mire vagytok még kíváncsiak?”

**A játékot a mese különböző szereplőivel egymás után többször is eljátszhatjátok.**



Jobb Veled a Világ  
ALAPÍTVÁNY

## 5. FOGLALKOZÁS

### Korosztály: 3-6 éves

#### IDŐBŐSÉG ESETÉN

Az itt látható feladatokat különösen akkor javasoljuk, ha jut rá időtök. Hosszú távon mindenképpen hasznos beépítened valamely foglalkozásba.

#### A) Rajzoljatok!

Rajzoljátok meg a mese szereplőit! Vagy színezzetek ki mackó képeket!

#### B) Játsszatok!

Eszköz: papírzacskóból báb (ahányan vannak, annyi), egyik oldalára mosolygós, a másikra szomorú arcot rajzolunk, a báb neve: *En Ezt Is Tudom Úr*.

Hozz egy példát, esetet a csoportból, név nélkül. Legyen a példa konkrét, ahol egyértelműen eldönthető a gyerekek számára, hogy a szereplők viselkedése helyes vagy helytelen.

Üljetek körbe és osszad ki a gyerekeknek a bábokat. A játék során felváltva sorolj fel példákat a helyes és helytelen problémamegoldási módokra. Kérd meg a gyerekeket, hogy a zacskóbáb felmutatásával jelezzék, hogyan értékelik a szereplők viselkedését: ha helyesnek tartják, akkor a mosolygós arcot, ha helytelennek ítélik, akkor a szomorú arcot mutassák fel. A gyerekek értékelését áttekintve kérj tőlük rövid indoklást is.

Kezdheted így is a játékot: *„helyes/nem helyes játékot fogunk játszani. Ehhez adok mindenkinek egy bábót, tegyétek a kezetekre és ismerkedjétek meg vele, En Ezt Is Tudom Úr. Különleges képessége van, mert megmutatja, hogy mi helyes és mi nem. Ha helyes dolgot hall, akkor mosolyog,*

*ha helytelen, akkor szomorú lesz. Próbáljátok ki! Mondani fogok nektek különböző helyzeteket, fordítsátok felém En Ezt Is Tudom Úr megfelelő arcát! (Itt mondasz egy példát.) Sári, miért mosolyog most a bábod?”*

**Forrás:** Kasik László (szerk.): Társas problémák és megoldásuk 3-7 évesek körében – feltárás és segítés. Mozaik Kiadó, Szeged, 2017.

#### ÉVES PROJEKTMUNKA

Az éves pilot program során sokféle alkotás fog születni. A 24 erősség bármelyikéhez várunk töletek alkotásokat 3 kategóriában 2021. április 30-ig az [erossegekbajnokai@gmail.com](mailto:erossegekbajnokai@gmail.com) címen.

Az elkészült művek közül a legjobb alkotásokat díjazni fogjuk!

A 24 erősség bármelyikéhez várunk töletek alkotásokat 3 kategóriában **2021. április 30-ig** az [erossegekbajnokai@gmail.com](mailto:erossegekbajnokai@gmail.com) címen.

Az elkészült művek közül a legjobb alkotásokat díjazni fogjuk!



Jobb Veled a Világ  
ALAPÍTVÁNY

<https://boldogsagora.hu/erossegek-bajnokai>



Fontos! A program minden írott és szóbeli anyaga jogvédett! Az ebben a dokumentumban található anyagnak a felhasználása a foglalkozásokon kívüli más nyilvános eseményeken vagy továbbadása harmadik félnek kizárólag a Jobb Veled a Világ Alapítvány előzetes engedélyével lehetséges!