

Somogyi Angéla

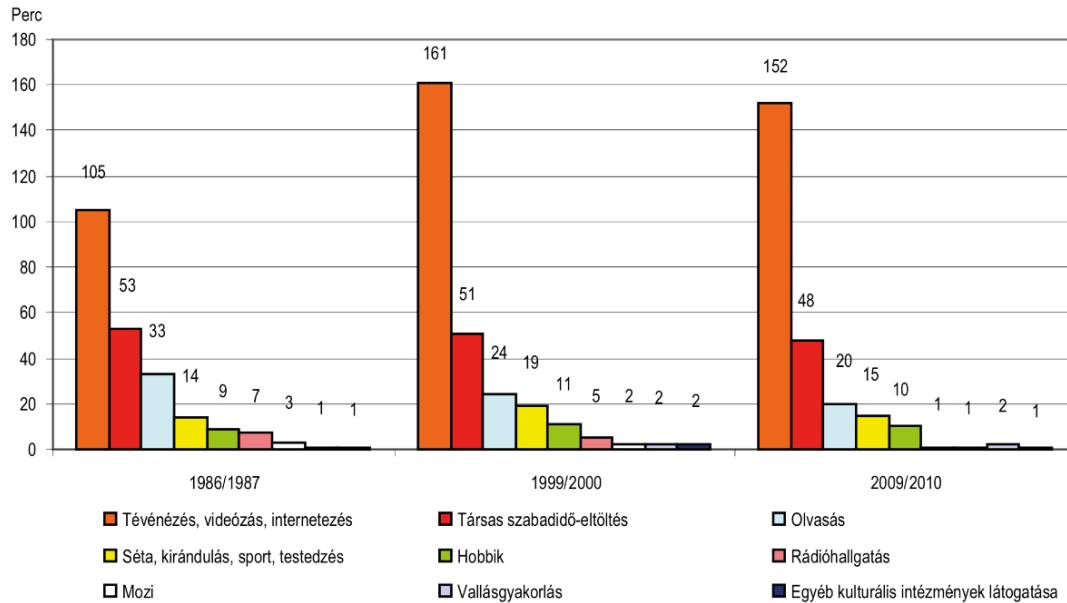
Iskolás korú gyermekek kognitív fejlődésének és fejlesztésének egészségpszichológiai vonatkozásai

A Központi Statisztikai Hivatal (KSH) 1963 óta tíz évenként végzi a magyar lakosság kulturálódási szokásainak –ezzel összefüggésben pedig a testi és lelki jóllétének- az ún. „időmérleg” vizsgálatát. Legutóbb 2013-ban publikálták a 2010-es évi adatokon alapuló vizsgálatok eredményeit, melyek jelentős társadalmi problémákra irányították a figyelmet: gondot jelent a családok életében a mindennapi élet megszervezése, a beszűkült lehetőségek között pedig *nem marad idő olyan tevékenységekre, mint a sportolás, az olvasás, a pihenés vagy a kulturálódás*. A társadalom jelenlegi helyzetét, az *interperszonális kapcsolatok válságát* jelzi, ahogy az összes szabadidőn belül egyre élesebben különül el a tévzés ideje, az utóbbi időben ennek már döntő hányadát köti le. (Falussy, Harcsa, 2006).

Az egészségpszichológia megközelítésmódjában éppen ezek a kérdések foglalják el a központi helyet, hiszen a saját sorsát *aktívan alakítani képes* és a *szociális környezetét megérteni szándékozó ember egészséges életmódra való törekvéssel* kapcsolatos témákkal foglalkozik (Kállai, Varga, Oláh, 2014.). Keretei között hangsúlyos helyet foglal el az *egészség és kultúra összefüggéseinek és az egészséges fejlődésmentnek a tanulmányozása*.

Egészség és kultúra

A KSH aktuális időmérleg vizsgálatainak eredményei alapján elmondható, hogy *korunk kultúrája a képernyő kultúrája*. Az 1980-as vizsgálati adatokhoz képest a szabadon végzett tevékenységekre fordított idő nagy mértékben csökkent, és azon belül jelentős átrendeződés tapasztalható. Csökkent a sétára, testedzésre, sportra és olvasásra fordított idő, míg a képernyők előtt töltött idő jelentősen nőtt. Az alábbi grafikonon látható, hogy a 10-74 éves korosztályban átlagosan napi 152 percet tölt képernyők előtt a lakosság, míg olvasással csupán napi 20 percet.



Forrás: KSH

Az említett kutatás arra is ráirányította a figyelmet, hogy a 60 éves kor feletti korosztályt követve a *kisikolás korú gyermekek töltenek legtöbb időt a képernyők előtt*. A képernyős tartalmak készen kapott „külső képek” a gyermekek számára, azok létrehozásához nincs szükség *fantáziára, képzeletre*, szemben az *olvasott és hallgatott tartalmakkal*. Ezért nem alkalmasak *elaborációra* (feszültségcsökkentés, feldolgozás) sem, ami mesék hallgatása esetén alapvetően működő pszichológiai folyamat. A kisgyermek akkor dolgoz fel, ha mozog, így az órákon át képernyő elé „szögeztet” gyermekek agresszívebbek lesznek, mert nincs belső képkészítés, feldolgozás, a személyiségfejlődésük sérül. Mindezekkel szemben Nagy József és kollégái már az 1970-es évek elején megállapították, hogy az a gyerek, aki minden nap hall mesét az iskolába lépés idején, 1,5 évvel előzheti meg anyanyelvi fejlődésben azt a kortársát, aki nem rendszeres mesehallgató. A mesét hallgató gyermekek gazdagabb szókinccsel, fejlettebb elemző, rendszerező, szövegértő képességgel rendelkeznek, és könnyebben tanulnak meg olvasni, mint mesét nem hallgató társaik. A mesehallgatás és később az olvasás tehát komoly anyanyelvi és gondolkodásbeli fejlesztő hatással bírnak. A fejlődéslélektani kutatások szerint a mese személyiség- és intelligenciafejlesztő, konfliktusmegoldó, értékközvetítő, vagyis egy univerzális segítő.

A fejlődéspszichológusok a *testi és a perceptuális fejlődés* mellett tanulmányozzák a *személyiség és a társas kapcsolatok* fejlődését, illetve a *kognitív fejlődést, vagyis a gondolkodás és a nyelvi képességek fejlődését* is. Az emberi fejlődést leíró legjelentősebb elméletek ezen területek fejlődését *egymás után következő, egymásra épülő, egyre magasabb rendű minőséget képviselő szakaszokban* képzelik el. Az elméletalkotók közül kiemelkedik *Jean Piaget* (1896-1980) svájci pszichológus és *Erik Erikson* (1902-1994) amerikai pszichológus fejlődésemellete, amelyek nagy segítségünkre lehetnek a mindennapi pedagógiai munkában.

Piaget kognitív fejlődésmélete

Piaget előtt a gyermekek kognitív fejlődéséről való gondolkodást két fő nézet uralta: az egyik a *biológiai megközelítés* volt, mely szerint kizárólag az öröklődés határozza meg a kognitív képességek fejlődését, a másik pedig a *környezeti megközelítés*, amely minden hangsúlyt a nevelésre helyezett. Ezekkel szemben Piaget a gyermek természetesen érő *képességeinek és a környezetével kialakított kapcsolatának a szoros kölcsönhatására* összpontosított. Ebben a folyamatban a gyermek nem passzív befogadó, hanem *aktív résztvevő*, Piaget nyelvhasználatában „egy minden iránt érdeklődő tudós”, aki kísérleteket hajt végre a körülötte lévő világon, hogy megnézze, mi történik. Álláspontja szerint ezeknek a miniatűr kísérleteknek az eredményei, vagyis *a gyermek tapasztalatai alapján* elméleteket alkot arról, hogy hogyan működik a fizikai és a társas világ. Ezeket az elméleteket nevezte el Piaget *sémáknak*, amelyek olyan *szervezett viselkedés- és gondolkodásminták*, amelyeket a gyermekek a környezetükkel, *szüleikkel, tanáraikkal és kortársaikkal való interakció* során alkotnak. Ha a gyermek egy új eseménnyel, vagy tárggyal, tapasztalattal találkozik, akkor megkísérli azt a már létező sémájával megérteni. Ezt a folyamatot –vagyis az új tapasztalat beillesztését a már meglévő sémába– nevezte Piaget *asszimilációnak*. Ebben az esetben a gyermek értelmezi a tapasztalatot, hogy hozzá tudja igazítani a meglévő sémáihoz. Ha a régi séma nem megfelelő arra, hogy befogadja az új tapasztalatot, akkor módosítania kell a gyermeknek, vagyis át kell dolgoznia, ki kell terjesztenie a világról alkotott elméletét. Ezt a folyamatot *akkomodációnak* nevezte el. Könnyű belátnunk, hogy az *iskolás gyermekek* nagyon sok új dolgot tanulnak, így *a sémáik folyamatos korrigálásra* szorulnak.

A kognitív fejlődés szakaszai kisiskolás korban

Piaget a gyermekekkel végzett kísérletei alapján a kognitív fejlődést négy szakaszra osztotta:

a) *szenzomotoros szakasz (0-2 év)*, amikor a gyermekek a világot a szenzoros benyomásokon és a mozgásos tapasztalatokon keresztül értik meg, és rengeteg sémát alakítanak ki a külső tárgyakra és szituációkra vonatkozóan;

b) *művelet előtti szakasz (2-7 év)*, amikor a gyermekek gondolkodására már jellemző a szimbólumhasználat, de bizonyos szabályokat, vagyis műveleteket ekkor még nem ért meg. Tehát az *iskola első évfolyamán* tanuló gyermekek gondolkodására jellemző, hogy egyszerre *csak egy tulajdonságot tudnak kitüntetni figyelmükkel, képtelenek egy időben a helyzet több mozzanatát figyelembe venni, cselekvéseiket nem tudják még mentálisan megfordítani és nem jutottak még el a konzerváció (megmaradás) elvéhez*, vagyis nem értik meg például, hogy a víz mennyisége megmarad, ha magas pohárból alacsonyabba töltjük át. A gyermekek gondolkodását ebben a szakaszban a vizuális benyomások uralják.

c) *konkrét műveletek szakasza (7-12 év)*, amikor a gyermekek már ugyan képesek absztrakt fogalmak használatára, de a *gondolkodásuk csupán olyan konkrét tárgyakra*

korlátozódik, amelyek aktuálisan jelen vannak, érzékszervileg hozzáférhetők, , vagy konkrét tapasztalatuk van róla. Az alsó tagozatos gyermekek tehát minden helyzetre konkrét tapasztalataik alapján reagálnak. Hipotetikus problémák megoldása, illetve általános következtetések levonása egy szituációból így ebben az életkorban nem várható el. Absztrakt problémák megoldása „fejben” szintén sikertelen kisiskolásoknál, mert ahhoz, hogy megértse ezeket a problémákat és meg tudja magyarázni azokat konkrét tárgyakkal való manipulálás és múltbeli tapasztalatok felidézése szükséges.

d) formális műveletek szakaszában (12 éves kor felett) már képes a gyermek általánosítani, hipotéziseket alkotni, és ellenőrizni azokat. 12 évesek már képesek lehetnek mentális absztrakciókkal bánni, de a problémákat megoldani hipotézisalkotással, a lehetőségek számba vételével és a lehetőségek tervszerű ellenőrzésével csak a középiskola vége felé képesek (Piaget, 1969).

A fogalomelsajátítás folyamata

Az egy fogalomhoz tartozó tulajdonságok prototipikus és magbéli tulajdonságok csoportjaiba oszthatók. A prototipikus tulajdonságokat a fogalom legjobb „példányának” a leírásához használjuk, mert ezek a tulajdonságok kiugró jellegűek, ugyanakkor nem biztos mutatói a fogalomba tartozásnak. Ezek azok a tulajdonságok, amelyek általában először jutnak eszünkbe, ha egy fogalomra gondolunk. A fogalom magjába a tagsági viszony szempontjából kritikus tulajdonságok tartoznak, vagyis a fogalom magbéli tulajdonságai diagnosztikus értékűek.

Egy fogalmat kétféle módon sajátíthat el a gyermek. Egyik esetben explicit módon megtanítják neki, hogy mit jelent a fogalom, ez a fogalmi mag kialakításában érvényesül, míg a másik esetben egyéni tapasztalataiból ismeri meg a fogalom jelentését, ekkor a prototípus alakul ki. Az elsajátítás során a gyermekeknek meg kell tanulniuk, hogy a mag a tagsági viszonyoknak jobb mutatója, mint a prototípus. Ez a folyamat eltart egy ideig, csak tízéves életkorra jutnak el a gyermekek oda, hogy prototípusról magra váltanak fogalmi döntések kritériumaként (Atkinson, 2006).

Pedagógiai vonatkozások a kisiskolás korra

A fent bemutatott elméletek és vizsgálati eredmények komoly pedagógiai tanulságokat rejtenek. Piaget kognitív fejlődéselméletének értelmében az első osztályos gyermekek nagy részének gondolkodása a művelet előtti szinten van. Második osztálytól az ötödik osztályig jellemzőek a kisiskolások gondolkodására a konkrét műveleti fázis sajátosságai. A konkrét műveletekhez gondolkodásra van szükség, de ebben a szakaszban a gyermekek gondolkodását a közvetlen tapasztalat irányítja. Nem feltétlenül kell manipulálniuk a tárgyakkal ahhoz, hogy megértsék a köztük lévő összefüggéseket, de gondolkodásuk az aktuális tapasztalathoz kötődik. Az aktuális tapasztalatokhoz való erős kötődésük miatt nem tudnak még általánosítani, hipotetikus szituációkkal dolgozni, vagy mérlegelni. 12 éves kor alatt így nem tudnak a gyermekek absztrakt fogalmakkal bánni. Ahol nincs lehetőségük közvetlen tapasztalatszerzésre, ott a már tapasztalt dolgokból kiindulva vonnak le analógiás következtetéseket (Tóth, 2005). Az említett pszichológiai elméletek alkalmazására a

pedagógiai gyakorlatban sok esetben nem kerül sor. Az alsó tagozatos gyermekek magyar tanításában számos olyan példát fedezhetünk fel, amelyek ellentmondanak a kisiskolások fejlődési sajátosságainak, hiszen 3. osztályos gyermekek elvont fogalmakat, definíciókat tanulnak, olyan absztrakt fogalmakkal kell operálniuk, amelyekről nem lehet még konkrét tapasztalatuk. A konkrét gondolkodási fázis jellemzői és a fogalomelsajátítás sajátosságai alapján nehezen feldolgozhatóak számukra olyan fogalmak, mint „elbeszélő műfajcsoport”, „állandósult szókapcsolat”, „alapigazság”, vagy olyan kifejezések, mint a „nem fedezhető fel bennük jelentésbeli kapcsolat”, amelyek a magyar nyelv tanítása során rendszeresen előkerülő tartalmak. Mindezt csak explicit oktatás útján tudják elsajátítani, amire életkoruknál és fejlődési szintjükénél fogva nem alkalmasak. Mindezek mellett a gyermekek kis hányada lép úgy iskolába, hogy rendszeresen hallgat mesét, jól működik a belső képzési folyamata, megfelelő szókinccsel és érett gondolkodási stratégiákkal rendelkezik. Kevés az a kisiskolás gyermek, akinek a lelki egészség szempontjából fontos feldolgozási folyamatai, elaborációja jól működik, sok időt tölt az életkorának megfelelő testmozgással, és keveset a képernyők előtt, azt is felnőtt kontroll mellett teszi.

Nem szabad azt sem szem elől tévesztenünk, hogy ebben az életkorban a *pszichoszociális fejlődés* szempontjából fontos, hogy az iskolai feladatok *sikerélményhez juttassák* a gyermekeket, hiszen *Erickson* elmélete alapján kisiskolás korban alakul ki a *teljesítmény, kompetencia érzete a csökkentértékűséggel szemben*. A pedagógus feladata, hogy korrigálja a hibákat, hiányosságokat, sikerélményhez juttassa a gyermekeket, hogy megelőzze a csökkentértékűség érzésének kialakulását. Az sem elhanyagolható, hogy éppen ebben az életkorban alapozódnak meg az *iskola és a tanulás iránti attitűdök*, amelyekben szintén fontos szerepe van a sikerélménynek.

Irodalom

Atkinson et al. (2006): Pszichológia, Osiris Kiadó, Budapest

Falussy B., Harcsa I. (2006): „Háztartás és háztartásgazdaság az időfelhasználás tükrében” in: Társadalmi riport 2000, Kolosi T., Tóth I., Vukovich Gy. (szerk.). Budapest: TÁRKI, Pp. 158–176.

Kállai J., Varga J., Oláh A. (2014): Egészségpszichológia a gyakorlatban, Medicina kiadó, Budapest

Piaget, J. (1969): The Psychology of the Child, Basic Books, New-York

Tóth L. (2005): Pszichológia a tanításban, Pedellus Tankönyvkiadó Kft., Debrecen

Internetes hivatkozás:

Szunyogh Zs (2013): Kulturálódási szokásaink. A lakosság televíziózási, olvasási jellemzőinek vizsgálata az időmérleg-felvételek segítségével

https://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/pdf/kult_szokasok.pdf