

# Konfliktuskezelés az óvodában és a kisiskolás korban

TÓTH-KOCSIS CSILLA

csikocsis@jgypk.szte.hu

*SZTE Juhász Gyula Gyakorló Általános és Alapfokú Művészeti Iskolája,  
Napközi Otthonos Óvodája*



**Kulcsszavak:** játék, személyiségfejlesztés, önbizalom, kommunikáció, konfliktuskezelés

Tanulmányom címe azt jelzi, hogy ebben az írásban kísérletet teszek a 3–8 éves gyerekek konfliktusainak, esetleges agresszív viselkedésük okainak a feltárására, továbbá hasznos tanácsokkal szeretnék szolgálni ezek kezelésére, csakúgy, ahogy számos szerző teszi azt kitűnő tanulmányában (Kádár 2012, Gőbel 2014 stb.).

A pozitív pszichológia hatására számos olyan mű és módszer lát napvilágot, amely már egészen kicsi gyermekkortól segíti a nevelést, gondolok itt a mesepszichológiára, a „boldog iskolára” vagy „Varázsjátékokra”.

Természetesen minden szerző a saját foglalkozása és/vagy hivatása szempontjából kutatja az okokat és ad hasznos tanácsot. Ez alól én sem leszek kivétel, hiszen gyakorló pedagógusként fogom megközelíteni a témát. Ebben az írásban nem lesznek hosszú elméleti fejtegetések. Ezzel szemben a konfliktuskezelés gyakorlati oldalát kívánom bemutatni, rábízva az érdeklődőre, hogy hasznosnak és felhasználhatónak tartja-e munkája során az itt olvasottakat.

Napjainkban az óvodások és kisiskolások tele vannak félelemmel, szorongásokkal, feszültségekkel, amelyek okai lehetnek a viselkedésproblémának. Sok kisgyermekre mondjuk, hogy szociálisan éretlen, ami alatt azt értjük, hogy nem tudnak sem társaikkal, sem a felnőttekkel együttműködni, hiányzik belőlük a tolerancia, az empátia, kötődési nehézségeik vannak, nem tudnak másokhoz kapcsolódni. Segítenünk kell őket abban, hogy megtanuljanak másokat elfogadni, és a közösség szabályait is be tudják tartani.

Az emberre jellemző, hogy már egészen kis korban rá tudunk hangolódni mások figyelmére és rá tudunk venni másokat, hogy figyeljenek ránk, tehát az imitációs képességünknek köszönhetően kialakul a szociális kötődés, amely lehetővé teszi a normakövetést, a szabályok betartását. „Ahogy a gyermekek növekszenek, felismerik, hogy a szabályok egész életünket meghatározzák, de nem cselekvési terünket körbe záró ketrecként, sokkal inkább cselekvési szabadságunkat, felelősségünket meghatározó határokként. Minél felismerhetőbbek és stabilabbak ezek a határok, annál inkább biztonságban érezhetik magukat” (Tóth-Kocsis 2017: 39).

Az elfogadás és a biztonságérzet mellett hangsúlyoznunk kell a figyelem meglétét, amely szintén alapja a szociális készségek kialakulásának. Kicsi korában minden gyermek nagy kíváncsisággal vág bele az őt körülvevő világ megismerésébe. Ha kellő odafigyeléssel irányítjuk ezt a folyamatot, és igyekszünk megőrizni a kíváncsiságát, valamint ezt a megismerési vágyat nem letörni, hanem nevelgetni, terelgetni akarjuk, akkor náluk kialakul a másokra való odafigyelés képessége.

Természetesen a gyermekek a szociális képességeik zömét a játékon keresztül alakítják ki, de ne felejtjük el, hogy a játék egyben a legfontosabb örömforrás is. A játéknak energizáló hatása is van, a játszó gyermekek nem fáradnak el, újra és újra belemerülnek a játékba, ismétlik azt, és ez az élmény fokozza a cselekvési vágyat, lehetővé teszi a tevékenység pontos végrehajtását. „A gyermek természetes nyelve, tanulásának és kommunikációjának legfontosabb eszköze a játék. Ha szeretnénk megérteni őt, közel kerülni hozzá, megtanítani neki valamit, segíteni nehézségei leküzdésében, akkor mindehhez elsősorban játékon keresztül vezet az út” (Cohen 2015: 221).

A játék fejleszti az érzékelést és észlelést, a képzeletet, a verbális és non verbális kommunikációt; az énkép és önértékelés; a fegyelem és kooperáció; a problémamegoldás; a kreativitás és improvizáció képességterületeit, vagyis komplexen fejleszti a személyiséget, és mivel segítségével a gyermekek megértik az emberi helyzeteket, így javul együttműködési és konfliktuskezelési képességük is.

Az alábbiakban azokat a játékokat szeretném bemutatni, amelyeket az az igény szült, hogy a gyermekeknek olyan környezetet teremtsék, amelyben szabad kíváncsiskodni, hibákat ejteni, de sokat tanulhatnak társainktól, a tapasztalatainkból.

Ha együtt játszunk a gyerekekkel, segíthetünk nekik önmaguk és társaik megismerésében, és így az elfogadásban is. A *mintha* világában próbára tehetik képességeiket és elviselhetőek lesznek kudarcaik. A különböző konfliktusok attól alakulnak ki és mélyülnek el, hogy nem tudunk, esetleg nem vagyunk hajlandóak a másik ember nézőpontjába helyezkedni. Ehhez nagyon jó játékok a fantázia játékok és a szerepcserék.

A szerepcserés játékok során az addig háttérbe szoruló, félnék gyerek kerülhet domináns helyzetbe. Amikor a gyerekek nehezen birkóznak meg valami erős érzélemmel, szomorúak, a szabályok határait feszegetik, agresszívek, vagy képtelenek megoldani egy nehézséget, kezdeményezzünk olyan játékokat, ahol ezt szerepjátékban kipróbálhatják. Az első pillanatban agresszívnak, durvának vagy éppen hiperaktívnak tűnő gyermekek sokszor küzdenek olyan problémákkal, amelyek feszültté, frusztrálttá teszik őket. Büntetések sorozatát zúdíthatjuk rájuk, de az eredeti probléma legfeljebb elfojtódik, a frusztráció növekszik és az első adandó alkalommal utat tör magának. Ha képesek vagyunk ilyenkor olyan játékot kezdeményezni, amelyben megtudjuk a probléma valódi okát, könnyebben tudjuk azt orvosolni is.

Az általam ismertetett játékok nem közvetlenül foglalkoznak az agresszióval, mégis személyiségformáló hatásuknak köszönhetően segítenek a gyermekeknek konfliktusaik erőszakmentes megoldásában.

A játékok vezetése nagy felkészültséget, átgondolást igényel, mivel a gyermekek körében akkor leszünk hitelesek, ha nem játékosak vagyunk, hanem valóban játszunk, Cohen szavaival élve „belépünk a gyerekek saját világába”.

A játékok leírását követően röviden azt elemzem, hogy milyen konfliktusok esetén érdemes azt játszani, és mit fejleszthetünk az adott játékkal. Életkori megkötést nem teszek, mert véleményem szerint kis változtatással a kiscsoportos óvodástól a kisiskolásig mindenki tudja az alábbi játékokat játszani.

A játékok ismertetésénél a hosszas magyarázat helyett a *mutatom és mondom*, vagy *mondom és mutatom* elv érvényesüljön. Ezekben a játékokban általában nincs kieső, mivelhogy a frusztráltságot akarom csökkenteni és nem a szorongást, félelmet növelni. Amelyik játékban mégis kiesés van (pl. Cápa) ismételjük meg a játékot többször, hogy mindenkinek legyen lehetősége végig játszania a játékot.

## Játékok bemutatása

### 1. Térdkoccintó

Egy adott idő alatt mindenki összekoccintja a térdét minél több társával, úgy, hogy közben a szemébe néz. A játék tapssal kezdődik és tapssal zárul. A játék után beszámolás (ellenőrzés) van – ilyenkor körben állunk, egy gyermek a körön belül körbe megy, és minden társánál megáll. Akivel már összekoccintotta a térdét tovább lép, akivel még nem, ott most koccintanak.

A „Térdkoccintó” azon kívül, hogy oldja a feszültséget, és nagyon jó diagnosztizáló eszköz lehet abban, hogy a gyermekek milyen mértékben szabálykövetők. A játék nagyfokú együttműködést kíván, hisz megfelelően közel kell állniuk a társukhoz, hogy a térdüket össze tudják koccintani. Nagyon fontos, hogy a gyermekek nézzenek a társuk szemébe, hisz a másik ember (gyerek) megszemlélése is növelheti az empátiánkat iránta. Természetesen előfordulhat, hogy túl erősen érintik össze a térdüket, társuknak fájdalmat okozva ezzel. Amennyiben ezt tapasztaljuk, a feladat végrehajtásánál állítsuk le a játékot azzal, hogy „ezt ma nem tudjátok játszani”. Ne nevezzük meg, hogy ki miatt nem sikerült, hisz a csoport együttesen felel. Egészen kicsi korban is tudják már, hogy ki miatt állítottuk le a játékot, de így nem képzünk bűnbakot, elkerülve ezzel a szorongást. A helyes viselkedés így interiorizálódik, belsővé válik.

### 2. Vadászat

Ebben a játékban a gyerekek ujjá a fegyver, tenyerük pedig a céltábla. A kezüket tenyérrel kifele a hátunkra teszik (ezt meg is mutatjuk). A játék tapssal kezdődik és azzal zárul. Mindenki mozgásban van, a gyerekek megpróbálják egymás céltábláját eltalálni úgy, hogy ujjukkal azt megbökök.

Ez a játék is diagnosztikus eszköz is egyben. A játékot megbeszélés követi. Kérdezzük meg, hogy hány találatuk volt pontosan. Ha valaki túl sokat mond, ami az adott idő alatt nem lehetséges, a csoport figyelmezteti, hogy mondjon igazat. A játékot a csoport létszámától és a rendelkezésre álló hely nagyságától függően kell játszani, a játékvezető pedig a feszültséggel kell, hogy gazdálkodjon. Ha túl kicsi a tér és sokan vannak, a feszültség is nagy lesz. Ha túl sokáig tart a játék, akkor lökdősődés, szabálytalankodás lesz a vége. Amennyiben túl nagy térben és kevesen játsszák, nem jön létre a feszültség.

Lehet, hogy meglepő, hogy „fegyver” lesz az ujjunkból. Hol itt az erőszakmentesség? – kérdezhetik sokan. A gyerekek, különösen a fiúk a legszigorúbb tiltás ellenére is játszanak háborúsdit. A valódi fegyverek élethű másaival nem is lehet mást gyakorolni, csak az agressziót, de teljesen más a képzelt fegyverek esete, hisz ami most puska, a következő pillanatban távcső, vagy mobiltelefon, pedig a valóságban az csak egy vécépapírguriga. Bizonyára mindenki látott már kisgyermeket, amikor puskaként használja a kezét. Azok a gyerekek, akiknek megtiltjuk, hogy kifejezzék agresszív késztetéseiket, úgy érzik, hogy valami baj van velük, ráadásul a tiltott dolgok mindig izgalmasak és vonzóak is egyben. Igyekezzünk inkább valamifajta konszenzusra jutni a „fegyverek” használatát illetően.

### 3. Szoborjáték

A gyermekek különböző, például boldog, meglepett vagy szegénylős szobrokat jelenítenek meg. Először mindenki egyedül alkotson szobrot, de ha már tudnak egymásra is figyelni a párok, akkor sétáljanak a térben, ragadjanak össze a kisujjuknál fogva, vagy a könyöküknél, a válluknál, és a szobrokat is így alakítsák.

A játék jól fejleszti az empátiás érzést és az együttműködést. Legyünk bátrak és a vidám, szomorú érzéseknél „menjünk mélyebbre”! Legyenek utálkozó, sértődött, dühös stb. szobraink is. Az a tapasztalatom, hogy a gyermekek egyre nehezebben fogalmazzák meg érzéseiket, mert egyáltalán nem ismerik azokat a kifejezéseket, amelyekkel leírhatják őket. Ahhoz, hogy fel tudjuk dolgozni, meg tudjuk érteni ezeket az érzelmeinket, meg is kell tudnunk nevezni azokat. A következő lépésben megtanulhatjuk másokon is megfigyelni és megnevezni a különböző érzelmeket.

#### 4. Varázsszőnyeg

Képzeld meg, hogy a csoportszoba szőnyege tulajdonképpen egy varázsszőnyeg és tudunk vele röpködni! Úgy kell rajta jönni, menni – mindig egyenletesen eloszolva –, hogy a varázsszőnyeg ne boruljon fel és senki se essen le róla.

A játék befejezéseként dicsérjük meg a csoportot: ügyesek voltatok, jó messzire tudtunk repülni. Ezt követően megbeszélhetjük, hogy vajon mit láttunk a magasból, milyennek láttuk az alattunk lévő világot.

A játék során nem csak a téri tájékozódásuk erősödik, hanem a másokkal való együttműködés is megvalósul. A játékvezető közben megfigyelheti, hogy ki az, aki mindig figyel és kiegyenlíti az egyensúlyt.

Ha nincs szőnyegünk nem baj, egy fiktív teret is kijelölhetjük, így még inkább használhatjuk a fantáziánkat.

#### 5. Nézd meg jól!

A teremben sétálunk lassan és csendben (esetleg relaxációs zenére) és közben igyekszünk mindenkit jól megfigyelni. Válasszunk ki egy színt másokon!

Ezt követően ülünk le, mondjuk el, hogy milyen színeket figyeltünk meg. Ha van rá időnk, akkor a megfigyelt színekből (csoportonként) képeket is készíthetünk. A játék során a figyelem, a megfigyelés képessége fejlődik.

#### 6. Cápa

Ebben a játékban van egy „cápafigyelő”, egy „cápa” és a többi játékos. A terembe hula-hoppkarikákat rakunk le, ezek lesznek a szigetek. A játékosok a szigetek körül járnak, azaz „úszikálnak”, és amikor a cápafigyelő elkiáltja magát, hogy *cápa*, mindenki igyekszik felállni egy szigetre. Ekkor jön a cápa, és akinek lelóg a lába a szigetről, azt elkapja, ilyenkor az a gyermek kiesik. A játékosok számának csökkenésével együtt a szigetek számát is csökkentjük. Később az egyre fogyatkozó szigetekeken csak úgy férnek el a gyermekek, ha összeölelkeznek, összekapaszkodnak és segítik egymást.

A játék a mozgásbiztonságot, az empátiát, az együttműködést is segíti.

Kezdetben és főleg egészen kicsi gyerekeknél a pedagógus legyen a cápa, de nagyobbaknál, vagy ha már többször játszottuk, ezt a szerepet átengedhetjük a gyerekeknek is.

#### 7. Vakjáték

Többféleképpen is játszhatjuk. A gyermekek először csak csukják be a szemüket és nyújtsák ki a karjukat, majd sétáljanak a térben. Ha valakihez hozzáérnek vagy összeütköznek, akkor álljanak meg, nyissák ki a szemüket és induljanak újra. Amikor már biztonságosan mozognak csukott szemmel, akkor az adott térben alakítsunk párokat, fogják meg egymás kezét, és az egyikük csukja be a szemét, a másik pedig vezesse. A játék másik változata az,

hogy a gyermekek egymás mögött állnak, a hátul álló az előtte levő vállára teszi a kezét. Aki elől áll, becsukja a szemét, a hátul álló pedig irányítja, és úgy mennek. Jó, ha a játékot csendben végezzük. Mondhatjuk ezt a gyerekeknek: „kíváncsi vagyok, milyen ügyesen tudjuk ezt csendben játszani”.

Minden csukott szemű játék bátorságpróba, bizalom játék. Soha ne kössük be a gyerekek szemét, mindig legyen lehetőségük kilesni, ha arra van szükségük. Amíg egyedül sétál a térben, a felelősség az övé, de amikor valaki a társát vezeti, már övé a felelősség, hogy ne ütközzenek senkinek és semminek. Amennyiben a gyerekek nem figyelnek egymásra, rángatják, lökdösik egymást, a játékot le kell állítanunk.

Ilyenkor mindig a csoportot szólítjuk meg: „Ti ma nem tudtátok ezt játszani.” Természetesen utána játszhatunk mást.

Azok a gyerekek, akik kellő önbizalommal rendelkeznek, kevésbé válnak agresszívvé, erőszakossá. Nem kell az erejüket felhasználva elérni céljukat, az akadályok nem frusztrálják őket, sokkal inkább kihívásként tekintenek rájuk, és képesek a megfelelő stratégiát kiválasztani leküzdésükhöz. Napjainkban nagyon fontos, hogy már gyermekként is megtanuljunk különböző stratégiákat alkalmazni mindennapi életünkben és konfliktusaink megoldásaként egyaránt.

### *8. Köralakítás*

Alakítsunk kört, fogjuk meg egymás kezét. Töltsük ki a lehető legjobban az adott teret, úgy, hogy ne engedjük el a kezeket, majd utána próbáljunk a lehető legkisebb térben összehúzódnunk. A feladatot többször megismételhetjük.

A kézfogás már maga is kihívás, hiszen van, aki csak a pedagógus kezét hajlandó megfogni és van olyan, aki bizonyos társai kezét nem szeretné. Ha a kézfogással csak rábeszélés vagy erőszak útján tudunk kört alkotni, a játékot ne erőltessük, és az érintés elfogadására más játékkal készítjük fel a gyermekeket.

Ha ennél a játéknál nem okoz gondot a kézfogás, arra kell nagyon figyelni, hogy a gyermekek ne rángassák egymást. Amikor a legnagyobb teret elfoglaltuk és nem szakadt szét a kör, akkor hívjuk fel mindenkinek a figyelmét arra, hogy együtt milyen nagyok tudunk lenni. A legkisebb tér elfoglalásánál az összebújás, a szoros ölelés a fontos, hiszen mi összetartozunk. Ezt az élményt tudja nekünk nyújtani ez a nagyon egyszerű játék.

### *9. Készítsünk szobrot*

Egymás testéből készítjük el a szobrokat, úgy, hogy egyikünk a szobrász, aki a másik gyermek testét, mozdulatait, grimaszát beállítja. Meghatározhatjuk a témát is, és a „mű” elkészültével kiállítást is rendezhetünk.

Ez a játék az empátiát fejleszti. Nehézsége abban rejlik, hogy az érintés nagyon kényes dolog. Barátok, barátnők gyakran összebújnak, összeölelkeznek, de másokat megérinteni, mások érintését elfogadni, úgy, hogy nem vagyunk közeli viszonyban, nehéz dolog. Az elfogadás és a tapintat egyszerűre kell, hogy jelen legyen.

### *10. Csináljunk esőt*

A gyermekeknek egy mozdulatsort kell végezniük, amivel előhívhatják és hallhatják is az esőt. A mozdulatsort a játékvezető indítja, a körben ülők sorban és egyenként kapcsolódnak be és végzik a mozdulatot mindaddig, amíg a játékvezető újabb mozdulatot nem kezd el. A mozdulatsor a következő: összedörzsöljük a tenyerünket, a combunkon tapsolunk, a tenyerünkkel, majd gyorsabban tapsolunk (nagyobbaknál csettinthetünk helyette),

egyszerre tapsolunk és dobogunk a lábunkkal. Ezután visszafelé haladunk, azaz abba hagyjuk a dobogást, a tapsolást, a tenyerek összedörzsölését és végül csend lesz.

A játék megosztott figyelmet igényel, hisz csak az hallja az esőt, aki nem a mozdulatra, hanem a hangokra figyel. A játék fegyelmzettiségre és a mozdulatok sorrendjének a megtartására nevel, szerialitást fejleszt.

### 11. *Építsünk várat!*

Ebben a játékban egyidejűleg ketten vesznek részt, a többiek nézők. Adott időre különböző méretű dobozokból kell minél magasabb várat építeni, úgy, hogy az egyik gyermek a várat építi, míg a másik utasítja, hogy melyik dobozt hova helyezze. Aki épít, nem dönthet egyedül, mindig csak az utasítást hajthatja végre, még akkor is, ha nem ért vele egyet. A játékot nehezíthetjük úgy, hogy aki épít, annak be kell csuknia a szemét.

Akkor leszünk igazán hatékonyak, ha minél többen mindkét szerepben kipróbálhatják magukat. Az egyik szerep a pontos, hatékony utasítást gyakoroltatja, a másik, a feladat pontos megértését és végrehajtását.

### 12. *Az elefánt, a zsiráf, a kenguru és a bűzös borz*

Körben állunk. A játékvezető a kör közepén áll és rámutat valakire, miközben kimondja a címben szereplő állatok valamelyikének a nevét. Ha az elefántot mondjuk ki, akkor a gyermeknek az elefánt ormányát kell formálni a karjával, miközben a bal és jobb oldali szomszédja az elefánt nagy fülét mutatja az ormányos felé fordulva.

A zsiráfnál a zsiráf kis szarvát, míg a mellette állók a zsiráf foltjait kell hogy mutassák. A kengurunál a zsebet kell mutatni, a két mellette álló szomszéd közben ugrál, a bűzös borznál mindenki befogja az orrát és a szomszédok el is fordulnak tőle. Az áll be középre, aki nem hajtja végre azonnal a feladatot, vagy eltéveszti a mozdulatot. A játék azon kívül, hogy jó hangulatot teremt, lehetőséget ad a tanulóknak az irányításra, a játékvezetésre is. Erősíti a figyelmet és a fegyelmet.

### 13. *Madárijesztő*

Egyenesen állunk, majd megfeszítjük először a bokánkat, majd a térdünket, a combunkat, a fenekünket, a hasunkat, a vállunkat, a karunkat, a könyökünket, az ujjainkat, a nyakunkat, a fejünk búbját is. A gyermekek sorra feszítik az izmaikat, ahogy mi a gyakorlatokat soroljuk. Ezek után a lazítás következik: *elengedjük a fejünk búbját, a nyakunkat, a vállunkat* stb. ugyanúgy, ahogy az előbb megfeszítettük, csak éppen fordított sorrendben.

A kicsi gyermekeknek a testrészek kontrolálása nehéz feladat, ez nagy figyelmet és figyelmet igényel tőlük. A sorrendiség nagyon fontos. Az izmok feszítésének és lazításának feszültségoldó hatása van, és nem csak a test egyensúlyérzékelésére van jó hatással, de segít a lelki egyensúly megteremtésében is. Hasonló gyakorlatot végezhetünk – ha van rá lehetőségünk – ülve és fekvé is.

### 14. *Lassúfutás*

A lassúfutás gyakorlat – a 13. játékhoz hasonlóan – a testsémát erősíti, az izmokat feszíti, lazítja. Ebben a játékban az nyer, aki a leglassabban ér célba, de folyamatosan futó mozgást végez. Ebben a játékban az is sikerélményt élhet át, akinek máskor lehetősége sincs nyerni egy futóversenyen. A feladat végrehajtásához kontrolált mozgás és fegyelmzettiség szükséges. Azok a mozgásos gyakorlatok, amelyekben a mozgás lazító és nyújtó elemei megjelennek relaxációs hatásúak (Bagdy 2017: 35).

### 15. Rosszalkodó játék

Kijelölünk egy akkora kört, amelyben a játék összes résztvevője kényelmesen elfér, és még mozogni is tud. Mindenkinek rosszalkodnia kell, de csak azt lehet tenni, amivel másnak fájdalmat vagy sérülést nem okozunk. Rosszalkodni csak a körön belül szabad, ha kilépünk belőle „megjavulunk”. Tapssal a játékvezető is leállíthatja a rosszalkodást, és ha valaki túl messzire megy, vagy másnak fájdalmat okoz, akkor ezt meg is kell tennie.

A játék oldja a feszültséget és egyben stresszlevezető is.

### 16. Boszorkányos

A *Rosszalkodó játéknak* egy változata. A boszorkány háttal áll a gyerekeknek, akik most is rosszalkodhatnak, de amikor a boszorkány megfordul, mindenkinek mozdulatlaná kell válnia. Aki megmozdul, azt a boszorkány kővé változtatja. Ha a boszorkány ismét háttal fordít, tovább lehet rosszalkodni.

Nem szoktam megmondani, hogy a *kővé változtatás* azt jelenti, hogy nem szabad megmozdulni, mert a gyerekek ezt maguktól is tudják. Amikor boszorkány vagyok, nagy hókuszpókusszal varázsolom el a gyermeket, odamegyek, megforgatom, megölelem, és ha tudom, akkor fel is emelem. A gyerekek nagyon élvezik ezt a szertartást, a nagy ölelésben teljesen feloldódnak.

A gyors váltásokkal a gyerekek az önkontrollt gyakorolják, akár csak az utánzós, hirtelen megállós játékok esetében.

### 17. Cseréljen helyet, aki ...

Körben ülünk. A játékvezető a körön kívül áll és különböző utasításokat mond: *Cseréljen helyet, aki szereti a csokit, vagy akinek van testvére, vagy aki volt már cirkuszban* stb.

Variálhatjuk az utasításunkat az osztályunk vagy csoportunk élményeihez kapcsolódóan is.

A lényeg, hogy a viszonylag semleges állítások után mélyebb, bizonyos értelemben kényes témák is sorra kerülhetnek, aszerint, hogy milyen probléma merült fel az osztály vagy a csoport életében. Például, ha valakinek a szülei éppen válnak, helyet cserélhet olyanokkal, akiknek a szülei már elváltak. Ha valakinek éppen akkor született kistestvére, helyet cserélhet azzal, akinek már van testvére stb. A gyerekek felismerhetik, hogy bizonyos problémákkal nincsenek egyedül, nem kell sem titkolóznuk, sem szégyenkezniük.

### 18. Menj oda ahhoz...

A teremben elszórtan helyezkedünk el. A játékvezető különféle utasítást mond: *Menj oda ahhoz, akinek legjobban tetszik a haja (akinek a legszebb a mosolya, aki a legjobban viselkedik, aki szokott neked segíteni, akinek nehezebb az élete, mint a tiéd stb.) és érintsd meg az ujjaddal!*

A felsorolásból is látszik, hogy kezdetben egészen semleges dolgokat mondunk, majd komolyabb, nehezebb témákat érintünk. Mindig a célunknak megfelelően válasszuk utasításokat, hiszen ezt követően megbeszélhetjük az átélteket. Kérdezzük meg a gyermekeket, miért gondolják, hogy x-nek nehezebb az élete, mint az övé stb.... A játékvezető a felelősség, hogy a gyermekek egymásról ne mondjanak bántó dolgokat.

Mivel mindenki egyszerre mozog, lesz olyan gyermek is, aki körül nagy lesz a csoportosulás, (például a népszerű lányok körül), és lesz, akéhez nem mennek oda. A játék azért jó, mert lehet, hogy valakit éppen akkor nem választanak, de ő viszont választ valakit, így nem marad egyedül. Ha van olyan, akit soha nem választottak, olyan utasítást mondjunk, hogy mi tudjuk őt választani, és álljunk be a játékba.

A játék nagy mértékben fejleszti az empátiát, az önismeretet és a szociális érzékenységet.

## Elköszönés

Remélem a felsorolt játékokkal kedvet ébresztettem, és azt is remélem, hogy a gyerekekkel való játék, valamint a velük együtt töltött idő a nevelők számára is örömteli lesz. Nem ígérem, hogy ha kipróbálták az összes játékot, akkor minden magatartási probléma elmúlik, és minden konfliktus szelíden és békésen fog megoldódni. De abban biztos vagyok, hogy közelebb kerülnek a gyermekekhez, jobban fogják érteni és könnyebben el tudják őket fogadni. A játékok segítségével rábírhatjuk a gyermekeket az együttműködésre, erősíthetjük önbizalmukat, kapcsolataikat, és még a felszabadult örömet is átélhetjük velük közösen.

## IRODALOM

- Bagdy Emőke 2017: *Pszichofitness gyermekeknek, szülőknek és nevelőknek*. Budapest: Kulcslyuk.
- Cohen, Lawrence J. 2015: *Játékos nevelés*. Budapest: Kulcslyuk.
- Göbel Orsolya 2014: *Égig emelő légzés: stresszcsökkentő, önértéknövelő, integrációt elősegítő fantáziajátékok óvodások számára – Varázsjátékok 3*. Budapest: L'Harmattan, Könyvpont.
- Kádár Annamária 2012: *Mesepszichológia – Az érzelmi intelligencia fejlesztése gyermekkorban*. Budapest: Kulcslyuk.
- Ranscburg Jenő 2001: *Félelem, harag, agresszió*. Budapest: Nemzeti Tankönyvkiadó.
- Tóth-Kocsis Csilla 2017: *Drámapedagógiai módszerek alkalmazása az iskolai konfliktusok megelőzésében. Módszertani Közlemények*, 3. 36–45.
- Walker, Jamie 1997: *Feszültségoldás az iskolában*. Budapest: Nemzeti Tankönyvkiadó.

### *Preventing conflicts in early childhood education*

In the 3–10-year-old age group, we have argued that since their knowledge is closely related to the physical world, they will be much more receptive and open-minded through imaginative present times, there is a growing need in the Hungarian school system for institutional games and playful activities. The application of drama-based pedagogical methods were developed for preventing several kinds of aggression present in schools or resulting from conflicts in nursery schools and schools.

Exercises and drama games are described, which are useful for teachers in managing student aggression effectively.