

CZIBOR ÉVA

## Érintés és megélés – avagy taktilis érzékelés és érzelmi intelligencia

Tételek, töredékek és egy gyakorlatsor 5–7 éves gyerekeknek

<https://doi.org/10.71157/upsz.2025.01-02.05>

Szobrász és tanár vagyok. Huszonöt éve foglalkozom tanítással. Módszertani gyakorlatom témája a taktilis érzékelés. Azt tapasztaltam, hogy a tapintás fejlesztése, illetve kutatása fehér folt a pedagógia színterén. A készségek fejlesztésénél a verbális és a vizuális készségek fejlesztésén van a hangsúly – a tapintás mostohagyermekként lemarad. Pedig e nélkül az érzékelés nélkül egyetlen más érzék sem működik megfelelően.



Az én gyermekkori emlékeim között nagyon meghatározóak voltak a tapintással átélt élmények. A különböző formák, anyagminőségek érzelmi hatást is kiváltottak belőlem. Izgalmas azóta is ezt kutatni, és felfedezni az összefüggéseket anyag, forma és érzelmek között. A megfelelő következtetések levonása után azt gondolom: a különböző formák és különböző felületek érintése érzelmeket generál, és ez az összefüggés módszeresen feltérképezhető, az ezen eredményeken alapuló pedagógiai gyakorlatok pedig az érzelmi intelligenciát nagymértékben fejleszthetik.

Szobrászként, munkáimban az érintés fontos szerepet kap. Az érzelmeket lehetséges plasztikával közvetíteni. Gyakorlataim azonban nem művészeti iskoláknak készültek. Bármely óvodában vagy alsó tagozatos körben végigvihetőek. A módszer kidolgozásánál fontos szempont volt számomra, hogy a gyakorlatok anyag és eszköz vásárlása nélkül kivitelezhetőek legyenek. Az iskola, ahol tanítok, hozzászoktatott az eszköz- és anyaghiányhoz. Sok tanulóm nehéz körülmények között él, így szülői segítségre sem számíthatok. Az általam összeállított gyakorlatok autista gyerekek érzékelésének fejlődésében is segíthetnek. Náluk a taktilis érzékelési zavar általában fennáll.





A balra látható fotón szereplő munkám egy kormányhivatalba készült, ahol a választott anyag, illetve a szobor mérete és elhelyezése simogatóra ingerli a közelében lévő embereket. A szobor anyaga, felülete megnyugtató hatást kelt az azt megérintőkben.

\*

A tapintás az érzékelés egyik módja. A tárgyak nagyságát, kontúrait, súlyát, felszínét érzékeljük vele. Az érzékelő receptorok a nyelv hegyén, az ajkakon és az ujjbegyeken vannak nagyobb számban.

A taktilis érzékelés az első modalitás, amely kifejlődik. S mivel minden modalitás hat a másikra, a tapintás fejlesztése pozitív hatással van a többi modalitásra is. Mindehhez hozzátehetjük, hogy a bőrben lévő, tapintást érzékelő ún. Meissner-féle testek száma tízéves kor után csökken. Az érzékeink persze mindig kiegészítik egymást; az egyik esetleges elvesztésekor a többi felerősödik. Egyes tudósok szerint azonban a taktilis érzékelés hiánya nagyobb veszteségként éri az embert, mint például a vizuális észlelés hiánya. A korai taktilis tapasztalatok nagyban hozzájárulnak a felnőttkori viselkedés kialakulásához. Azok az emberek, akiknél a taktilis érzékelés sérül, jellemzően nem képesek megfelelően reagálni más területek ingereire sem. A taktilis érzékelés segít más jellegű hiányosságoknál, például a siketeknél egy olyan eszközzel, amely a hangokat vibrációvá alakítja a csuklón.

Ez megkönnyíti számukra a szájról olvasást.



Az érintés és a tapintás különböző fogalmak. Az érintés inkább emocionális, a tapintás inkább megismerő tevékenység. Nem választhatók szét, mert a megismerés során is létrejönnek érzelmek. A gyakorlataim során jómagam arra összpontosítottam, hogy *érzelmileg* mit váltanak ki a különböző formák, struktúrák – de a cél mindig az, hogy a diákok minden érzékelése fejlődjék; a testséma, a kinesztézia

(sajátmozgás-érzet), a praxia (cselekvő mozgáskoordináció), a motorikus mozgások. Nem mellesleg a legtöbb *tudásanyag* is akkor rögződik az agyban, ha cselekvéssel történik.

A felhasznált anyagok és eszközök a környezetben találhatóak, ahol élünk, tanulunk, alkotunk. Agyag, homok, de bármilyen földréteg munkára fogható. Idősebb gyerekekkel készítettünk már trash art-szobrokat is (az előző oldalon jobbra ezek egyike látható). Az anyagok összegyűjtése fontos eleme a módszernek. Bármilyen hulladékot gyűjthetnek a diákok, legyen az szerves vagy szervetlen, organikus vagy geometriai forma – mégpedig érintés alapján válogatva közülük. A gyűjtés során jellemezniük kell a tárgy érintésekor keltett érzetet: hideg, meleg, hűvös, lágú, kemény, puha, szúrós, érdes, megnyugtató, zavaró stb. A gyűjtött anyagokat különböző formákkal párosítva fognak a gyakorlatok során érzelmeket kifejezni.

\*

Az érintés az életünk minden területén meghatározó szerepet kap. A tapasztalásban, tanulásban, társas kapcsolatokban, intimitásban, szokásokban. Az érintés kommunikációs szerepet is ellát. Ez a szerep társadalmanként, de személyenként is változó. Az érintés hiánya depressziót, agressziót is okozhat. A taktilis érzékelés oly magától értetődő mindenki számára, hogy szerepét csak elvesztésekor, vagy valami zavar esetén fedezzük fel.



Tapasztalatom szerint plasztikai fejlesztés igen kismértékben vagy szinte egyáltalán nem történik óvodákban, családokban. Míg a kétdimenziós alkotás, rajzolás-festés szinte alapvető tevékenység, addig a három dimenziós formaképzés sokkal kisebb hangsúlyt kap. Pedig ez nemcsak a tapintás általi tapasztalást fejleszti, hanem a térérzetet is finomatja, az arányok, tömegek jobb megismerését is megsegíti. A plasztikai fejlődés tanulmányozásával eddig igen kevesen foglalkoztak. Ennek mérésére sincs egységes szisztéma kidolgozva. A használatos mérések nagy részben az emberábrázolásnál ragadnak meg. Én gyermekeknél, pedagógiai környezetben nem tartom jó mérési viszonyításnak az emberábrázolást. Az alapformák megismerése, tömegek, arányok alkalmazása inkább mérhető kritérium.

A taktilis érzékelés az első modalitás, ami kifejlődik. Az anya és csecsemő közötti érintési kontaktus elmaradása súlyos zavarokhoz vezet felnőttkorban. Affolter 2007-ben arról írt: *minden* észlelési zavar alapja korai taktilis-kinesztetikus észlelés fejlődésének elmaradása. Rudolf Steiner a világ érzékszervi befogadásnak időszakául az ember első hét életévét határozza meg. A Montessori-pedagógia módszereiben a játékokban megjelenik a tapintás fejlesztésének tudatos-sága. Claire Golomb amerikai professzor 1974-ben a gyermekkori plasztikai és rajzi fejlődést kutatva saját módszert dolgozott ki sérült gyerekek fejlesztésére. Bolanowski 1999-ben azt



vizsgálta, hogy a bőr mely receptorai melyik agyterülettel köthetők össze, Field 2001-ben azt, hogy hogyan hat a tapintás a társas kapcsolatokra. Kulturális antropológusok különböző kultúrákban élő társadalmi csoportokat vizsgáltak érintési szokásaik alapján.

\*



Óvodáskorban a plasztikai érzék, a térlátás még igen fejletlen. Fejlesztése több okból is szükséges. Egyrészt, mint már írtam, segíti más érzékek fejlődését is. Másrészt a plasztika készítése jóval nagyobb szabadságot ad, mint a rajzolás. Az agyag puha, folyamatosan változtatható, „nem lehet elrontani”, biztosságérzetet ad. Konstruktívabb munkát eredményez. Lehet vele kísérletezni, újramezleni. A variálás lehetőségei végtelenek. A munka során fejlődhet a gyermek képzelete, kreativitása, önállósága.

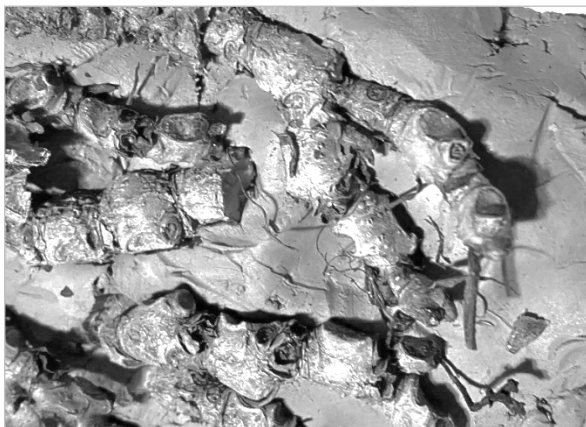
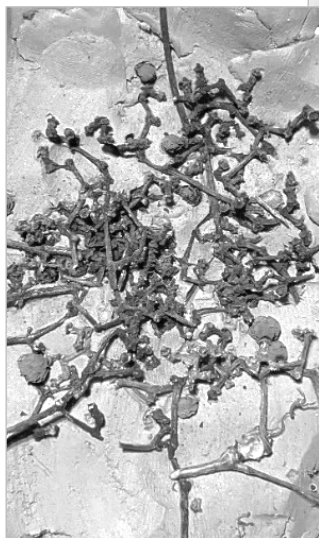
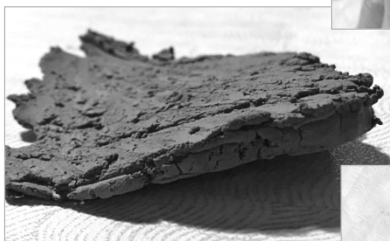
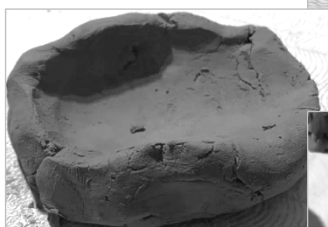
Valaminek a megtervezése, konstruálása a személyiség fejlődéséhez vezet. Az érzelmek *megfogalmazása* az érzelmi intelligencia szintjét növeli. Az a gyermek, aki képes kifejezni, meghatározni érzelmeit, képes lesz kontrollálni, differenciálni is azokat. Az agyaggal való munka növeli a kísérletező mentalitást. Összetettebb személyiséget eredményez. Felőttkorban ezek az eredmények további sikerekhez segíthetik az egyént, például a munkaerőpiacon. Az alkotáshoz felhasznált anyagok mindeközben az újrahasznosítás szemléletét teszik természetesebbé számára. Összességében a taktilis érzékelés fejlesztése sikeresebb és emocionálisabb felnőtteket ad a társadalomnak.

## GYAKORLATOK

A gyakorlatokban felhasznált anyagok: agyag, vizes homok, vizes föld, fadarabok, ágak, faháncs, termések, tollak, szőr, drót, műanyag- és textildarabok, kötelek, fonal, a környezetben fellelhető nem élő anyagok, hulladékok. Fontosnak tartom, hogy minél több természetes anyagot gyűjtsenek a gyerekek. Az anyagok összegyűjtése a gyakorlatok fontos bevezető epizódja. A gyűjtés során a tárgyakat tapintják, simogatják, érzelmeiket megfogalmazzák.



A gyakorlatokat segítők irányításával végzik a gyerekek. A segítő lehet tanár, családtag, nagyobb gyermek. A gyakorlatok során nagyon fontos a tanár vagy segítő megfelelő hozzáállása: a rugalmasság, a gyerekekhez való alkalmazkodás hajlandósága, a gyerekek felé kimondott elvárások optimális mértéke. Fontos továbbá a tevékenységek változatossága, és a zene állandó jelenléte.

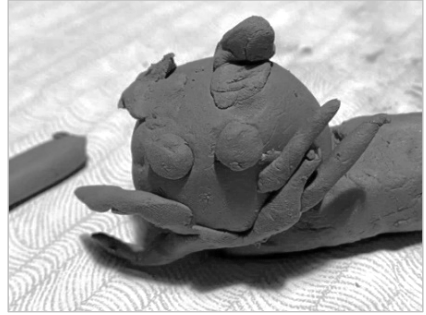
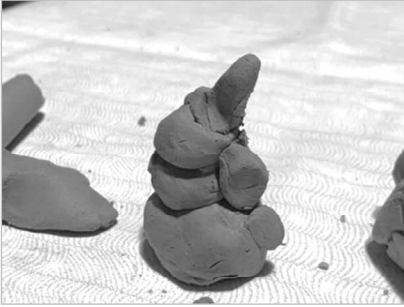


**1. gyakorlat:** Hosszabb séta közben a gyerekek különböző anyagokat gyűjtenek össze. A gyűjtés során az anyagokat tapogatják, simítják. Megpróbálják megfogalmazni az érzéseiket. A gyűjtött anyagokat letakarva (a szem elől elrejtve) egymás gait érinteni és jellemezni kell. Ha csak a tapintásra hagyatkozunk, nem feltétlenül érezzük egyformán a tárgyat vagy az anyagot.

**2. gyakorlat:** A foglalkozás során egyszerű alapformákat alakítanak a gyerekek agyagból vagy vizes homokból. Téglatestet, kockát, gömböt, kúpot. Mélyedéseket, hullámzó felületeket, kiemelkedő formákat alakítanak ki. A kész formákat bekötött szemmel simogatva az érzéseiket megfogalmazzák.

**3. gyakorlat:** Az alapformákat a gyűjtött anyagokkal strukturálják, különböző felületeket alakítanak ki rajtuk. Bekötött szemmel érzékelik a felületeket.

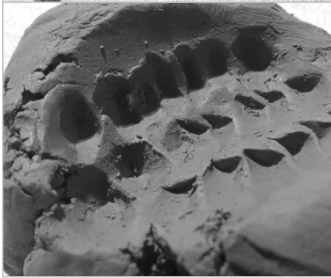
**4. gyakorlat:** Állatok jellemzőinek kifejezése szabad alkotógyakorlat keretében. Készülhet például félős nyuszi, kedves cica, vad orrszarvú stb.



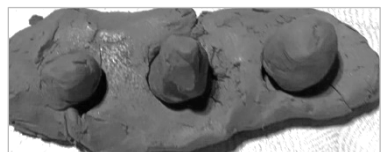
**5. gyakorlat:** A gyerekek itt érzelmeket fogalmaznak meg, és ezeket igyekeznek kifejezésre juttatni...

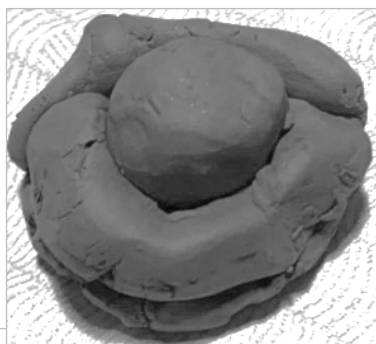
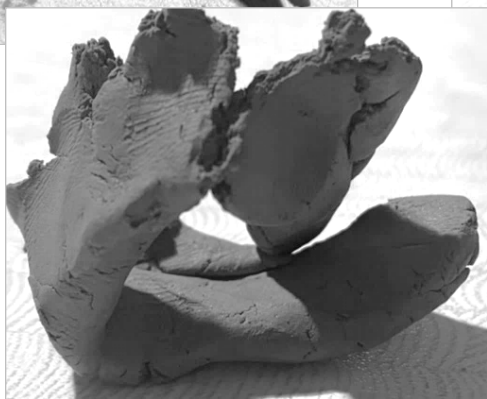


...agyag és a talált anyagok felhasználásával, formák, felületek alakításával.



**6. gyakorlat:** Itt már a lejátszott zene inspirálja a formák készítését, illetve az érzések meghatározását is.





A gyakorlatokra egyenként összesen 2-3 órát érdemes szánni. Az általam vezetett teljes program általában 15-18 órás, ami 20-36 alkalmat jelent. A gyakorlatok sorában 5-6 alkalmanként érdemes lépni egyet. Így egy alkalom kb. fél órás. Csoporttól függően az időtartam csökkenhet vagy nőhet. Tapasztalataim szerint az ötévesek a félórás alkalmat szerették, míg a hétévesek már egy vagy másfél órán át mintáztak.