



Toleranciát, türelmet, beszélgetést!

Felgyorsult, fokozottan teljesítményelvű világunk sajnos gyermekeinket is eléri, hiszen az iskolai elvárások egyre inkább növekednek. Ezért elengedhetetlenül fontos a gyermekek toleranciaszintjét a lehetőségek szerint emelni.

A tolerancia – türelmesség mások iránt – minden emberi kapcsolat alapja kell, hogy legyen. A mindennapokban azonban a türelmetlenség, a másik meg nem értése folyamatos konfliktusforrás. Tolerancia az iránt, hogy a gyermekem már másképp gondolkodik, tolerancia a tanár iránt, aki követeli a tudás megszerzését és visszaigazolását, tolerancia az osztálytárs iránt, aki adott esetben nem szimpatikus, tolerancia a megszabott napirend iránt, reggel korán kell kelni, délután pedig leckét kell írni: ezer mindennapi helyzet, amikor szükséges a türelem.

A mindennapok türelmetlensége frusztrációt, magányosságérzetet, elszigetelődést okoz, úgy családon belül, mint szélesebb környezetben.

Szakemberek szerint a legjobb megoldás a helyzetek átbeszélése, ha kell, újra és újra, hiszen ettől kimondottá válnak a belső elfojtások, a beszélgetés során épülhet az ingerküszöb, megértőbbé válhat a gyermek az elvárások megfogalmazói iránt. Ugyanígy hasznosak lehetnek a mozgásos és/vagy szerepjátékok, amelyek során felszínre kerülnek a belső frusztrációk. Utóbbi esetekben ugyanilyen fontos az esemény utáni közös kibeszélés, hiszen csak így kerülhet nyugvópontra a gyermekben és szülőben a lélek.

A cikk az Egészségre nevelő és szemléletformáló programok a Ligeti Óvodában, a TÁMOP-6.1.2-11/1-2012-1378 számú projekt keretében jelent meg.