

## **A szociális és az érzelmi kompetencia fejlesztésének fontosságáról**

A nemzetközi és a hazai kutatások eredményei szerint a 21. században már nem elegendő a spontán szocializáció a szociális kompetencia kialakulásához és eredményes működéséhez (Hooven, Gottman és Katz 1995; Nagy 2000; Fabes, Leonard, Kupanoff és Martin 2001, idézi Zsolnai, Lesznyák és Kasik 2009). Ezt támasztja alá a 2004-ben, 4–8 éves gyermekek körében végzett DIFER-mérés is (Nagy, Józsa, Vidákovich és Fazekasné 2004), amely rávilágított, hogy iskolakezdéskor a gyermekek 4%-a csak a háromévesek szintjének megfelelő szociálissal rendelkezik. A 8–10, 10–13, 14–16 éves tanulók vizsgálatokor kiderült, hogy ezekben a korcsoportokban már nem mutatható ki spontán fejlődés a szociális készségek tekintetében (Zsolnai és Józsa 2002; Józsa és Zsolnai 2005, valamint Zsolnai 1999; Kasik 2006), ezért az intézményes nevelés során minél korábbi fejlesztésre kell törekedni.

A társas viselkedés fejlődésének elősegítése a különféle szociális összetevők (motívumok, képességek, készségek, szokások, ismeretek, minták, rutinok) irányított, tudatos fejlesztésével válhat eredményessé (Zsolnai, Lesznyák és Kasik 2009). A szociális kompetencia-összetevők életkori alakulásának elmúlt évtizedbeli intenzív kutatása rávilágított az érzelmi kompetencia vizsgálatának fontosságára is (Saarni 1999; Dowling 2001; Webster-Stratton 2002, idézi Zsolnai, 2008), az érzelmi kompetencia fejlettsége ugyanis nagymértékben befolyásolja a szociális összetevők fejlődését, de a szociális komponensek fejlettsége is hatással van az érzelmi kompetencia alakulására (Smith és Hart 2004).

Chen, French és Schneider (2006) kutatása szerint ezt a fejlesztést már az óvodában el kell kezdeni – a gyermekek közötti egyéni fejlődésbeli eltérések miatt (Zsolnai 2008).

A korai életévekben elsajátított érzelmi és szociális készségek, szokások és minták nagyban befolyásolják az iskolakezdést és a tanulmányi előmenetelt, de a felnőttkori munkavégzés sikerességére is hatással vannak (Chen, French és Schneider 2006, idézi Zsolnai, Lesznyák és Kasik 2009). Nemcsak a tanulmányi teljesítményt illetően, hanem az iskolai és szabadidős viselkedéssel kapcsolatban is fontos, hogy az interperszonális kapcsolatok megfelelő szinten működjenek. A különféle magatartászavarok és a deviáns viselkedés a társas készségek alulműködésére utalnak (Flanagen 1994, idézi Zsolnai, Lesznyák és Kasik 2009).

Noha a terület fontosságának megítélésében egyetértés mutatkozik a magyar nyelvű pedagógiai-pszichológiai szakirodalomban, mégis kevés kutatás irányul az érzelmi és szociális készségek kisgyermekkorban történő vizsgálatára.

Szakirodalmi kutatásunk során csak az óvodás kor tekintetében találtunk vizsgálatokat, a három év alatti, bölcsődés korosztály érzelmi és szociális készségeinek feltérképezésével és ezen készségek fejlesztésében rejlő lehetőségekkel, tudomásunk szerint, eddig még nem foglalkozott magyar kutató.

A szociális készségek két-hároméves korban történő azonosításához elengedhetetlen az érzelmi összetevők fejlettségének vizsgálata. E tárgykörben Nagy József munkássága irányadó számunkra. A szociális és érzelmi kompetencia néhány, az agresszivitást és proszocialitást meghatározó készségének és óvodáskori fejlettségének vizsgálatát Zsolnai, Lesznyák és Kasik (2009) már elvégezte, így ennek a keresztmetszeti vizsgálatnak az eredményei alapot adhatnak az óvodás és a bölcsődés korosztály bizonyos érzelmi és szociális készségeinek összehasonlítására.

### A szociális kompetencia fogalma és összetevői

Nagy József (2000) a személyiségnek, mint önmódosuló, bioszociális rendszernek négyféle komponensét különbözteti meg. Ezek: (1) a perszonális (személyes) kompetencia, amely az önmenedzselés képességét jelenti, (2) a szociális kompetencia, amely a társas interakciók eredményességét határozza meg, (3) a kognitív kompetencia, amely az ismeretek megszerzéséért és rendszerbe szervezéséért felelős, és (4) a speciális kompetencia, amely egy-egy szakma, szakterület elsajátítását teszi lehetővé.

A szociális kompetencia olyan rendszer, amely magában foglalja a szociális ismereteket, motívumokat, képességeket és készségeket, és amely elősegíti a szociális viselkedést (Nagy 2001). Ez a rendszer az életkor előrehaladtával folyamatosan módosul, változik. A motívumrendszer öröklött elemekből (szociális rutinokból és hajlamokból), valamint tanult elemekből (meggyőződések, attitűdök) alakul ki. A képességrendszer egyszerű és komplex képességekből, valamint azok öröklött és tanult összetevőiből (készségekből, szokásokból, ismeretekből, rutinokból, mintákból) szerveződik. A szociális képességrendszer fő képességei: 1) a szociális kommunikáció; 2) a szociális szervezőképesség; 3) a szociális érdek-érvényesítő képesség; 4) a szociális tanulási-nevelési képesség; valamint 5) mindezek ismeretei, készségei, mintái és szokásai (Nagy és Zsolnai 2001).

Nagy József (2000) megállapítása szerint „a szociális kompetencia funkciója az egyén, a személy szociális kölcsönhatásainak, a szociális környezettel való együttélésének eredményes, hatékony megvalósítása, szándéktalan/szándékos önadaptációja, önfejlődése és szociális környezetének alakítása, fejlesztése. A szociális kompetencia az ember nem valamely részfunkciója, hanem alapvető, egzisztenciális funkciója” (Nagy 2000, 34. p.).

A szociális kompetencia továbbá teljes és pszichikus komponensrendszer, azaz a teljes belső folyamatot szervezi az észleléstől a döntésen át a kivitelezésig, és önmagát is adaptálja. Amíg a perszonális kompetenciák az egyén túlélését szolgálják, addig a szociális kompetencia az egész faj megmaradását segíti elő (Nagy és Zsolnai 2001).

### **A szociális készségek fejlődése és fejlesztése**

A szociális kompetencia fejlődésével több tudományág, köztük például a szociobiológia (Bereczkei 1992), a humánétológia (Csányi 1999) és a neveléstudomány (Nagy 2000) kutatói is foglalkoztak, és megállapították az életen át tartó fejlődési folyamat modelljét (Zsolnai és Kasik 2007).

A szociális kompetencia fejlődése szempontjából a kutatások több tényezőt vesznek számba. „A szociális kompetencia fejlődése a szabadságfok növekedésével (az öröklött és a tanult tényezők hierarchizálódásával) és a proszocialitás erősödésével (a mások érdekeit figyelembe vevő viselkedést lehetővé tevő komponensek gyarapodásával) jellemezhető leginkább” (Nagy és Zsolnai 2001, idézi Zsolnai és Kasik 2007, o. n.). Tunstall (1994) szerint a család mint környezeti tényező, elsődleges szerepet tölt be a fejlődésben, Schneider (1993) ezen belül a testvérkapcsolatok szerepét hangsúlyozza. Természetesen az intézményes nevelés (Buda 2003) egy bizonyos életkortól mind nagyobb teret kezd átvállalni a tervszerű és spontán fejlesztésben egyaránt (Zsolnai és Kasik 2007).

A szociális kompetencia jellemzőinek feltárása során főleg a szociális készségek vizsgálatára összpontosítanak a kutatók. A legtöbb ismert vizsgálat a kisiskoláskort célozza. A fejlesztőprogramok legtöbbször a direkt fejlesztésre fókuszálnak, azaz nem tantárgyba ágyazottan, hanem bizonyos kutatandó készségek konkrét fejlesztésére vonatkozik a kísérlet, elsősorban a különféle magatartászavarok, devianciák feltérképezésére és a problémás esetek megoldására irányulnak. Konta és Zsolnai (2002) a zeneterápia eszköztárát használta fel a kiskisiskolások szociális készségeinek fejlesztésére az ún. „játékorákon”. A kétéves fejlesztőprogram során kiugró fejlődést már az első évben tapasztaltak.

### **Az érzelmi kompetencia fogalma és összetevői**

Nagy József (2000) rendszerét alapul véve, Nagy és Zsolnai (2001) kutatásait szem előtt tartva, az érzelmi kompetenciát a komponensrendszer-elméletbe ágyazva kompetenciának, rendszernek tekinthetjük.

Számos kutatás foglalkozott az elmúlt évtizedekben az érzelmi kompetencia rendszerszemléletű leírásával. Meichenbaum és munkatársai (1981) az érzelmi kompetenciát a szociális viselkedés alapjának, szervezőjének, kiegészítőjének tekintik, amely a társas helyzetben kezelendő információk feldolgozását is

meghatározza, így szoros összefüggésben van a kognitív kompetenciával. Crick és Dodge (1994) a kognitív pszichológia számítógépes információfeldolgozó modelljét ültetik át a szociális és érzelmi információk kezelésére, amely hat lépésben kivitelezzi az érzelmek segítségével a viselkedést. Ezek: a kódolás; az értelmezés; a viselkedéses célok megfogalmazása; meglévő vagy új kivitelezési formák keresése; kiértékelés és válogatás; és végül a kivitelezés. Halberstadt, Denham és Dunsmore (2001) elmélete szerint a társas interakciók során három fő komponensre, az érzelmek kifejezésére, megértésére és szabályozására van szükségünk (Zsolnai és Kasik 2007).

Az érzelmeknek a szociális kompetenciamodellekben való megjelenését Magyarországon Zsolnai és Kasik vizsgálta (Zsolnai és Kasik 2007). Munkájuk alapján a szociális és érzelmi kompetencia kapcsolatáról immáron széles körű ismeretekkel rendelkezünk. Az érzelmek megjelenése a szociális kompetenciamodellekben az 1970-es évektől figyelhető meg. Rinn és Markle (1979) az érzelmek kifejezését mint szociális készséget, az önkifejezés készségei közé sorolják, akárcsak a vélemény kifejezését, a dicséret elfogadását és a pozitív énképet. A társas viselkedés eredményességének alapja az érzelmek felismerése és hatékony közvetítése. Az 1980-as években a kutatók felismerték (pl. Meichenbaum, Butler és Gruson 1981), hogy az érzelmek a gondolkodási folyamatokkal és a kognitív struktúrákkal szoros kapcsolatban állnak. A gondolkodási folyamatok minden esetben érzelemváltozásokkal járnak együtt, az érzelmi struktúrák meghatározzák a gondolatok irányát, célját és szerveződését. *Rose-Krasnor* (1997) elmélete szerint a szociális képességek fejlődését a kognitív és emocionális képességek kölcsönös fejlődése határozza meg. Saarni (1999) tekinthető az érzelmi kompetencia legfőbb kutatójának. Elmélete szerint a saját érzelmi állapot felismerése, megértése, valamint az interakcióban résztvevő másik fél érzelmeinek azonosítása, és az ehhez való empátikus hozzáállás, továbbá a felismert érzelmek hatékony kommunikációja alkotják az érzelmi kompetencia alapvető komponenseit. E tanult készségek mellett a személyiség öröklött tényezői (mint például a temperamentum), valamint a családi és kulturális közeg határozzák meg az érzelmi készségek működését, és jelentős szerepet játszanak a világról és másokról alkotott tudásunk kialakításában és folyamatos formálásában” (Zsolnai és Kasik 2007).

Denham, Blair, DeMulder, Levitas, Sawyer, Auerbach-Major Queenan (2003) kutatásai a szociális kompetenciával szorosan összefüggő, de különálló egységként kezelik az érzelmi kompetenciát. Webster-Stratton (2002) szerint az érzelmi kompetencia három részre osztható: az érzelmek kifejezése, az érzelmek ismerete és megértése, továbbá az érzelmek szabályozása. Eisenberg, Fabes, Carlo, Speer, Karbon, Switzer (1992), valamint Eisenberg és Fabes (1994) kimutatták, hogy az érzelmek hatékony szabályozása és a fejlett szociális kompetencia között gyermekkorban szoros kapcsolat áll fenn (Zsolnai és Kasik 2009).

## Az érzelmi kompetencia fejlődése és fejlesztése

„Az érzelmi kompetencia fejlődésében – akárcsak a szociális kompetencia esetében – a biológiai alapprogramok és a környezeti tényezők egyaránt nagyon fontos szerepet játszanak” (Zsolnai 2008, 121. p.). Lewis (1997) szerint az érzelmek kifejezését, megértését és szabályozását a tapasztalat és a szociális tanulás (Bandura 1977) fejleszti, amely folyamat az egyén és a környezetének folyamatos interakciójára épül (lásd anya-gyermek kapcsolat). Saarni (1999) fejlődési modelljében az érzelmi kompetencia fejlődése három területen érhető tetten: (1) az érzelmek szabályozása/az érzelmekkel való megküzdés; (2) az érzelmek kifejezése; (3) az érzelmi kapcsolatok kialakítása, gazdagítása (Zsolnai 2008).

Az elmúlt másfél évtized kutatásai szerint (Saarni 1999; Webster-Stratton 2002; Smith és Hart 2004) szoros kapcsolat áll fenn az érzelem-kifejezés és érzelmszabályozás készségei, valamint a szociális összetevők működése között. Saarni (1999) azokat a pszichikus komponenseket, amelyek az énhatékonyság növeléséért felelősek, érzelmi készségnek tekinti. „Az énhatékonyság egyrészt magában foglalja az érzelmi válaszok adott helyzetben történő kifejezését, másrészt a saját és mások pozitív, negatív vagy semleges érzelmeinek azonosítását és megértését, ami lehetővé teszi a szociális kölcsönhatások pontosabb megértését” (Zsolnai, Lesznyák és Kasik 2009, 236. p.).

Saarni (1999) úgy véli, hogy hét érzelmi készség kiemelten fontos a társas interakciók során: mások érzelmi állapotának felismerése; az érzelmek közötti különbségtétel; az érzelmek verbális és nem verbális kifejezése; az empátia és a szimpátia felismerése mások megnyilvánulásaiban; az érzelmek és azok kommunikálása közötti összefüggések megértése; a negatív, frusztrált helyzetekben átélt érzelmek szabályozása, valamint a különböző emberi kapcsolatokra jellemző érzelmi viszonyulások megértése és azok alkalmazása (Zsolnai és Kasik 2006).

A kisgyermek az alábbi érzelmek szabályozására és kifejezésére képesek (Saarni 1999, idézi Zsolnai és Kasik 2009):

*1 éves korig.* Képesek az ényugtatásra, és folyamatosan erősödik a gondozójuk iránti bizalmuk. Az agyi érés és a látásjavulás következményeként megjelenik a szociális mosolyuk. Képesek saját érzelmeiket elkülöníteni másokétól. Játékukban megjelennek a szociális próbálkozások, a szándékosság és akaratlanság kezdeti formái.

*1–2,5 éves korig.* Kezdenek tisztában lenni az „én” fogalmával, ennek alapján érzelmi válaszaik egyre tudatosabbá válnak. Szándékaik és cselekedeteik gátlása esetén ingerlékenyek lesznek. Megjelennek a szégyen, a büszkeség és a féltékenység első jelei, valamint elkezdődik az aktuális érzelmi állapotuk és az érzelmeik kifejezésének összehangolása. Ekkor már képesek mások érzelmeinek megkülönböztetésére, valamint adott társas helyzetben az érzelmeik jelentéstartalommal

való felruházására. Viselkedésükben ekkor már megjelennek az empátia és a segítségnyújtás első formái.

*2,5–5 éves korig.* A beszédfejlődés és a szimbólumokkal történő szabályozás kiemelt időszaka ez. A gyermek ekkor már tudatában van az érzéseinek és az érzelmek által kiváltott események jelentőségének. Társas interakcióiban megjelenik a tettetés és az incselkedés. Képes ekkor már az arckifejezésből és a gesztusokból olvasni. Megérti a mimika és a szándék kapcsolatát. Képes az érzelmek alakította viselkedés következményeinek számbavételére. Növekszik a kortársaival való proszociális akcióinak száma.

*5–7 éves korig.* A gyermek ekkor már képes a központi én-jellemzők szabályozására, a szándékolt hamis érzelmek kifejezésére, és problémamegoldás esetén tud segítséget kérni. Kortársai körében érzelmi interakciókba bocsátkozik; képes a szociális készségek érzelmekkel történő összehangolására.

„A szociális és az érzelmi kompetencia összefüggérendszerére még nem teljesen feltárt terület, ugyanakkor az utóbbi években felhalmozódott eredmények rámutatnak a téma kutatásának jelentőségére. Feltételezhető, hogy az érzelmi kompetencia nagyon fontos szerepet tölt be a szociális kompetencia fejlődésében, különösen kisgyermekkorban” (Zsolnai 2008, 121. p.).

### **A kora gyermekkori zenei nevelés az érzelmi-szociális készségek fejlődésének szolgálatában**

Egy hamarosan induló, magyarországi doktorandusi kutatás (SZTE BTK Neveléstudományi Doktori Iskola) hipotézise szerint a kora gyermekkorban már meglévő érzelmi és szociális készségeket a zenepedagógia eszköztára révén fejleszteni lehet. A kutatás bölcsődei fejlesztőprogram alkalmazásával kívánja bebizonyítani, hogy a közösségben megélt, érzelemdús zenei élmény – a különböző zenei képességek fejlődése mellett – a társas kapcsolatok pozitív alakulását is eredményezi. Mint ahogy a különféle zenés, baba-mama foglalkozásokon résztvevő gyermekek többségének e szabadidős, társas összejövetelek jelentik az első közösségi élményeket, ugyanúgy a bölcsődébe járó gyermekek számára is a bölcsőde az első szocializációs közeg, melyben meg kell kapniuk az életkoruknak megfelelő, szakszerű gondoskodást, érzelmi impulzusokat és zenei nevelést. A gyermeket a családban és a bölcsődében érik az első zenei ingerek és élmények, ezért nélkülözhetetlen, hogy ezek, a szülőktől és kisgyermeknevelőktől kapott zenei alapok szakszerűek és jók legyenek. A zenés foglalkozások megalapozzák a bölcsődei zenei nevelést, amely „megágyaz” az óvodai zenei nevelésnek. Ha pedig valóban a jelenleg érvényben lévő normák szerint valósul meg az óvodai zenei nevelés, akkor az biztos alapot ad az általános iskolai ének-zenei tanulmányokhoz, és általában véve a kognitív fejlődéshez (vö. transzferhatások, Barkóczi és Pléh 1978), illetve a zeneiskolai szolfézs- és hangszer tanuláshoz.

Meglátásunk szerint egyúttal az érzelmi és szociális kompetencia fejlődéséhez is elengedhetetlen a zenei nevelés.

A kutatás eredményességével kapcsolatban a következő hipotéziseket kívánjuk igazolni:

1. Az óvodai mérések alkalmával (pl. Nagy, Józsa, Vidákovich és Fazekasné 2004; Zsolnai, Lesznyák és Kasik 2009) előzetesen azonosított szociális kommunikációs készségek közül több már a bölcsődés korosztálynál is jelen van.
2. A fejlesztőprogram hatására az egyes gyermek és a gondozónője között fennálló kötődés erősebbé válik. (E hipotézisünket az előzetes, kötődéssel kapcsolatos kutatások eredményeire alapozzuk, pl. Zsolnai 2000).
3. A fejlesztőprogram hatására a gyermekeknél növekszik a társas interakciók száma.
4. Mivel a zenei eszköztár a verbális és nonverbális kifejezőkészség fejlődését elősegíti, ezért feltételezzük, hogy a fejlesztőprogram hatására fejlődik a gyermekek érzelmi kifejezőkészsége.
5. A fejlesztőprogram végére – pl. a gyermek-ritmushangszerek alkalmazása révén – elérjük, hogy a gyermekek megtanuljanak kérni, és türelemmel várni.
6. A fejlesztőkísérlet során nemcsak a fejleszteni kívánt érzelmi és szociális készségek fejlődnek, hanem bizonyos zenei készségek is. Jóllehet a fejlesztőprogramnak alapvetően nem célja a zenei készségek fejlesztése, a program hatására jelentős fejlődésre számítunk a ritmuskészség (egyenletes lüktetés produkálása) és az éneklési készség tekintetében (spontán dúdolás, improvizáció, pontosabb intonáció).

A doktorandusi kutatás részeredményeiről (fejlesztőprogram) és a tézisek bizonyításáról a *Magiszter* hasábjain a továbbiakban is beszámolunk.

### Felhasznált irodalom

1. Kasik László: A szociális kompetencia fejlesztésének elmélete és gyakorlata. *Iskolakultúra*, 17., 2007, 11–12. sz. 21–37 p.
2. Konta Ildikó és Zsolnai Anikó: *A szociális kompetencia fejlesztése kisiskoláskorban, zeneterápiás keretben*. Pszichológia 2000 konferencia, előadáskivonatok, 2000, 266 p.
3. Konta Ildikó és Zsolnai Anikó: *A szociális készségek játékos fejlesztése az iskolában*. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest, 2002.
4. Nagy József: *XXI. század és nevelés*. Osiris Kiadó, Budapest, 2000.

5. Nagy József: A személyiség alaprendszere: a célorientált pedagógia elégtelensége, a kritériumorientált pedagógia lehetősége. *Iskolakultúra*, 9, 2001, 22–38 p.
6. Nagy József és Zsolnai Anikó: Szociális kompetencia és nevelés. In: Báthory Zoltán Falus Iván (szerk.): *Tanulmányok a neveléstudomány köréből*. Osiris Kiadó, Budapest, 2001.
7. Nagy József: Szocialitás. In: *Az elemi alapkészségek fejlődése 4–8 éves életkorban*. DIFER-programcsomag. Mozaik Kiadó, Szeged, 2004.
8. Nagy József: Szociális kompetencia és proszocialitás. In: Zsolnai Anikó (szerk.): *Szociális kompetencia – társas viselkedés*. Gondolat Kiadó, Budapest, 2003.
9. Nagy József: A hagyományos pedagógiai kultúra csődje. *Iskolakultúra*, 15, 2005, 6–7. sz., melléklet.
10. Nagy József: *Új pedagógiai kultúra*. Mozaik Kiadó, Szeged, 2010.
11. Zsolnai Anikó: A gyermekkori kötődések vizsgálatának lehetőségei. *Pedagógiai Szemle*, 5, 1989, 430–437 p.
12. Zsolnai Anikó: *Kötődés és nevelés*. Eötvös József Könyvkiadó, Budapest, 2001.
13. Zsolnai Anikó: A gyermekkori kötődések szerepe a szociális kompetencia fejlődésében. In: Zsolnai Anikó (szerk.): *Szociális kompetencia – társas viselkedés*. Gondolat Kiadó, Budapest, 2003.
14. Zsolnai Anikó: *A szocialitás fejlesztése 4–8 éves életkorban*. Mozaik Kiadó, Szeged, 2006.
15. Zsolnai Anikó: A szociális készségek fejlődése és fejlesztése gyermekkorban. *Iskolakultúra Online*, 2, 2008, 119–140 p.
16. Zsolnai Anikó és Józsa Krisztián: A szociális készségek kritériumorientált fejlesztésének lehetőségei. *Iskolakultúra*, 12, 2002, 4. sz., 12–20 p.
17. Zsolnai Anikó, Lesznyák Márta és Kasik László: A szociális és az érzelmi kompetencia néhány készségének fejlettsége óvodás korban. *Magyar Pedagógia*, 107, 2007, 3. sz., 233–270 p.
18. Zsolnai Anikó és Kasik László: Az érzelmek szerepe a szociális kompetencia működésében. *Új Pedagógiai Szemle*, 57, 2007, 7–8. sz., 3–15 p.
19. Zsolnai Anikó és Kasik László (szerk.): *A szociális kompetencia fejlesztésének elméleti és gyakorlati alapjai. Tanulmánygyűjtemény*. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest, 2010.