

„HA A SZEMÉBE NÉZEK, MAGAMAT LÁTOM...”
A természet és az állatok szerepe a gyermeki fejlődésben

[DOI 10.35402/kek.2022.4.10](https://doi.org/10.35402/kek.2022.4.10)

Absztrakt

A természet érzékszervi megtapasztalása nélkül nem teljes a gyermekkor és hiányosságokat mutat fel a fejlődés is – ez a jelen tanulmány összefoglaló tézise. A világ technikai fejlődésének üteme jóval meghaladja az emberi lét fizikai-biológiai evolúcióját. Modern koponyánkban kőkori elme lakik. A belső-külső fejlődés közötti meg-nem-felelés számos anómiához, betegséghez vezet – a modern világ népbetegségeit, mint stressz, magas vérnyomás, cukorbetegség, elhízás a végtelenségig sorolhatnánk. Az evolúciós pszichológia belső világunk évmilliósi gyökereire mutat rá, melyeket akkor sem tudunk túlhaladni, ha a technika haladás azt sugallja. A gyermekek fejlődése még inkább hozzá van kötve a természethez: a gyermek még nem teljesen része a felnőttek racionális-technikai világának, fejlődésében biológiai programok futnak le. Szüksége van azokra a motorikus, taktilis, emocionális, szociális ingerekre, melyeket csak az állatok szőrének simogatása, a hegy és fa megmászása, az agyag masztalása, az illatok, szagok, hideg-meleg megtapasztalása adhat meg neki, és melyet semmilyen technikai vívmány nem pótolhat.

Abstract

The role of nature in the lives of children

Children who grow up surrounded by animals are happier – this is the outcome of international research on child development. Not material or physical circumstances, not even family constellation or nationality is mostly influencing the happiness of children, but their relationship to nature and animals. This might surprise some adults, but only because the technically dominated world of the 21. st tries to forget the physical-biological roots of our existence. Our rational world seems to be independent of the world in which we live in, we claim that we can substitute everything we damage. But children are not yet totally part of the rational-technical world of the adults, they are

born into nature. They did not yet forget our embeddedness in nature and need it for their healthy development. As the evolutionist psychology states, our biological evolution cannot keep pace with the technical evolution and this results in illnesses and retarded development. Children need the touch of the fur of animals, the sound of the wind, the taste of the mud and the movements on horseback to be able to develop.

Kutatások szerint a gyermekek boldogságának legfontosabb változója nem az anyagi helyzet, a családi konstelláció, kor, lakóhely vagy egyéb más tényező, hanem meglepő módon egy (házi) állat jelenléte a családban (Barrera-Hernández et al. 2002). Ez természetesen nem extrém helyzetekre értendő, mert éhezés, nagyon rossz családi környezet, mérgező kapcsolatok vagy egyéb különös terhelés nem ellensúlyozható pusztán egy hörcsöggel vagy macskával. Az eredmény tehát normálisnak tekinthető körülmények közt felnövő gyerekekre értelmezhető. Őket összehasonlítva azok a boldogabbak, akiknek van kutyája, macskája, hörcsöge, házinyula – még akkor is, ha mondjuk a szüleik elváltak. Az eredmény engem is nagyon meglepett, és további gondolkodásra, kutatásra ösztönzött. A magyarázat több tényezőre bontható.

A modernitás egyik alapja a testi mivoltunk túlszárnyalása, a belső és külső fizikai környezet-től való különválás és függetlenedés, kiszabadulás a kötöttségekből és korlátokból. A modern ember minden hátráltató tényezőt túl tud lépni, minden problémát meg tud oldani, az orvostudomány minden betegséget meg tud gyógyítani – ez a modernitás üzenete. Esszenciája a self made man, aki önmagát képes újra és újra megteremteni. Valóban felszabadító és hatalmas emancipációs erejű volt ez a gondolat a premodern-modern kor küszöbén, de sok probléma is rejlik benne. A modernitás eszméje a fizikai-biológia korlátok és kötöttsége túllépése (Lorenz 1994). Tovább fokozza a kereszténység által megalapozott dualitást, mely kettéválasztja az embert a gyarló és halandó testre és a hallhatatlan,

felsőbbrendű lélekre. A későbbi modern kornak újra fel kellett fedeznie az emberi testet, mely a mindennapokban a szabadidős sportok, kozmetika, divat és hasonló területek térnyerésében jelent meg.

Az evolúciós pszichológia (Barret et al. 2002; Gaulin et al. 2001) ezt a pszichológiában is megtalálható dualitást igyekszik áthidalni, mely a lelket vizsgálja, függetlenül a testtől. Példaként gondoljunk Sigmund Freud pszichoanalitikus elméletére: a super-ego uralkodni kíván a gyarló és ösztönökből táplálkozó ösztön-énen, mely álmainkban és mindennapjainkban rejtett utakon fel-fel bukkan.¹ Az evolúciós pszichológia a duális elméletekkel ellentétben az ember fizikai-biológiai mivoltát hangsúlyozza, melyben az ember több szállal kötődik a biológiai környezethez és annak evolúciós fejlődési vonalához, mint azt gondolnánk.

Az evolúciós pszichológia alapfeltevései a következők: lelkünk, gondolataink az agyunk áramköreinek szüleményei, melyek az evolúció természetes szelekciója során úgy alakultak ki, hogy a legteljesebben illeszkedjenek a környezet elvárásaihoz. A fejlődést meghatározó legfontosabb szempont a faj fenntartása, a szelekció a legsikeresebb magatartási mintákat jutalmazza. Viselkedésünk, párválasztásunk, mindennapi döntéseink, szülői magatartási mintáink mind-mind a faj fenntartásának szempontjából szelektálódtak. Tudatos viselkedésünk ezekkel a sok évezred alatt kifejlődött mintákkal ellentétben sokkal fiatalabb és sebezhetőbb. „Modern koponyánkban kőkori elme lakik”. Kultúránk, a viselkedésünkkel szemben felállított elvárások, saját modern kori elképzeléseink ütköznek biológiai mivoltunkkal, agyunk több évezred alatt kialakult struktúráival. A környezeti és technikai fejlődés sokkal gyorsabb, és exponenciális ütemben egyre gyorsabbá válik, mint fiziológiai-idegrendszeri fejlődésünké. A kulturális evolúció egyre inkább leghagyja a biológiai evolúció ütemét, a kettő ütközése számtalan problémát és betegséget okoz. Az emberi szervezet fejlődése nem tud lépést tartani a társadalmi és technikai haladás egyre gyorsabb ütemével. A kultúra (és technika) valamint a biológia illeszkedési nehézségei sok esetben ahhoz vezetnek, hogy a viselkedés egykoron megfelelő, adaptív formái mára maladaptív válnak, betegségek, társadalmi rendellenességek és anómia forrásává lesznek (Bereczkei 1992, 1998).

Legkézzelfoghatóbb példa erre a stressz fiziológiai folyamata: veszélyként észlelt helyzetekben az emberi test adrenalint és egyéb stresszhormonokat bocsát ki,

1 A séma természetesen végtelenül leegyszerűsített, és kizárólag az érvelés sarkításául szolgál.

melyek a test minden rendszerére hatással vannak, többek közt az emésztésre és az immunrendszerre is. Ezek a fiziológiai folyamatok a sok évezred alatt bevált viselkedést támogatják: mind az elszaladást, mind a harc aktív vállalását, mely során a felgyülemlett stresszhormonok távozni tudnak, és visszaáll a normális fiziológiai működés. A modern stresszhelyzeteket (általában) nem tudjuk a fizikai aktivitás útján lerendezni, a stresszhormonok nem tudnak leépülni, a hosszú távú stressz-kitétség betegségeket okoz.

A gyermek fizikai fejlődése szempontjából különösen fontos az evolúciós pszichológia egyes gondolatainak szem előtt tartása, még akkor is, ha az elmélet teljes rendszerével és minden részletével nem tudunk azonosulni. A gyermek fejlődésének (leginkább annak korai szakaszában) a legfontosabb feltétele a külső-belső fizikai és emocionális környezet, saját testének biológiai, emocionális és pszichológiai érése. Fejlődése sok évezredes evolúciós mintát követ (Pléh 2003). Életének első hónapjaiban és éveiben az őt körülvevő személyekhez való kötődés a fejlődés legfontosabb motorja, agyának evolúciós szempontból nézve legősibb részei dominálnak (limbikus rendszer: amygdala, hippocampus). A racionális-logikai gondolkodás irányítója, a homloklebény fejlődik ki a legkésőbb és leglassabban: 25 éves korunkban lesz csak teljesen kész. Vagyis az a fiatalabb gyerekeknél tapasztalható viselkedés, amikor az érzelmek – akár negatívak, akár pozitívak – teljesen elsöprik a racionalitás kereteit, még kamasz- és fiatal felnőttkorban is jellemző és természetes. Agyunk ősbibb részei ugyanis még felnőtt korunkban is képesek „felülírni” a homloklebény racionális kereteit (Bereczkei 1992 és 1998).

Az érzelmi környezeten kívül a fizikai világ megtapasztalása és a mozgás a gyermek fejlődésének elsődleges feltétele és célja. A szenzoros és motorikus tapasztalatok hiányában agyának fejlődése is csorbul. Vagyis ha nem tud eleget mászni, kúszni, érzékszerveivel tapasztalni, annak agyi fejlődése látja kárát. Milyen önfelelt boldogsággal köti le a kisebb-nagyobb gyermekeket minden olyan foglalatosság, amit a felnőttek veszélyesnek, piszkosnak vagy gusztustalannak találnak. És sajnos a fejlődése szempontjából oly fontos tapasztalatok azok, melyeket a modern kori, tisztaságra és higiénára fókuszált szülők leginkább igyekeznek korlátozni, vagy akár teljesen megtiltani.

Ezen a ponton térjünk vissza a tanulmány elején megfogalmazott állításhoz, mely szerint azok a gyerekek boldogabbak, akiknek van házi állata. Az említett kutatási eredményt érdemes egy kicsit

kibővíteni: a gyermek (még) a természeti környezet része, érzelmei, ösztönei irányítják. Anélkül, hogy a fizikai környezetét minden érzékszervével megtapasztalná, nem lehetséges egészséges fejlődés. A gyermek igényei összeütkeznek a felnőttek racionális, 21. századi modern világával. Szüksége van a föld, eső, virágok illatára, az agyag és homok gyurmázására és megkóstolására, az állatok szőrének tapintására, a fa és szikla megmászására, számlálhatatlan leesésre és felállásra (Klimke 2003). Az épített környezet, lakótelepi lakások, műanyag játékok, túlzott higiéniai korlátok, tv, tablet, okostelefon dominálta világ nem nyújt számára elég fizikai-taktilis-motorikus ingert. A tv, tablet nem néz a szemébe, nem aktiválja az érzelmi kötődést és gátolja a fejlődése szempontjából oly nélkülözhetetlen motorikus igényeit. A műanyag játék felülete sima, nincsen szaga, nem stimulálja a tapintás érzékszerveit. Nem lehet összegyúrni, simogatni, sok esetben még szétszedni és összerakni sem. A betonon nem lehet sárban tocsogni, mászni, kúszni. Természetesen nem azt szeretnénk sugallani, hogy minden gyerek, aki tévézik, városban lakik és vannak műanyag játéka, annak nem lehet egészséges fejlődési útja. A példák kiélézése csak érzékenyíteni szeretne a problémákra.

Nagy valószínűséggel a felsorolt tapasztalatok hiánya okozza azt az eltolódást, ami a mai óvodás-kisiskolás gyermekek átlagára jellemző: három-négy évvel fiatalabb fejlődési szintet mutatnak mind beszéd-, mind pedig motorikus fejlődésükben, mint egy generációval ezelőtt. Egy életkorhoz mért megkésett fejlettségi szint még önmagában nem okozna problémát, de ha tömegesen jelentkeznek, az már az adott korszak problémája. Másrészt a gyermeki fejlődés minden szintjén és életkorában ablakok nyílnak ki és zárulnak be: minden korban megvan egy adott témára kihegyezett érdeklődés, egy ún. szenzitív periódus, amely ha kielégítetlen marad, akkor a fejlődési ablak bezárul. Vagyis nem minden fejlődési elmaradást lehet később, akár serdülő vagy felnőtt korban pótolni.

Biofilia, stresszoldás

A természet érzékszervi-motorikus ingerein túl az állatokhoz fűződő kapcsolat az érzelmi és szociális fejlődést is elősegíti. Erre a tényre mutat rá a biofilia elmélete. Eric Fromm használta először ezt a kifejezést, melyen a természetben létező dolgok felé mutatott pszichológiai vonzódást értette. Edward Osborne Wilson amerikai biológus

továbbfejlesztette az elméletet. Szerinte evolúciós alapja van az ember más élőlényekhez, a természethez fűződő ösztönös vonzódásának. Ösztönös hajlamunk készítet arra, hogy az életre vagy az élet-szerű folyamatokra fókuszáljunk a túlélés esélyeinek növelése érdekében (Wilson 1984; Serpell 1999; Kruger és Serpell 2006).

A Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem Kaposvári Pedagógiai Karán több éve zajlanak kutatások az állatok gyermekekre gyakorolt hatásáról, az állatasszisztált pedagógia lehetőségeiről. A MATE kutatók is a biofilia tézisét látják igazolva kutatásaikban: „A biofilia elmélete szerint az ember genetikai állományának döntő része a természethez alkalmazkodott. Mivel kezdetben az ember együtt élt a természettel, körülvették az állatok, támaszkodni tudott azok kifinomult érzékeire. Az állatok időben figyelmeztették a közelgő veszélyre, így amíg azok nyugodtak voltak, neki sem kellett aggódnia a biztonságáért. Ez a hatás tovább él a modern emberben is, a természet és az állatok közelsége stresszoldó, nyugtató hatással van ránk” (Takács 2015, 2017).

Számos tanulmány bizonyította be az állatok jelenlétének légzésszámra, szívverésre vonatkozó normalizáló hatását, a stresszmutatók (kortizolszint, vérnyomás, pulzusszám) csökkenését és szorongás-csökkentő képességüket (Barker et al. 2010; Wells 2009; Nepps 2011). Anderson és munkatársai az 1991-es évek elején ötezer emberen három éven át végeztek vizsgálatokat. Az eredményeik azt mutatják, hogy szignifikánsan alacsonyabb azoknak a vérnyomása, akik állatok társaságában élnek az otthonukban. A szorongó ember és a társállat egymásra gyakorolt pozitív hatása számos kutatásban talált bizonyításra (Sable 1995).

A tapintás az az evolúciós szempontból legősibb, és az egyedfejlődés során a legelső érzékszervünk, mellyel embertársainkról és a körülöttünk lévő világról tapasztalatot gyűjtünk. Csecsemőkorban érzékszerveink még fejletlenek, funkciójukat nem képesek megfelelően betölteni. Az érintés, vagyis a taktilis ingerlés dekódolása az az elsődleges érzékszerv, mely már megfelelően működik. Az érintésnek ez az alapvető jelentősége megmarad az életünk későbbi időszakaiban is. Ezt az ősi, archaikus igényünket elégíti ki az állat, miközben simogatjuk, szőrét bőrünkön érezzük. Az érintésnek bizonyítottan egészségmegőrző-preventív szerepe van.

Az állatokkal felnövő gyermekek sokkal nyitottabbak a világra, jobban értik a gesztusokat, egymás érzéseit, és sokkal több empátiával rendelkeznek egymás iránt. Az állatok erősítik az érzékenységet,

önbizalmat, önbecsülést. A gyermekek kevésbé lesznek türelmetlenek, visszahúzódoak (Becker – Morton 2002). Felnőtt korunkban ma is szükségünk lenne egy kiegyensúlyozott és mély kapcsolatra a természettel egészségünk megőrzéséhez (Nimer 2007).

Az állatasszisztált pedagógiai kutatások azt mutatják, hogy az állatok jelenlétének nemcsak megnyugtató, hanem figyelemfelkeltő és -lekötő hatása is van. Az állat jelenléte egyszerre köti le és nyugtatja meg a gyermekeket és felnőtteket egyaránt. Az állatok jelenléte segít a stresszes helyzetekben valami kellemesre terelni a figyelmet, és hozzájárul egy nyugodt lelki és fizikai állapot eléréséhez. Az állatasszisztált kutatások azt is bizonyították, hogy az állat vitalitása megemeli a vele foglalkozó emberek arousalszintjét is. Ez megnyilvánulhat fokozott élettempóban olyan gyerekeknél, akik visszahúzódoak, nem képesek kilépni saját belső világukból. Az állat gyakran átveszi a kezdeményezést, kicsalogatva a gyermeket az ő „csigaházából”. A hiperaktív gyerekeknél az állattal való foglalkozás kiváltja a mozgás folyamatos stimuláns hatását, így ez a tevékenység tovább le tudja kötni a gyerek figyelmét, még akkor is, ha nem mozog sokat közben. Az állatok figyelemmegkötő hatása hozzájárul a stressz- és szorongáscsökkentéshez is (Babos 2013).

Érzelmi fejlődés

Az állatok a gyermekeknek a stresszoldó hatású evolúciós kötődés mellett olyasmint tudnak adni, melyet nem mindenhol tapasztalhatnak meg: a feltétlen elfogadást, a követelések, elvárások nélküli szeretetet. Általában az anyai szeretetet mondjuk feltétlennek, elvárásoktól mentesnek. Sok esetben viszont a gyermek nem részesül abban a mindent eltűrő, elfogadó szeretetben, amire szüksége lenne. Még egy anya is elvesztheti a türelmét, lehet depressziós, fáradt, kimerült, amikor nem tudja kellő odafordulással ellátni gyermeke szeretet iránti szükségletét. Nehéz anyagi körülmények közt, deprivált helyzetű családoknál pedig nincs elég energia ennek a feltétel nélküli közegeknek a megteremtésére. Az anyai diádikus kapcsolaton kívüli világban pedig már a legtöbb viszonyulás feltételekhez kötött.

Az állat az emberekkel ellentétben nem köti feltételekhez szeretetét. Egy kutya akkor is örül a gazdájának, ha az rosszkedvű, problémákkal küzd, vagy valamilyen fontos területen kudarcot vallott. Nem azért szereti gazdáját, mert annak mennyi pénze van, milyen lakályos az otthona, vagy milyen

minőségű tápot tud neki adni. A gyermekek pillanatok alatt elfelejtik iskolai problémáikat, egy rossz érdemjegyet vagy szidást, ha kedvenc állatukkal játszhatnak.

Az állatokkal felépített kapcsolat, a róluk való gondoskodás segít az önkontroll és a tudatos, felelősségteljes viselkedés kialakításában (Serpell 1999). A gyermek az állatok körüli tevékenységeken keresztül megélheti saját hatékonyságát, az én mint ágens, mint környezetére eredményesen ható egység képe alakul ki benne (Allport 1997).

A gyerek a világgal kapcsolatba lépve tapasztalja meg saját magát, lehetőségeit és határait, a visszajelzéseken keresztül gyűjti be az információkat saját tetteiről és önmagáról. Jó esetben kialakul az énhatékonyság, kompetencia, sikeresség érzése, mely reális énképhez és önbizalomhoz vezet. A gyermek a világhoz képest mért kicsinyége révén gyakran él meg kudarcot. Környezete akarva vagy akaratlanul nem adja meg azoknak a pozitív visszajelzéseknek a sorozatát, mely énképe és önbizalma kialakulásához szükséges. Minden gyermek nap mint nap ki van téve frusztrációknak, de ezek mértéke, valamint a gyermek frusztráció toleranciája, azok kezelésének képessége igen változó. Támogató környezetben meg tud küzdeni a kudarcokkal, elhanyagoló, negatív környezetben viszont sérül az énképe.

Sérült énkép és önbizalom esetén is gyógyító korrekciós lehetőségeket nyújt a természet, az állatokkal való foglalatosság. Egy kicsi, mások által el nem ismert gyermeknek mekkora önbizalmat ad, ha képes irányítani egy másik élőlényt, amely nagy és erős – egy ló hátán valóságos óriásnak érezheti magát.

Az énefejlődés során az ún. tükrözésnek kiemelt jelentősége van. A gyermeknek – bár felnőttekre is igaz – nincsen objektív információja önmagáról és tetteiről. Senki sem képes önmagát kívülről látni, a felnőttek sem, de a gyermeknek még nincsen kialakult énképe, ezért még bizonytalanabb és sebezhetőbb, mint egy felnőtt. Önmagáról a tükrözésen keresztül gyűjt információt: többségében pozitív visszajelzések révén pozitív énkép alakul ki önmagáról, túlnyomórészt negatív értékelések esetén negatív. A szeretetteljes környezetben a gyermek anyja szeme tükrében látja önmagát. Ha anyja szeméből a feltétel nélküli szeretet, elfogadás árad, úgy képes lesz önmagát is szeretni, elfogadni. Ugyanez a jelenség zajlik le a gyermekeknek az állatokhoz fűződő viszonyában is: az állatból áradó feltétlen elfogadás, szeretet megteremti azon közeget, ahol a gyermek az állat szemében láthatja önmagát – pozitívan. E tanulmány címe egy gyermek szájából vett idézet,

melyben megdöbbentő tudományos pontossággal foglalja össze lovához fűződő viszonyát. Ez a tükrözési folyamat, a pozitív visszajelzések sorozata képes ellensúlyozni a fejlődés során felmerülő hátrányokat, a szeretetteljes tükrözés esetleges hiányát. Az állatok, kutya, lovak felméri a gyermek lelki állapotát: érzik, ha jókedvű, vidám, bánatos, rosszkedvű, ideges, felpörgött, türelmetlen, visszahúzódó – és a gyermek érzelmeinek megfelelően reagálnak. A gyermek érzelmi világának tükrözése segíti a gyermeket saját érzelmeinek felismerésében, azok verbalizálásában – mely már önmagában is mélyebb önismerethez, nagyobb önkontrollhoz vezet, és szintén fejleszti az én-hatékonyság érzését. Ha más lát engem, a belsőt is, akkor nem vagyok láthatatlan, lényegtelen. Ha fontos vagyok másoknak, magamnak is fontos leszek.

Az állat a gyermek érzelmeit nemcsak tükrözi, hanem igyekszik a rossz hangulatot, bánatot elűzni. Kezdeményezi a kapcsolatot, bökdösi az orrával, játszani hívja a gyermeket. Felveszi a szemkontaktust, amely különösen sérült gyermekek esetében fontos tanulási folyamat. Ki tudna ellenállni egy kutya bökdöső orrának, egy macska dorombolásának vagy egy viháncoló csikó játékra felszólításának. Az állat korlátot szab a hangoskodásnak, figyelmetlenségnek, nem tűri a durvaságot – így a hiperaktív, figyelemzavaros gyermek természetes korlátokkal találja szembe magát, melyek jobban hatnak rá, mint az emberek folyamatos „Maradj nyugton!”, „Ne hangoskodj!” „Ne zavarj a tanórát!” felszólításai.

Szociális képességek

Az embereknek sokkal könnyebb kapcsolatba lépniük egy állattal, mint egy másik emberrel. Az állatokkal való kapcsolat kockázatmentesebb, mint az emberi viszonyok. Az állatnak nincsenek elvárásai. Az állat mindig a jelenben él, csak az itt és most számít. Ha hibázik a gyermek az állattal való kapcsolatban, annak nincsenek hosszú távú következményei: az állat nem sértődik meg, nem hánytorgatja fel a hibákat, nem mondja, hogy „nem leszek a barátod”. Az állat mindig ad lehetőséget a korrekcióra, könnyebb kiengesztelni és újra felvenni a kapcsolatot, felhívni a figyelmét (Fine 2015; Bánszky 2012).

A gyermek megtanul odafigyelni az állat jelzéseire, megtanulja olvasni és értelmezni a nonverbális jeleket, melyek az emberi kommunikációban is

fontosabbak a verbális jeleknél. Csányi Vilmos etológus, biológus hangsúlyozza, hogy a kutyával játszó gyermekek jobban tudnak tájékozódni a kommunikáció nonverbális területén, mint az állatok nélkül felnövő gyermekek (Csányi 2006).

A gyermekek számára megkönnyíti a szociális fejlődést, hogy az állatokkal való kapcsolatban a viselkedési szabályok sokkal könnyebben átláthatóak, mint az emberi viszonyok. Könnyebb felismerni és felmérni a helyzetet, reagálni rá. A viselkedészavaros, hiperaktív gyerekek gyakran gyengébb szociális helyzetfelismerő tudástárral rendelkeznek. Az állatokkal való kapcsolatok átláthatósága segíti őket a szociális helyzetekben való tájékozódás képességében. A pozitív visszajelzések során fejlődik a szociális kompetenciájuk, magabiztosságuk, mely teljes mértékben átvihető az emberi kommunikációs helyzetekre. Az érzelmek nyitottabb kifejezésének lehetősége, a gyöngéd viszonyulás megtapasztalása és megtanulása fejleszti a társaikhoz fűződő viszonyukat. Az állat ragaszkodása erősíti a „fontos vagyok” érzését, képes kötődési problémák gyógyítására. Az állattal való bánásmód elsajátítása kézzel fogható eredményt jelent a gyermek számára. A lovaglás megtanulása például egy hosszú, türelmes folyamatot igényel, a gyermek maga éli át a befektetett energia gyümölcsét – nem indirekt módon, mint az iskolapadban érdemjegyeken keresztül. Képessé válik egy nála sokszor nagyobb és erősebb élőlényt akarata alá vonni (Bartók 2015).

A szerepelmélet szerint a „normális” viselkedés olyan magatartásformák sorozata, melyek szociálisan elfogadottak, illeszkednek az adott közeg normáihoz. Olyan közegekben, ahol a deviancia, feltűnő viselkedés, iskolakerülés stb. az elfogadható viselkedések körébe tartozik, a gyermek is elfogadhatónak tartja az ilyen viselkedést, és beépíti szereprepertoárjába. A gyermeknek nincsenek vele született elképzelései a jó és a rossz viselkedésről, ezeket környezetétől tanulja. Az állatokkal szembeni viselkedés, a róluk való gondoskodás bővíti a szerepeiket: elsajátítják a gondoskodó-tanító, óvó-védő szerepek normáit és viselkedési mintáit, korrigálva a hiányos vagy deviáns megtanult szerep repertoárt.

A természetben eltöltött idő, az állatokhoz fűződő viszony nemcsak fejlesztő-pedagógiai, hanem gyógyító feladatot is képes ellátni. Állatasszisztált terápiának nevezzük azokat a gyógyító módszereket, ahol az állat nemcsak pusztán jelenlétével segít oldani a hangulatot, hanem aktív szereplő. Krónikus betegségben szenvedő, sérült, fogyatékkal élő és viselkedészavaros gyermekeket egyaránt részesítik állatasszisztált terápiában.

Az állat a terápia elején „átmeneti objektum”-ként szerepel, a terapeuta és a gyermek is az állathoz kötődik, rajta keresztül létesít egymással kapcsolatot. Az állat segít a terápiás helyzet feszültségének feloldásában, enyhíti a szorongást, kapocsként szolgál a résztvevők közt csoportos terápia esetén. A terápiás kutya például megtanítja a csoportot együttműködni, egymásra figyelni, tolerálni a másságot. Alkalmot nyílik a társak jobb megismerésére. A sportszerű versengés is beépül a gyermekek értékrendjébe a játékos versengések közben (Topál 2011).

Az állatasszisztált terápia egyik különleges formája, ahol egy egész farm áll rendelkezésre a gyógyítás céljából. Rövidebb-hosszabb idejű benntartózkodás is lehetséges, sok helyen egész életüket itt töltik az arra leginkább rászorulóknak. Az ún. Care Farmokban sérült emberek világszerte átélhetik a kompetencia és én-hatékonyág érzését (pl. Green Chimneys).² Az Egyesült Királyságból indult mozgalom farmjain mentális problémákkal és tanulási nehézségekkel küzdő, valamint testi fogyatékossgal élő felnőtteket és gyerekeket fogadnak hosszabb-rövidebb időre. A viselkedési korrekció vagy terápia lehet rövid távú, ambuláns, vagy hosszabb távú, bentlakásos is. Szociális viselkedésükben zavart, autista, depressziós, vagy függő személyeket vonnak be a Care Farmok a gazdálkodás mindennapi életébe. A tanulás és terápia egyrészt önmagából a farmokon ellátott feladatok során szerzett tapasztalatokból ered, másrészt a farm személyzetének szakmai útmutatásából valamint a közös reflexiókból.

A természetben eltöltött idő, az állatok ellátása mindig is a gyógyítás eszköze volt. A középkori börtönök, kórházak, kolostorok szerves részei voltak a konyha-, gyógynövény és virágos kert, az állatok. A szükséges élelem megtermelése mellett azonban már akkor is kikapcsolódást, megnyugvást jelentett a szabadban végzett munka. A mai értelemben vett Care Farmok az I. világháború után jelentek meg. A háború sújtotta Európában sorra alakultak a terápiás közösségek, ahol természet-közelséget, harmóniát és társakat tudtak nyújtani az odaérkezett embereknek.

Személyre szabott terápia zajlik a mai Care Farmokon, melynek fő célja az „empowerment”, a saját képességek és erősségek felfedezése. A személyiség megerősítése a következő lépéseken keresztül valósul meg: természethez való kötődés, csapatmunka, értelmes és valós munka, napi rutin. A gyógyulás egyik alappillére, hogy a kliens a társadalom számára értéket teremtő folyamatba tud bekapcsolódni és ezáltal egy olyan közösség részévé válik, ahol a csoportmunka, a

megosztott felelősség, a kötött napi rutin és a közös tanulás alapvető értékeket jelentenek.

Összegzés

Jelen tanulmány a természet fejlesztő-gyógyító erejének okait és módjait igyekezett bemutatni – a teljesség igénye nélkül. Kiinduló hipotézisünk szerint a felnőttek 21. századi világa szinte teljes mértékben megfeledezett az emberi lét biológiai-fizikai mivoltáról. Mindenható és mindenek felett álló, szinte sérthetetlen lényeknek képzeljük magunkat, akik büntetlenül kiaknázhatják és leigázhatják a minket körülvevő világot. Úgy hisszük, nem gond, ha feléltük az utolsó fűszálat, eltűztük az utolsó hordó olajat és megittuk az utolsó korty tiszta vizet is – majd csinálunk újat 3D-s nyomtatóval. Nem vesszük észre, hogy a természeti-fizikai környezet része vagyunk, nem tudjuk magunkat tőle függetleníteni.

Gyermekeinket is ezekben a tévhitekben szocializáljuk, azt sugalljuk nekik, hogy az ember által épített világ túlszárnyalta az eredetit. Nemcsak egy egészséges, élhető jövőtől fosztjuk meg őket, hanem a fejlődésükhöz elengedhetetlenül szükséges jelentől is: a természeti-fizikai világ minden érzék- és mozgásszervükkel való megtapasztalásától. A gyermek még nem része a felnőttek racionális, emberdominált világának. Érzelmivel és érzékszerveivel szeretné megtapasztalni a szelet, hideget, napfényt, az állatok szőrét, a sarat, a feltétlen odaadást, a kúszást-mászást. A felnőttek túlzott higiéniai és balesetvédelmi aggályai megfosztják őket a fejlődéshez elengedhetetlenül szükséges tapasztalatoktól.

A pszichológián belül az evolucionista pszichológia az egyik rész tudomány, mely nyomatékosan igyekszik felhívni a figyelmet az emberi lét természeti-állati gyökereire. Állításuk szerint modern kori koponyánkban kőkori elme lakik – vagyis a biológiai fejlődés nem tud lépést tartani a kulturális-technikai fejlődéssel. Fiziológiánk nem arra van kitalálva, hogy egész nap mozdulatlanul üljünk egy képernyő előtt, fehérített cukrokat együnk és 30 éves korunk felett kezdjünk el először gyermekvállalásra gondolni. Az evolúciós fejlődés nem tud lépést tartani a technikai és kulturális fejlődéssel, mely számos betegséghez és anomáliához vezet felnőttek és gyerekek körében egyaránt. A gyermek különös módon ki van téve ezeknek a veszélyeknek. Testi-lelki kifejlődéséhez szüksége lenne a természeti környezet ingereire, melynek túlnyomó többségétől megfosztja őt a modern világ.

² <https://www.greenchimneys.org/>

A biofilia elmélete szerint ösztönösen vonzó-dunk minden élőlényhez és életszerű jelenséghez. A gyerekek és az állatok közötti kapcsolat sokszor a felnőttek előtt rejtett dimenziókban zajlik. Fő kommunikációs közegük nonverbális, érzelmi – a felnőttek racionális kommunikációs stratégiáival ellentétben. Olyan rejtett szálak fűzik őket egymáshoz, melyek szinte megmagyarázhatatlanok. Az állatok és a természet számtalan területen járul hozzá a gyermek fejlődéséhez. Emocionálisan: megtanítja a feltétlen szeretetet és elfogadást. Szociálisan: rávezet az együttműködésre, átláthatóvá teszi a kapcsolatok hálózatait. Motorikusan: folyamatosan ingereket ad a mozgás számtalan formájára, leköti a figyelmet. Pszichésen: visszatükrözi az érzelmeket, hozzájárul az önismerethez, fejleszti az énhatékonyságot és az önbizalmat. Kognitívan: könnyíti a tanulást, direkt tudást és képességet ad át.

Természetből elszakadt, higiénikus, állatmentes világunkban egyre kevesebb a felnövő gyerekek spontán állati kapcsolata. Fejlődésük elősegítésére, betegségeik, lemaradásaik enyhítésére a fejlesztő pedagógusok számtalan módon hívják az állatokat segítségül. Kutyaterápiás tanóráktól vagy foglalkozásoktól a terápiás lovaglásra át a Care Farmok láncolatáig az állatasszisztált fejlesztések tárháza szinte felsorolhatatlan. A 21. században igyekszünk újra felfedezni azt, ami évmillióig létünk és egészségünk szerves része volt, és amit alig pár emberöltő alatt sikerült nagy erőfeszítések árán kiszorítanunk az életünkéből.

Felhasznált szakirodalom

- Allport, Gordon W. 1997 A személyiség alakulása. Kairosz Kiadó, Budapest.
- Babos Edit 2013 Állatasszisztált terápia. In Alkalmazott pszichológia (13) 3:59-81.
- Bánszky Noémi – Kardos Edina – Rózsa Linda – Gerevich József 2012 Az állatok által asszisztált terápiák pszichiátriai vonatkozásai. *Psychiatria Hungarica*, (27) 3:180-190.
- Barker, Sandra – Janet S. Knisely – Nancy L. McCain – Christine M. Schubert – Anand K. Pandurangi 2010 Exploratory Study of Stress-Buffering Response Patterns from Interaction with a Therapy Dog. *Anthrozoös* (23) 1:79-91. <https://doi.org/10.2752/175303710X12627079939341>
- Barrera-Hernández, Laura – Mirsha Alicia Sotelo-Castillo – Sonia Beatriz Echeverría-Castro – César Octavio Tapia-Fonllem 2020 Connectedness to Nature: Its Impact on Sustainable Behaviors and Happiness in Children. *Frontiers in Psychology*, February, Vol. 11. Article 27. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.00276
- Barret, L. – Dunbar, R. – Lycett, J 2002 *Human evolutionary psychology*. N.Y., Palgrave.
- Bartók Erika 2015 Állatok terápiás hatásai. Magyar Fejlesztőpedagógusok és Gyógypedagógusok Szakmai Egyesülete.
- Becker, Marty – Morton, Danelle 2002 Az állatok gyógyító ereje. Gold Book Kft., Debrecen.
- Berczkei Tamás 1998 A belénk íródott múlt. Evolúció és emberi viselkedés. Dialóg Campus, Budapest.
- Berczkei Tamás 1992 A génektől a kultúráig – Szociobiológia és társadalomtudomány. Cserépfalvi kiadó, Budapest.
- Csányi Vilmos 2006 A kommunikációs kényszer. *Magyar Tudomány*, (167) 4. Online: <https://docplayer.hu/107320910-Csanyi-vilmos-a-kommunikacios-kenyszer-in-magyar-tudomany-167-2006.html>
- Fine, Aubrey 2015 *Handbook on animalassisted therapy*. Elsevier Academic Press, Washington.
- Gaulin, Steven J. C. – McBurney, Donal H. 2011 *Psychology. An evolutionary approach*. Prentice Hall, New York.
- Klimke, Vivienne 2003 *Gyógyító állatok*. Budapest, Gladiátor Kiadó.
- Kruger, Katherin – Serpell, James 2006 *Animal-Assisted Interventions in Mental Health: Definitions and Theoretical Foundations*. Academic Press. Online: https://www.academia.edu/51482923/Animal_Assisted_Interventions_in_Mental_Health_Definitions_and_Theoretical_Foundations
- Lorenz, Konrad 1994 *A civilizált emberiség nyolc halálos bűne*. Budapest, Ikva Könyvkiadó.
- Nepps, Peggy – Stewart, C. – Bruckno, S. 2011 *Animal-Assisted Therapy: Effects on Stress, Mood, and Pain*. *The Journal of Lancaster Hospital*, Vol. 6, No. 2. Online: https://www.researchgate.net/publication/285788585_Animal-assisted_therapy_Effects_on_stress_mood_and_pain

- Nimer Janelle – Lundahl, Brad 2007
Animal-assisted therapy: a meta-analysis.
Anthrooös (20) 3:225-238. <https://doi.org/10.2752/089279307X224773>
- Pléh Csaba 2003 A természet és a lélek – a naturalista megközelítés a pszichológiában. Osiris Kiadó, Budapest.
- Sable, Pat 1995 Pets, Attachment, and well being across life cycle. Social Work, Volume 40, Issue 3:334-341.
- Serpell, J. A. 1999 Guest editors introduction: Animals in children's lives. Society and Animals 7. 87-94.
- Takács István 2015 Állatassisztált pedagógia és terápia. Kaposvári Gyógypedagógiai Vademecum III. Kaposvári Egyetem Pedagógiai Kar.
- Takács István – Szalai Katalin 2017 Állatassisztált kutatások Kaposvárott, 2011–2016. Gyermeknevelés (5) 2:18-29.
- Topál József – Hernádi Anna 2011 Gyógyító állatok: tudomány vagy kuruzslás? Magyar Tudomány, 6:678-686.
- Wells, Deborah L. 2009 The effects of animals on human health and well-being. Journal of Social Issues (65) 3:523-543. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2009.01612.x>
- Wilson, Edward O. 1984 Biophilia. Harvard University Press, Cambridge.



Molnár Icsu István *Naplórészlet II.*
Tus, ceruza, 16,5 × 30 cm, 2022