

A játék, a fantázia szerepe a szenzoros integrációs terápiákban II.

Varga Izabella és Szvatkó Anna

Előző cikkünkben ismertettük *J. Ayres* szenzoros integrációs terápiájának néhány alapelvét. A direktívebb, döntően csupán a felszíni tüneteket célzó és a hiperaktív, különböző magatartási és tanulási zavarokat mutató gyerekek alakuló idegrendszerének, személyiségének mélyebb rétegeit figyelmen kívül hagyó korrektív próbálkozásokkal szemben e terápia szellemiségét és módszereit is tekintve újnak és eredetinek tekinthető. De – hasonlóan korunk több gyógyító próbálkozásához – újszerűsége és eredetisége hitelét éppen az adja meg, hogy az emberiség ősrégi tapasztalataiban gyökeredző lehetőségekhez folyamodott.

Lássunk néhány példát. A mennyezetről lógó, minden irányba mozgatható, pörgethető és hintáztatható hálóba bebújva a terápia során jellegzetes magzati testtartásba kerülve éri gazdagon árnyalt vesztibuláris ingerlés a gyerekeket. Az óceániai népek asszonyai ma is hasonló hálókban viszik hátukon csecsemőiket, de tanulhatnánk a mi cigányasszonyainktól is, akik batyukban hordják kisgyermeküket. Említhetünk felnőtt példát is, így a görögországi Meteora hegységben élő szerzetesek gyakorlatát. A Meteora hegység függőleges, égbenyúló sziklatömbökből áll, amelyek tetejére kolostorokat építettek. Egészen a legutóbbi időkig az egyetlen kapocs a külvilággal egy háló volt. Ebben a hálóban helyezkedtek el magzati pózba összekuporogva a szerzetesek, amikor leengedték és felhúzták egymást. Ez az utazás minden bizonnyal inkább mitikus jelentéssel bírt, mintsem csupán gyakorlati célokat szolgált. A szerzetesek ott lebegtek a hétköznapi világ, és egy elmélkedésre, a mindenséggel történő eggyé válásra hívó világ között, csecsemői kiszolgáltatottságban élve meg a „*tartva levés ősbizalmát*”, de a „*leejtettség*” lehetőségének „*összorongását*” is.

Számos ősi gyógy mód, pubertás kori beavatási rítus, felszentelési szertartás használja ki azt az alapvetőnek tűnő vágyunkat, hogy mielőtt valamilyen belső átalakuláson megyünk át, mielőtt személyiség-fejlődésünk egy új stádiumába lépünk, visszatérjünk egyfajta kiinduló helyzetbe”, „az őseredeti időbe”, hogy megtörténjen „az időnek a kezdetektől való megisméltése” (*Eliade, M.: A szent és a profán. 1987*) Eközben a személyt gyakran hozzák magzati testtartásba, legtöbbször nyíltan megfogalmazva, hogy a változás előtt állónak szüksége van e mitikus utazásra.

Bátran mondhatjuk, hogy az a gyerek, aki létfontosságú, de rosszul, töredékesen szerveződött idegrendszeri struktúráinak működésén próbál változtatni, hasonló hősies lépéseket tesz meg, mint a létezés új tartományaiba merészkedő beavatandó, vagy aki betegsége legyőzését saját belső erőforrásaiból merítve kíséri meg.

Előző cikkünkben a vesztibuláris rendszernek a létfenntartásban, a test fizikai létének szó szerinti fenntartásában betöltött szerepét emeltük ki. De fantázia-tevékenységünk, amelynek korlátozott volta éppúgy testi és lelki egyensúlyunk kibillenését okozhatja, szintúgy bőven merít vesztibuláris ingerekből.

A kútba esés gondolata az iszonyatot idézi fel. Míg ha ez *Bettelheim* szavaival élve „a mese bűvöletében”, vagy, ahogy *Mérei, Piaget* mondja, „elvarázsolt tudattal” történik, a kútba ereszkedés világokat nyithat meg, világokat teremthet. És a gyerekek – amint ezt minden pedagógus és szülő tapasztalhatja – játékaik során újból és újból megteszik az ilyenfajta ént és világot teremtő gesztusokat. (*Kútba estem. Ki húzza ki?*)

Számos gyerekkel találkozunk, akiknél abban a korban, amikor pedig a játéknak életformának kellene lennie, lehetőségek híján, a felnőtti célszerűség, hasznosság ráerőszakolása miatt gátolt a játéktevékenységük. Ez a gátoltság megnyilvánulhat a játéknak akár a motoros, akár a fantázia aspektusában, gyakran mindkettőben együtt. A gazdagon árnyalt játék hiányát általában a magatartásszabályozás és a megismerő tevékenység különböző zavarai kísérik. Ezek a gyerekek gyakorta nehezen hozzáférhetőek a játéktérapiák számára, az abban rejlő lehetőséget nem tudják igazán kiaknázni.

Ayres módszerében a sokféle vesztibuláris ingerléses játék kiváló lehetőséget teremt ahhoz, hogy a gyermek belső erőforrásainak mozgósításával a maga eredeti jogában álljon helyre a *mozgás – megismerő tevékenység – fantázia* természettől adott egysége.

Maga Ayres viszonylag kevesebb hangsúllyal említi a fantázia kibontakozásának lehetőségét a kezelés során. Hazai munkánk azonban újból és újból azt bizonyítja, hogy a gyerekek spontán módon élnek a lehetőségekkel, amelyeket a helyzetek magukban rejtenek.

A vesztibuláris ingerlés előnyben részesítésének kitüntetett időszaka az élet első 8-10 éve. Az eddigiek alapján már magától értetődőnek találjuk, hogy azok a játékok, amelyeket régtől fogva játszanak a gyerekek, sok egyensúlyszervre ható elemet tartalmaznak. Gondoljunk csak a kicsinyeknek szóló mondókákra: ősi vonásokat nemcsak ismétlődő, ráolvasásszerű szövegekben, ritmusukban találunk, hanem a szervesen hozzájuk tartozó mozdulatokban. „Hóc, hóc, katona” – mondjuk valami kizárólag kisgyermekeknek fenntartott sajátos hanglejtéssel, miközben térden lovagoltatjuk őket. A mondókák, népi gyerekdalok ritmusára altatjuk, nyugtatjuk, vigasztaljuk, vidítjük gyerekeinket, miközben ringatjuk, jobbra-balra döntögetjük, lábszárunkon lecsúztatjuk, lábukat lógázzuk, összekulcsolt karjainkon hintáztatjuk, höcögtetjük az apróságokat.

A tipegők, már járni tudók nagy örömeiket lelik azokban a lépegető játékokban, „varázsigékben”, amiknek végén leguggolunk, megfordulunk velük, vagy a hónuk alatt felemelve jó magasra lendítjük őket. Számos rigmus két lábon, vagy féllábon ugrálva ismételtethető, a „Zsipp, zsupp” közben pedig a kezénél, lábánál fogott gyereket alaposan meglóbáljuk. Minél erőteljesebb az inger – a döcögtetés, himbálás, forgatás, felemelés, lecsúztatás – annál nagyobb az élvezet. Mindez abban az életkorban, amikor a nehézségi erő az egyik legnagyobb kihívás a fejlődő, kezdetben magatehetetlen, környezetére hagyatkozni kénytelen gyerekek. A bizalom próbaköve is ez: egy könnyörtelen erőnek, a gravitációnak fityiszt mutatni egy hatalmasabb erőbe, az emberi kapcsolatokba vetett örökségül kapott hittel. Pedig a leeséstől való félelem igen korán megjelenő differenciált érzés.

Nagyobbacska gyerekek kedvelt játékaiban szintén felfedezhetjük a vesztibuláris ingerek fontos szerepét. A mozgáskészlet szélőségeinek nyújt teret például a sebes forgás, amit esőüdvözlés – *Zab szaporodjék, Búza bokrosodjék* – közben végeznek. Két gyerek együttes, féltalpon csúsztatva galoppozó forgása olyan gyakori, hogy többféle elnevezés is ismert: *pórumozás, kerembózsza, sipircelés*.

A szenzomotoros koordinációval való szoros kapcsolatra utalnak azok a játékok, amelyekben a vesztibuláris ingerlés ügyességet igénylő helyzetekben valósul meg. Ilyen a *labdaiskola*, amelyben egyre fokozódó nehezítések találunk: féllábon állva, jobb majd bal láb alatt dobják a labdát, elkapás előtt maguk körül megfordulnak, leguggolnak. Főleg lányok játszották szívesen az énekes körjátékokat, amelyekben ki- és befordulni, leguggolni, pörögni, szökdécselni lehetett. Fiúk is részt vettek társasjátékokban, mint *ugróiskola*, közös *ugrókötelezés* – *Mackó, mackó ugorjál, forogjál* – vagy a mozdulatutánzó játékok sorában, mint *szoborpörgető, tücsökringató*.

Láthatjuk tehát, hogy a gyerekek évszázados játékai, amelyek a 19. századot megelőzően a felnőttek játékai is voltak, milyen gazdagok vesztibuláris élményekben, közös szövedéket alkotva az érzelmi, zenei, szimbolikus, közösségteremtő aspektusokkal. Ezek a játékok, amelyek segítenek a gyerekeknek abban, hogy hatékonyan szervezzék meg saját szenzomotoros képességeiket, alakítsák testképüket, hogy szabályozni tudják viselkedésüket, az idegrendszer diszkrét károsodásaira is jótékony hatással lehetnek. Mintha a világ sokféle, kivédhetetlen és sorsszerű csapásai ellen a vesztibuláris ingerlés játékbeli megnyilvánulása volna az egyik lehetséges eszköz a védelemre, megelőzésre, gyógyulásra.

Vajon szerepelnek-e ezek a játékok, egyáltalán a játszás gyerekeink életében kellő mennyiségben és módon? Spontánul, dacolva térrel és idővel, és látszólag olyan hiábavalóan, ahogyan a tenger hullámzik, vagy a felhők gomolyognak az égen. Sajnos, a válasz egyértelmű nem. Kikoptak ezek még a vidéken élő gyerekek életéből is: van helyettük magakellető rajzfilm-áradat, ellenállhatatlan Barbie-divat, és minden, ami pénzért vehető. A népi gyerekjátékok ennél drágábbak: önfeledt időtöltésbe, felelős gyerekszeretbe kerülnek.