

1. Mellékletek

1.1 Felkérő levél az óvodáknak

Tisztelt Intézményvezető!

Édes Regina vagyok az ELTE PPK Neveléstudomány mesterszakos hallgatója. Témavezetőm Vekety Boglárka (pszichológus, egyetemi tanársegéd). Az egyetemi műhelymunkámhoz és szakdolgozatomhoz a budapesti óvodák mesekészletét szeretném megismerni és megvizsgálni, melyhez szeretném a segítségét kérni, hogy a mellékelt rövid adatbekérő űrlapot továbbítsa az óvodájában dolgozó óvodapedagógusok számára. Az űrlap kitöltése teljesen anonim, csak az óvodai csoportra és a mesékre vonatkozó kérdéseket tartalmaz, várhatóan 5-6 percet vesz igénybe.

Szakdolgozatomban egy módszertani összefoglalót szeretnék készíteni gyakorló pedagógusok számára, mely az óvodáskori mesékben megjelenő rezilienciát és annak átadását segíti.

Kérem, segítse munkámat azzal, hogy az alábbi űrlapot továbbítja az óvodájában dolgozó óvodapedagógusoknak!

https://elteppk.eu.qualtrics.com/jfe/form/SV_dpuAsTBKwI5pdVc

Köszönöm szépen a segítségét!

Köszönettel és üdvözlettel,

Édes Regina

1.2 Óvodai adatbekérő űrlap

Kedves Óvodapedagógus!

Édes Regina vagyok, az ELTE PPK Neveléstudomány mesterszakos hallgatója. Kutatásomban Vekety Boglárka pszichológus, egyetemi tanársegéd témavezetésével az óvodai meséket vizsgálom reziliencia szempontjából, mely a lelki rugalmas ellenállást és a nehézségekkel való megküzdést segíti és a mesékben nagyon sokszor megjelenik.

Kérem, hogy töltsse ki az alábbi rövid adatbekérő űrlapot, mely az Ön és a csoportjába járó gyerekek kedvenc meséivel kapcsolatos. Az űrlap kitöltése anonim, csak az óvodai csoportra és a mesékre vonatkozó kérdéseket tartalmaz, kitöltése várhatóan 5-6 percet vesz igénybe.

Kérem, hogy egy óvodai csoportból csak egy óvodapedagógus töltsse ki a kérdőívet!

Kérdés esetén ezen az e-mail címen kereshetnek: edesregina@student.elte.hu

Köszönöm szépen a segítségét!

1. Az elmúlt tanévben (2020/21) milyen óvodai csoportban dolgozott?
 - a. kiscsoport
 - b. középső csoport
 - c. nagycsoport
 - d. vegyescsoport
2. Melyik kerületben van az óvoda, ahol dolgozik?
3. Melyik az a 3 mese, amit *Ön* a legszívesebben vitt be a csoportjába az elmúlt évben?
Ez lehet bármilyen mese, elalvás előtt olvasta a gyerekeknek, foglalkozáshoz vitte be stb. (Kérem, amennyiben tudja írja le azt is, hogy melyik mesekönyvben található meg, író, kiadó, évszám)
4. Melyik az a 3 mese, amit az elmúlt évben a *csoportjába járó gyerekek* a legjobban szerettek? (Kérem, amennyiben tudja írja le azt is, hogy melyik mesekönyvben található meg, író, kiadó, évszám)

1. 3 Connor - Davidson (CD-RISC) 25 ítemes reziliencia skála magyar adaptációja

Kérjük, jelölje meg minden állításnál, hogy milyen mértékben volt jellemző Önre az adott kijelentés az elmúlt hónapban.

Válaszlehetőségek:

0 — egyáltalán nem igaz; 1 — ritkán igaz; 2 — néha igaz; 3 — gyakran igaz; 4 — szinte mindig igaz.

1. Képes vagyok arra, hogy alkalmazkodjak a változásokhoz.
2. Vannak közeli és biztonságot nyújtó kapcsolataim.
3. Büszke vagyok az eredményeimre.
4. Dolgozom azért, hogy elérjem a céljaimat.
5. Úgy érzem, én irányítom az életemet.
6. Nagyon céltudatos vagyok.
7. Látom a dolgok humoros oldalát.
8. Mindennek megvan az oka.
9. A megérzéseim alapján kell cselekednem.
10. Tudom kezelni a negatív érzéseimet.
11. Néha a sors vagy Isten segíthet.
12. Meg tudok birkózni azzal, ami ér.
13. A múltbeli sikerek önbizalmat adnak az új kihívásokhoz.
14. A stresszel való megküzdés megerősít.
15. Szeretem a kihívásokat.
16. Népszerűtlen és nehéz döntéseket is meg tudok hozni.
17. Erős emberként gondolok magamra.
18. Amikor a dolgok reménytelennek tűnnek, akkor sem adom fel.
19. Mindig a legnagyobb erőbedobással cselekszem, mindegy, hogy miről van szó.
20. El tudom érni a céljaimat.
21. A kudarcok nem törnek le könnyen.
22. Egy megpróbáltatás vagy betegség után hamar helyre jövök.
23. Tudom, hova kell fordulni segítségért.
24. Tisztán gondolkodom és koncentrálok, amikor nyomás alatt vagyok.
25. Szeretek kezdeményező lenni a problémamegoldásban.

1.4 A beérkező mesék, a mese mögött zárójelben számmal jelölve az említések száma

5. A 12 hónap – kortárs mese, Boldizsár Ildikó
6. A hatvanegyes meg a kutya – kortárs mese, Sarkady Mária
7. A barlangi pók – kortárs mese, Bartos Erika
8. A barna mackó kuckója - Gögös Gúnár Gedeon (2)
9. A békakirály - Grimm mesekönyv
10. A brémai muzsikások – népmese (2)
11. A büszke tölgyfa – kortárs mese, Fésűs Éva
12. A cica, aki nem akart hazamenni – kortárs mese, Jill Tomlinson
13. A csillagszemű juhász – népmese (2)
14. A csökönyös kiselefánt – Bauer Gabriella szöveggyűjteménye
15. A gomba alatt - Szutyev
16. A gyömbérkenyér emberke - Grimm
17. A három csibe - belga népmese
18. A három kiscica - Szutyev
19. A három kismalac -népmese (3)
20. A három kismalac és a farkas - angol népmese (3)
21. A három kívánság - népmese
22. A három nyúl - Zelk Zoltán (2)
23. A három pillangó – magyar népmese (4)
24. A hétfejű tündér – Lázár Ervin
25. A kesztyű – ukrán népmese (3)
26. A kiscsibőc – magyar népmese (2)
27. A kiskakas gyémánt félkrajcárja - népmese (14)
28. A kismalac és a farkasok -magyar népmese
29. A kíváncsi királykisasszony – kortárs mese, Fésűs Éva
30. A kolbász, a béka és az egér - népmese
31. A kóró és a kismadár – népmese (4)
32. A lámpás titka – kortárs mese, Fésűs Éva
33. A macskacica – magyar népmese
34. A medve, a róka meg a bődön vaj - magyar népmese
35. A nyulacska harangocskája - népmese

36. A papucsszagató királykisasszonyok – magyar népmese
37. A répa/Répamese – orosz népmese (2)
38. A só – magyar népmese (3)
39. A szegény ember szőlője - magyar népmese
40. A szorgalmas és a rest leány - népmese
41. A vajaspánkó – orosz népmese (8)
42. Ábris, Gábris meg a csodafa – kortárs mese, Döbrentey Ildikó
43. Az alma - Szutyjev
44. Az aranytarajos kiskakas – orosz népmese
45. Az égig érő paszuly – magyar népmese
46. Az eltáncolt papucsok – magyar népmese
47. Az Ezüst hegedű – kortárs mese, Fésűs Éva
48. Az okos leány – magyar népmese
49. Az udvarias kecskegidák - népmese
50. Balambér – kortárs mese, Lőrincz Judit Livia (2)
51. Bogyó és Babóca – kortárs mese, Bartos Erika (2)
52. Csalicsali Csalavári Csalavér – Móra Ferenc
53. Egy egér naplója - Bálint Ágnes
54. Egyszemű, kétszemű, háromszemű - népmese
55. Hétszínvirág – Valentyij Katajev (2)
56. Holleanyó - Grimm legszebb meséi
57. Icinke picinke - népmese
58. Iciripiciri - Móricz Zsigmond (2)
59. Kacor király - népmese
60. Kéz, láb, szem, száj - népmese
61. Leszel a barátom? – kortárs mese, Vadadi Adrienn (2)
62. Mazsola - Bálint Ágnes (3)
63. Mazsola és Tádé - Bálint Ágnes (7)
64. Megint Mazsola – Bálint Ágnes
65. Méhek a vonaton – magyar népmese
66. Mese az eltévedt kis verébről – angol mese
67. Mese Vackorról, egy pisze kölyökmackóról - Kormos István
68. Meseleves – kortárs mese, Berg Judit

69. Misimókus – Tersánszky Józsi Jenő (3)
70. Mókus Péter fél diója -kortárs mese, Fésűs Éva
71. Nyakigláb, csupaháj és málészáj - népmese
72. Öreg néne őzikéje - Fazekas Anna
73. Párácska – Zelk Zoltán
74. Pom pom meséi - Csukás István (3)
75. Pom pom: A lesből támadó szárítókötél – Csukás István
76. Pöttömke meséi – kortárs mese, Fésűs Éva
77. Rémusz bácsi meséi - Vázsonyi Endre (3)
78. Sün Balázs - Csukás István (4)
79. Süsü, a sárkány - Csukás István (2)
80. Szeplőcske – kortárs mese, Fésűs Éva
81. Szeszélyes cica - Szutyjev
82. Szóló szőlő, mosolygó alma, csengő barack - magyar népmese (2)
83. Tündérnaptár – kortárs mese, Berg Judit
84. Vackor az első bében Kormos István
85. Vackor az óvodában - Kormos István (2)
86. Víziapó jótette és büntetése – észt népmese
87. Vízitündér és vízimanó - Bálint Ágnes (3)
88. Zöld Péter – népmese (2)
89. Zöldségmesék – kortárs mese, Bakó Eszter

1.5 Az elméleti háttér és a CD-RISC skála alapján összeállított elemzési szempontsor

Az elméleti háttér és a CD-RISC skála alapján összeállított elemzési szempontsor		
Reziliencia	belső	CD-RISC skála
jegyek		
Fejlett	önszabályozás,	Képes vagyok arra, hogy alkalmazkodjak a változásokhoz. Nagyon céltudatos vagyok. Tudom kezelni a negatív érzéseimet. Meg tudok birkózni azzal, ami ér. Mindig a legnagyobb erőbedobással cselekszem, mindegy, hogy miről van szó. El tudom érni a céljaimat.
belső kontroll		
Pozitív énkép		Meg tudok birkózni azzal, ami ér. A stresszel való megküzdés megerősít. Erős emberként gondolok magamra.
Nyitottság		Nagyon céltudatos vagyok Mindennek megvan az oka. Szeretem a kihívásokat.
Barátságosság		Vannak közeli és biztonságot nyújtó kapcsolataim. Tudom, hova kell fordulni segítségért.
Önhatékonyság		Úgy érzem, én irányítom az életemet. Szeretem a kihívásokat. Mindig a legnagyobb erőbedobással cselekszem, mindegy, hogy miről van szó. El tudom érni a céljaimat. Szeretek kezdeményező lenni a problémamegoldásban. Egy megpróbáltatás vagy betegség után hamar helyre jövök.
Önbecsülés		Büszke vagyok az eredményeimre. Erős emberként gondolok magamra. Amikor a dolgok reménytelennek tűnnek, akkor sem adom fel. Mindig a legnagyobb erőbedobással cselekszem, mindegy, hogy miről van szó. Szeretek kezdeményező lenni a problémamegoldásban
Optimizmus, remény		Nagyon céltudatos vagyok. Látom a dolgok humoros oldalát. A múltbeli sikerek önbizalmat adnak az új kihívásokhoz. A stresszel való megküzdés megerősít. Szeretem a kihívásokat. A kudarcok nem törnek le könnyen. Egy megpróbáltatás vagy betegség után hamar helyre jövök.
Jó önértékelés		Büszke vagyok az eredményeimre. Amikor a dolgok reménytelennek tűnnek, akkor sem adom fel.

	Mindig a legnagyobb erőbedobással cselekszem, mindegy, hogy miről van szó. A kudarcok nem törnek le könnyen. Népszerűtlen és nehéz döntéseket is meg tudok hozni.
Alkalmazkodóképesség	Képes vagyok arra, hogy alkalmazkodjak a változásokhoz. Tudom kezelni a negatív érzéseimet. Meg tudok birkózni azzal, ami ér. Amikor a dolgok reménytelennek tűnnek, akkor sem adom fel. Mindig a legnagyobb erőbedobással cselekszem, mindegy, hogy miről van szó. El tudom érni a céljaimat. Tisztán gondolkodom és koncentrálok, amikor nyomás alatt vagyok. Egy megpróbáltatás vagy betegség után hamar helyre jövök.
Kognitív flexibilitás	Képes vagyok arra, hogy alkalmazkodjak a változásokhoz. Nagyon céltudatos vagyok. Tudom kezelni a negatív érzéseimet. Meg tudok birkózni azzal, ami ér. A stresszel való megküzdés megerősít. Szeretem a kihívásokat. El tudom érni a céljaimat. A kudarcok nem törnek le könnyen. Tisztán gondolkodom és koncentrálok, amikor nyomás alatt vagyok. Szeretek kezdeményező lenni a problémamegoldásban. Egy megpróbáltatás vagy betegség után hamar helyre jövök.
Társakhoz való kötődés	Vannak közeli és biztonságot nyújtó kapcsolataim. Tudom, hova kell fordulni segítségért.
Autonómia	Meg tudok birkózni azzal, ami ér. Tudom kezelni a negatív érzéseimet. Népszerűtlen és nehéz döntéseket is meg tudok hozni.
Kitartás	Dolgozom, azért, hogy elérjem a céljaimat. Mindig a legnagyobb erőbedobással cselekszem, mindegy, hogy miről van szó. El tudom érni a céljaimat. A kudarcok nem törnek le könnyen.

Rugalmasság	Amikor a dolgok reménytelennek tűnnek, akkor sem adom fel. Mindig a legnagyobb erőbedobással cselekszem, mindegy, hogy miről van szó. Egy megpróbáltatás vagy betegség után hamar helyre jövök. Tisztán gondolkodom és koncentrálok, amikor nyomás alatt vagyok. Szeretek kezdeményező lenni a problémamegoldásban.
Reziliencia külső jegyek	CD-RISC skála
Vallási közösség, hit	Néha a sors vagy Isten segíthet. Mindennek megvan az oka. Amikor a dolgok reménytelennek tűnnek, akkor sem adom fel. A kudarcok nem törnek le.
Támogató személy/közeg	Tudom, hova kell fordulni segítségért.