

**Deliberationes tudományos folyóirat**

15. évfolyam 2. szám 2022/2, 142–152. oldal

Kézirat beérkezése: 2022.09.30.

Kézirat befogadása: 2023.04.24.

[DOI: 10.54230/Delib.2022.2.142](https://doi.org/10.54230/Delib.2022.2.142)

**Deliberationes Scientific Journal**

Vol.15; Ed.No. 2/2022, pages: 142-152

Paper submitted: 30th September 2022

Paper accepted: 24th April 2023

[DOI: 10.54230/Delib.2022.2.142](https://doi.org/10.54230/Delib.2022.2.142)

## ALTATÓ MONDÓKÁK A KISGYERMEKNEVELÉSBEN

Katona Krisztina

Gál Ferenc Egyetem, Pedagógiai Kar

### Absztrakt

A gyermekek egészséges fejlődéséhez nélkülözhetetlen a megfelelő pihenés, alvás, s noha az alvás szükség és szokás egyaránt, az elalvás, illetve az ezt támogató altatás már nem mindig olyan egyértelmű és könnyed feladat. A szakirodalom több altatási stratégiát is felkínál, viszont az évszázadok során az eltérő kultúrákban fontos szerepet játszott altató mondókák, bölcsődalok említése csak periférikusan érhető tetten. Ez a gyermekkor költészetének a lírai játékdalok csoportjába tartozó sajátos műfaja azonban nemcsak a gyermekek nevelésével összefüggő módszertani kérdések tekintetében, hanem néprajzi, irodalmi vonatkozásban is „méltatlanul elhanyagolt műfaj”, ahogy erre Katona Imre többször is felhívta a figyelmet<sup>1</sup>. Az írás e tényekből kiindulva állítja fókuszba ezt a népköltészeti műfajt, s eredeti funkcióját kiemelve kívánja ráirányítani a figyelmet a gyermeknevelésben.

**Kulcsszavak:** kisgyermeknevelés, altatódalok, altatódalok jellemzői

## LULLABIES IN EARLY CHILDHOOD EDUCATION

Krisztina Katona

Gál Ferenc University, Faculty of Pedagogy

### Abstract

Adequate rest and sleep are essential for children's healthy development, and while sleep is both a need and a habit, falling asleep is not always so straightforward and easy procedure. The literature offers several strategies for making a child fall asleep, but the fact that lullabies have played an important role in different cultures over the

---

1 vö. Magyar néprajz, V. Lírai játékdalok <http://mek.niif.hu/02100/02152/html/05/190.html>

centuries, is only peripherally evident. However, this particular genre of childhood poetry, which belongs to the group of lyrical play songs, is an „undeservedly neglected genre” not only in terms of methodological issues related to the education of children, but also in terms of ethnographic and literary studies, as Imre Katona has repeatedly pointed out.

**Keywords:** early childhood education, lullabies, lullaby characteristics

## **BEVEZETÉS**

A népköltészet, a szóbeli művészet évezredek óta jelen van az emberek életében, a kisebb és nagyobb közösségek mindennapjait át- meg áthatja, az ember legfontosabb testi és lelki szükségleteinek kielégítésére jött létre. A különböző tevékenységeket kísérő szövegek pedig nemzedékről nemzedékre hagyományozódnak mindazokkal a tapasztalatokkal és implicit tudásanyaggal együtt, amely az idők során felhalmozódott. A mesék világa mellett, melyet kezdetben a felnőttek önmaguk szórakoztatására mondogattak elsősorban valamilyen munkavégzés közben, van egy másik ága is a népköltészetnek, a mondókák világa, amely szervesen összekapcsolódik a gyermekek nevelésével. A gyermek életét születésétől kezdve kísérő kötött ritmikájú, verses vagy dallamos dajkarímeket, mondókákat a közösség tagjai szinte észrevétlenül sajátították el a sírással, alvással, táplálással összefüggő jelenségek kezelésére szolgáló praktikákkal, valamint a szülőséggel kapcsolatos további feladatokkal együtt. Napjainkra azonban az élet megváltozott. A mai szülők a gyermekek nevelését az esetek egy jelentős részében nem a saját szüleiktől, nagyszüleiktől tanulták, tanulják el, hanem különböző szakirodalmi forrásokból igyekeznek megtanulni, ahogyan a mondókázás esetében is a spontán szövegmondás és szituáció helyett a tanult formák lépnek életbe, ahol megvan erre a szülői igény. A gyermeknevelés, a gyermekgondozás el-, illetve megtanulása azonban mindenki számára fontos, hiszen ez az egyik alapja a megfelelő szülő-gyermek kapcsolat kialakulásának, amely viszont az egészséges személyiségfejlődés nélkülözhetetlen eleme. A gyermekneveléssel összefüggő gyermekvilág egészét érintő számos tevékenység közül jelen írásban az alvás, altatás témakörét járjuk körbe összekapcsolva azt a vonatkozó mondókázás kontextusával.

## **ÁLVÁS ÉS ALTATÁS A GYERMEKNEVELÉSBEN**

Az alvás-ébrenlét ciklus alakulását az első életévekben számos tényező befolyásolja, a vegetatív folyamatok mellett szociális-érzelmi tényezők is szerepet játszanak. A gyermekek alvásigényét az alábbi táblázat mutatja.

1. táblázat: Gyermek átlagos alvásideje

Életkor	Átlagos napi alvásideje	Átlagos éjszakai alvásideje	Átlagos nappali alvásideje	Alvások átlagos száma napközben
Újszülött	16-18	8-9	7-9	3-5
<b>1 hónapos kor</b>	14-16	8-9	6-7	3-5
<b>2-4 hónapos kor</b>	14-15	9-10	4-5	3
<b>4-6 hónapos kor</b>	14-15	10-11	4	2-3
<b>7-9 hónapos kor</b>	14	11	3-4	2
<b>10-12 hónapos kor</b>	14	11-12	2-3	2
<b>13-18 hónapos kor</b>	13-14	11-12	2-3	1-2
<b>19-24 hónapos kor</b>	13-14	11-12	2	1
<b>25-36 hónapos kor</b>	13-14	11	1-2	1
<b>3-4 éves kor között</b>	11-12	11	1-2	1
<b>4-5 éves kor között</b>	11	10	1	1
<b>5-6 éves kor között</b>	9-10	9	0-1	0-1

*Forrás: Saját szerkesztés.*

A táblázat adatait alapul véve, ha a napközbeni alvások, elalvások átlagos számát mindösszesen egy éjszakai elalvással egészítjük ki, a gyermek elalvásainak száma az első hat életévben akkor is 4910 – 5075 között mozog, de ez az érték tovább nőhet, ha a gyermek éjszaka is felébred.

Az esetek egy részében mind az elalvás, mind pedig az éjszakai visszaalvás problémamentesen történik, más részükénél viszont különböző nehézségek, panaszok adódhatnak.

Az alvással összefüggő problémák a gyermek esetében a kialvatlansággal és annak következményeivel párosulnak, a szülők számára pedig jelentős stresszt jelentenek. A helyzet kezelésére sok esetben nincsenek felkészülve a szülők, hiányzik számukra az a minta és az a segítség, amelyet korábban a nagycsalád biztosított számukra. A szülők ma az internetről tájékozódnak a módszerekről, trendekről, kutatásokról, és arról, hogy mi a jó a gyermeknek. A személyes tapasztalat helyett a különböző hallott és olvasott információból kell összerakniuk kérdéseikre a választ, s nincsen egyszerű dolguk, hiszen sokszor mást mond a szakirodalom, az orvos, a nagymama vagy éppen egy másik szülő.

2015-ben egy több mint ezer fős mintán végeztek kutatást Scheuring és munkatársai altatási és elalvási nehézségek témakörben. A megkérdezett szülők által adott válaszok alapján az alkalmazott altatási stratégiákat 9 fő kategóriába és 16 alcsoportba sorolták az alábbiak szerint:

## 2. táblázat: Alvási problémák csecsemő- és kisgyermekkorban

1.	1. Egyedül cumisüveggel, cumival (esetleg mellette átmeneti tárgy is)
2.	2. Mese, éneklés, simogatás, rövid beszélgetés után egyedül, könnyen
3.	3. Hosszas foglalkozás után nehezen (ebben mindenféle stratégia benne van, és a gyermek nehezen nyugtatható meg, altatható el)
4.	4. Együtt kell maradni a gyermekkel az ágyban (ebben előtte benne lehet minden stratégia, de a végén a szülőnek az ágyban kell maradnia a szülőnek) 5. Szülő testén fekve 6. Szülővel egy ágyban alszanak (el)
5.	7. Egyedül minden segítség nélkül 8. Egyedül állatkával, babával, párnával, takaróval, vagyis átmeneti tárggyal 9. Saját ujját szopva (mellette lehet átmeneti tárgy is) 10. Esti rituálé után egyedül, de nehezen (kis segítség lehet: kézfogás, simogatás)
6.	11. Mellen szoptatás közben
7.	12. Karban, ölben, ringatás, séta közben
8.	13. Szülő a szobában marad, ágy mellett, de nem fekszik a gyermek mellett 14. A gyermek elalvásig fogja a szülő kezét, ujját, vagy a szülő simogatja a gyermeket
9.	15. Babakocsiban, hintában 16. Mese-, zenehallgatás (CD, DVD) közben vagy zenélő forgóval az ágyban

*Forrás: Scheuring Noémi dr. - Danis Ildikó dr. - Papp Eszter dr. - Németh Tünde dr. - Szabó László dr. Alvási problémák csecsemő- és kisgyermekkorban II.:  
Altatási és elalvási nehézségek*

A stratégiák között a mese, az ének, a zenehallgatás két kategóriában is megjelenik alcsoportként, viszont egyetlen egyszer sem szerepel az altató, altatómondóka, altatódal vagy bölcsődal kifejezés. Szintén meglepő tény az is, hogy az altatás kérdéseit érintő szakirodalmak ugyan számos altatási stratégiát kínálnak fel, viszont az évszázadok során az eltérő kultúrákban fontos szerepet játszott altató mondókák, bölcsődalok említése csak periférikusan érhető tetten ezekben az írásokban. Elmondható továbbá, hogy ez a gyermekkor költészetének a lírai játékdalok csoportjába tartozó sajátos műfaja azonban nemcsak a gyermekek nevelésével összefüggő módszertani kérdések tekintetében, hanem néprajzi, irodalmi vonatkozásban is „méltatlanul elhanyagolt műfaj” (Magyar néprajz V. kötet) hazánkban.

## ALTATÓDAL A VILÁGBAN

Katona Imre „méltatlanul elhanyagolt műfaj”-ként tekint a bölcsődalokra a magyar néprajz és irodalom kontextusában. Az altatódalok ugyanakkor a világ számos kultúrájában fellelhetők, és Saffioti szavaival élve „a populáris kultúra egyik legar-

*chaikusabb darabjai, amelyek meglepő homogenitással és következetességgel őrződtek meg, s melyekben még mindig megvan az a mágikus szubsztrátum, amely a gyermek elaltatását célzó rituális formulákban kimutatható.”* (Saffioti, 1994).

Mai ismereteink szerint a legelső fennmaradt altatódal a világon, amely több másik alapjának is tekinthető, egy babiloni kőtáblára vésett körülbelül négyezer éves szöveg, melyben azt próbálják meg elmondani a gyerekeknek, hogy hangoskodásával felébresztette a démont, és ha most nem hallgat el, akkor a démon megeszi. Az akkád írás fordítója R. Dumbrill szerint ez a kissé borzongató téma nem idegen a korszak altatódalaitól, sőt számos olyan alkotás él ma is, mint például a kenyai luo népcsoport körében énekelt, népszerű altatódal, amelyben az a félelmet keltő kép jelenik meg, hogy „*A síró babát megeszi egy hiéna*”. Dumbrill mindehhez még azt is hozzáteszi, hogy a dalban megénekelt veszély ennek az országnak egyes részein a valóságban is megtörténhet (vö. Perry, 2013 idézi Dumbrillt).

A bölcsődalok sokszor félelmet megéneklő témája mellett a műfaj szomorúságának mélységére világít rá Federico García Lorca spanyol költő, aki hazája altatódalait vizsgálta. Lorca Spanyolország minden tájáról igyekezett bölcsődalokat gyűjteni, melyeket megismerve arra a megállapításra jutott, hogy „*Spanyolország a legszomorúbb dallamait és legbánatosabb szövegeit használja arra, hogy gyermekeinek első álmát kiszínezza.*” (Lorca, 1963). Lorca írásában arra is ráirányítja figyelmünket, hogy „*nem szabad elfelejtenünk, hogy a bölcsődalt – amint szövegük is kifejezi – azok a szegény asszonyok találták ki, akiknek teher a gyermek, súlyos kereszt, melyet gyakran nehéz viselniük. Minden gyermek, ahelyett, hogy öröm volna, csak bánat, és az anyák – minden szeretetük mellett – életük kiábrándultságát is beledalolják dalaikba*” (Lorca, 1963).

Az altatódalok sajátosságait vizsgálva Alan Lomax amerikai népzenekutató Olaszországban végzett megfigyelései alapján pedig így fogalmaz „*a dél-olaszországi altatódalok tele vannak fájdalommal, a kétségbeesés valódi nyögései, amelyek alig különböztethetők meg a régió gyászénekeitől. [...] Amit [a gyermek] hall, az egy magas hang, egy nyögdecselő dallam, a dél-olaszországi élet tragédiájának, szegénységének, szexuális hagyományainak kifejezése, az elégedetlenség és keserűség forrása*” (idézi Saffioti, 1994).

A fentieket mintegy megerősítve jegyzi meg Saffioti is, hogy az altatódalokban gyakran vannak véres, félelmet keltő képek. Meglátása szerint a szövegben előidézett fikatív veszélyhelyzetek megjelenése tulajdonképpen szükségszerűen jelenik meg alapot adva ezáltal arra, hogy a félelemkeltő szituációban a felnőtt megnyugtassa a gyermeket. Az altatódal ezáltal tulajdonképpen elősegíti a gyermek és felnőtt kapcsolatában a felnőtt iránti bizalom kialakulását, elmélyülését, s ugyanakkor lehetőséget biztosít a felszabadító szórakozásra. A gyermek megnyugtatóására és elaltatására szolgáló katartikus elemek mellett pedig számos altatódalban az anya gyermeke jövőjével kapcsolatos reményei és a félelmei váltakozva jelennek meg (Saffioti, 1994).

A világ számos kultúrájából hoz az altatódalok félelmet, ijedelmet keltő szövegei-

re példákat<sup>2</sup> H. R. Morales is az „élő altatódalok” projekt részeként (Morales, 2020). Megfigyeléseire, személyes tapasztalataira alapozott írásából szintén az olvasható ki, hogy az altatódalok egy részét a félelem és a megnyugvás ambivalenciája hatja át, hangzásuk tudniillik lágy, megnyugtató, szövegeik ugyanakkor sötétek, félelemkeltők, ijesztők. Mindezek ellenére mégis kimondható, hogy az altatódalok a sokszor meglepően reális, olykor naturalisztikus tartalmi elemeik ellenére úgy kötik össze anyát és gyermekét, mint a köldökzsinór, azaz az altatódalok közvetítése, éneklése különösen fontos módja annak, hogy a szülők és kisgyermekük közötti gyengéd pillanatok megőrződjenek.

A gyermekek számára közvetített alkotások előadásmódjának meghatározó szerepét emeli ki a Cirelli és mtsai által végzett vizsgálat is. A kutatás részeként az anyáknak ugyanazt az altatódal-szöveget kellett váltakozva a megnyugtató és játékos előadásmódban közvetíteni csecsemőik számára miközben folyamatosan rögzítették a csecsemő figyelmét és az anya, valamint a csecsemő stressz szintjét (azaz a bőr vezetőképességét). A megfigyelés során azt tapasztalták, hogy a nyugtató előadások során az anya és a csecsemő stressz szintje az ének előrehaladtával egyaránt a kezdeti szint alá csökkent. A kutatás egy másik projektelemeiben pedig arra a kérdésre keresték a választ, hogy milyen hatásuk van a csecsemőre a spontán beszédhez, illetve az ismeretlen altatódkhoz képest a kisgyermek által már ismert dallamoknak az éneklése. A vizsgálat eredményei alapján az nyert megállapítást, hogy a babákat az ismerős dalok nyugtatják meg a legjobban (Cirelli, 2020).

Az altatók előadásmódjához tartozó egyetemességet igazolja Mehr és mtsai által végzett kutatás is, melyben több mint 29 000 résztvevőt kértek meg, hogy hallgassanak meg 118 dalt, és állapítsák meg, hogy gyógyító dalról, táncdalról, szerelmes dalról vagy altatódalról van szó. Mehr és mtsai az eredmények kiértékelését követően azt mondja, hogy az emberek a legmeghatározóbban a táncdalokat azonosították 54,4% arányban, ezt pedig az altatódalok felismerése követte 45,6%-kal, és ez a két dalcsoport volt az, amelyiket a legkevésbé tévesztették össze egymással a kutatás résztvevői (Mehr et al., 2019).

Az altatódalok, ahogyan ezt a fenti kutatások is igazolják, az emberi kultúra szerves részei, melyek jó néhány egyetemes tulajdonsággal rendelkeznek. Univerzalitásuk elsősorban a funkciójukból, előadásmódjukból adódik, de sok esetben tartalmi azonosságok, hasonlóságok is jellemzik ezt a formát. Ezzel az ősrégi, világszerte ismert, alkalmazott és számos kultúrában önálló műfajként megjelenő dallal kapcsolatban a Magyar néprajzi lexikon bölcsődal címszavában azt olvashatjuk, hogy „*magyar területen nem fejlődött önálló műfajjá*” (Katona & Szendrei, 1977). Az egyetemes sajátosságok hangsúlyozását követően a továbbiakban ennek a Magyar néprajz által a

2 „The Icelandic lullaby “Bíum, Bíum, Bambaló” is haunted by a face at the window. The Russian “Bayu Bayushki Bayu” warns to stay away from the edge of the bed or a little gray wolf will drag a baby into the woods and under a willow bush.”

lírai játékdalok csoportjába sorolt népköltészeti műfajnak a főbb sajátosságait vesszük számba jellemző jegyein túl a gyermeknevelésben betöltött szerepét is hangsúlyozva.

### ALTATÓ DALOK, ALTATÓ MONDÓKÁK MAGYAR VONATKOZÁSAI

A folklórnak, a folklórkutatásnak szerves része a gyermekvállalással és a gyermekneveléssel kapcsolatos nemzedékről nemzedékre hagyományozódó tudásanyag lejegyzése, s ehhez kapcsolódóan pedig azoknak a ritmikus szövegnek a gyűjtése, megőrzése, amelyekkel a felnőtt a gyermek mindennapi tevékenységeit kíséri. A cselekvések közben ismételtetett dajkarímek, játékdalok, mondókák között a mi kultúránkban is fellelhetők azok a dallammal kísért vagy dallam nélküli szövegek, amelyek formájukban a ringatáshoz igazodnak, tartalmukban pedig álomra készítenek, vagyis az altatódalok, bölcsődalok. S noha a magyar bölcsődal története a honfoglalás előtti időre nyúlik vissza, gazdag magyar nyelvű példaanyagról e műfaj esetében nem beszélhetünk, mivel a régebbi gyűjtések nem helyeztek erre a típusú szövegre nagy hangsúlyt, az újabbakat pedig már számos iskolás vagy műzenei hatás érte, tehát nem tekinthetők teljes mértékben autentikusnak (vö. Magyar néprajzi lexikon). Az adatok tanúsága szerint a hetvenes években a néprajzi gyűjtéseknek köszönhetően azonban több archaikus, régebbinek tekinthető altatódal-szöveg került lejegyzésre, melyek a különböző néprajzi kiadványokban, periodikákban meg is jelentek. A szövegközlésekhez írt tanulmányokban a kutatók azonban kitérnek a gyűjtés körülményeire, nehézségeire is. Burányi általánosságban az „örömteli közlési szívességet” emeli ki 1972-es gyűjtése kapcsán, ugyanakkor megjegyzi, hogy „*az altatók gyűjtése ... egy szinte intim szellemi kapcsolatot igényel a gyűjtő s az adatközlő között*” (Burányi, 1972), s ha ez nem alakul ki, akkor a beszédes adatok nem tudnak napvilágra kerülni. Faragó József a magyardécei bölcsődalokról szóló írásában pedig azzal a megdöbbenő ténnyel szembesít bennünket, hogy az 1970 és 1971 fordulóján a falu 8 évesnél idősebb lakosai körében végzett gyűjtés eredménye szerint az érintett kör 81% egyetlen bölcsődalt sem tud (Faragó, 1976). Szerencsére azonban ez a körülmény nem tántorította el a gyűjtőket, s kitartó munkájuknak köszönhetően – ma már több, mint félszázados távlatból – 147 bölcsődal lejegyzésre, s így megőrzésre került.

A bölcsődalok, altatódalok szöveges, illetve kottás és szöveges lejegyzése mellett a megőrzés módja a hangfelvételeken történő rögzítésük, melynek egy szép példája az 1994-ben Csíjja bújja baba. Magyar népi altatódalok Kiss Ferenc feldolgozásában címmel megjelent hangkazetta. A kazettán szereplő dalok szövege egyértelműen régi altatódal-szövegek, a kazettára énekelt változatokon azonban a fel és átdolgozás érezhető, az így megőrzött szöveganyag azonban mindenképpen értékes.

Az altatódalok nemcsak kultúránként ugyanolyan sokszínűek, mint az egész világunk, hanem kisebb közösségenként, családonként is eltérő szövegváltozatokban élnek. A szövegek változatossága mellett használatukkal kapcsolatban Faragó ugyanakkor azt emeli, hogy az adatközlők jelentős többsége csak egyetlen bölcsődalt ismert.

Ennek fő okát ő egy lélektani megnyilvánulásban, a reflexben látja, s úgy magyarázza, hogy „a gyermek elaltatásához mindig egy és ugyanaz a bölcsődal szükséges, hogy az álom gyorsan és biztosan bekövetkezzék” (Faragó, 1976, 136). A bölcsődalok mondogatása, éneklése, gyakran egészül ki azzal, hogy az anya ritmusosan hintáztatja a gyermeket, vagy a karjai között, vagy a »ringó-bölcsőben« (Falvai, 1990), játszva egyensúlyérzékelével, ösztönös elősegítve annak fejlődését. Az anya megnyugtató hangszínének, hangfekvésének, beszéddallamának sajátosságai mellett figyelemre méltó e kötött szövegek nyelvezete is. A hangutánzó, a ringatószavak, a dajkanyelvi szavak, amelyeket a mondókák szövege sok esetben tartalmaz, többségében olyan hangokból épül fel, amelyet a gyermek könnyen tud reprodukálni, akár már az echolália fejlődési korszakban is, a bennük előforduló ismétlések pedig biztonságérzetet jelentenek a gyermek számára. A dalokban előforduló alvást kifejező, alvásra készítő szavaknak, értelmetlen hangsoroknak vagy gyermeknyelvi formáknak számos változatával találkozhatunk: „Aludj, baba, aludjál!” „Tente, baba, tente.” „Hejde, lilibe” „Csicsijja, babujja,” „Ring a bölcső, ringadozz!” „Csendesedj, angyalka”, „Csicsija, babája!” „Tente, csibe; tente, baba;” „Tente, buba, tente csibe;” „Csicsijj, buba, csicsijj csendbe.” „Bujj be! Bujj be! Szundi, szundi, szunyori” „Csicsija, babika” „Ciberébi rababa” „Hajaba, csicsiba, ...Bumbuja” „Beli buba, beli, beli, Lilibe, lilibe”, Csicsijje beluja, Csicsijja, babuska, „Csicsijja, bubája”, „Csujjabújja baba”, „Bel bel bel, aludj el, /Csucsujj el, bubujj el,” „Csicsi, csicsi, csicsi, didi, dididájdóm.” „Csíjja buva, aludjál el, buvajjal el” „Csicsi beli,” „Csicsijj baba” „Csicsíj, csicsíj babája”, „Alulululu,... Alülülülü,” „Beli buba, beli, beli,” „Buválj el angyalom, buvá, buvá,” „Csicsis, heje babája” „Tuj, tuj, tutujja, aludjál el”, „Csicsijjkányi, bubujjkányi...” „Hák csiba csicsiba,” „Belikébe bel, bel, bel, bel, bel, bel,” „Ujjujnám, ujjujnám, „Hajaba, csicsiba,” „Hajba, hajna, babácskám, hajna... /Kukujj el, bubujj el,” „Bújj el, bújj el, kicsi buba,/ Elaludjál, elnyugodjál, / Szép álmokról álmodozzál.” „Hájtá, buba,” „Csicsí, hajá, babuska,” „Csucsulj, baba, aludjál!” „Babujja, babácska”<sup>3</sup>

Az altatókból, bölcsődalokból fentebb idézett sorok jól mutatják, hogy alkalmi líránknak ez a fajtája közel áll a varázsdalhoz, azaz segítenek a gyermeket „elvarázsolni”, „átvarázsolni egy másik világba” hiszen „a gyerekek a csillagok világából jönnek közénk és a zene, a dal is a csillagvilágból származik (ősi, eredeti formájában: a szférák zenéje, mely világokat és lényeket épít). Az elalvó ember most még csak egy éjszakányi időre ismét a csillagok közé szökik ki testéből. Ahogy a kisgyerek az anyja szívdobogásának hangjától megnyugszik, elcsendesedik (még akkor is, ha éhes) hiszen védett és táplált magzati léte, testi léte első kilenc hónapja alatt ezt hallgatta úgy nyugszik el, csendesedik meg az altató, dúduló énekek, dallamok hallatán, melyek szellemi hazájához kötik őt ritmusukkal, muzsikájukkal és segítik a két világ közötti átjárásban” (Vekerdy, 1994).

3 A mondókák forrásai, amelyekből kiemelésre kerültek a szövegrészletek: Burányi, 1972; Gazda, 1988; Faragó, 1976; Dr. Kiss, 1891;



A lejegyzett formában fennmaradt magyar altatódalok tartalmi sajátosságait tekintve a félelmet, ijedelmet keltő szövegek kevésbé jellemzőek, szinte csak egy-egy olyan kivétel marad, mint például a *Csujjabújja baba*, *bölcsőbeli baba* kezdetű:

„*Csujjabújja baba, bölcsőbeli baba,  
Nekem is volt olyan bölcsőbeli baba,  
De elvitték a törökök, mikor Bécszet bírták,  
Most is megismerném, hogyha megláthatnám:  
Szép fekete szeme, két szép fehér karja,  
Most is megismerném, hogyha megláthatnám.  
Csicsíjja babuja szép török fiúcska,  
Nekem is volt egyszer szép kicsi fiacskám.  
Elvitte a török hajnalhasadtával,  
Most is megismerném, ha élembe jőne:  
Arca szemölcséről, karja fehérjéről.*”<sup>4</sup>

Az anyai sorssal, a gyermekneveléssel kapcsolatos gondolatok szintén nem általános témák, de találhatunk ilyen szövegeket is, például:

„*Tente, tente, kisbaba.  
Anyádnak sok a dóga:  
Mos, ruhát szappanoz;  
Egykettőre kimossa,  
Gyorsan ki is vasalja,  
A kötélre akasztja.  
Mire felkél a baba,  
Ki is legyen vasalva.*”<sup>5</sup>

A legtöbb altatóban, bölcsődalban azonban a hangsúly a szép álmokra, a boldog ébredésre, esetleg a gyermek jövőjére esik.

„*Csicsíjja, babika, aludjál Janika!  
Reggel, ha majd felkelsz,  
Aranybáránycát lész.  
Megnyírjuk aranyszőrét,  
Veszünk rajta kis bögrét;  
Finom tejet teszünk bele,  
Attól lesz a haskód tele.*”<sup>6</sup>

„*Aludj baba, aludjál,  
aranyosat álmodjál,  
Tente baba, tente,  
fejed hajtsd ölembe!*”<sup>7</sup>

„*Bel bel bel, aludj el,  
Csucsujj el, bubujj el,  
Holnap reggel ébredj  
fel!*”<sup>8</sup>

4 Csíjja, Bújja Baba... - Magyar Népi Altatódalok

5 Magyar népdalok

6 Uo.

7 Csíjja, Bújja Baba... - Magyar Népi Altatódalok

8 Uo.

## ÖSSZEFOGLALÁS

A gyermek elalvása, altatása nem minden csecsemő, kisgyermek esetében zajlik zökkenőmentesen, és egy nehezebben elalvó gyermek esetében az alvási idő közeledtével a szülő saját maga is nyugtalanabb, frusztráltabb lesz, így az elalvás, az altatás sokszor még nehezebbé válik. Az altató- és bölcsődalok dudorászása, éneklése azonban kultúrától függetlenül képes elérni ősi célját, közvetítése közben anya és gyermeke szinte újra szimbiózisba kerül, a baba megnyugszik. Az ébrenlét és alvás határának átlépését a gyermek számára az anya – mint közvetítő – hangjának észlelésén túl az altatódalok, bölcsődalok nem ritkán minden értelmet nélkülöző sorai, becézgető kifejezései is elősegítik.

Álomra készítő szövegek azonban nemcsak a népköltészeti alkotások lehetnek, hanem ilyen témájú verseket szép számmal találhatunk a műköltészeti alkotások körében, mivel a szépirodalom hamar megkedvelte ezt a műfajt. Az ilyen típusú versekre történő kitekintés a jelen írás kereteit meghaladja, bemutatásukra egy következő tanulmány szolgál majd lehetőségként.

Kapcsolattartó szerző:  
 Katona Krisztina  
 Gál Ferenc Egyetem  
 Pedagógiai Kar  
 5540 Szarvas  
 Szabadság út 4.  
 katona.krisztina@gfe.hu

Corresponding author:  
 Krisztina Katona  
 Faculty of Pedagogy  
 Gál Ferenc University  
 Szabadság str. 4.  
 5540 Szarvas, Hungary  
 katona.krisztina@gfe.hu

Hivatkozás: Katona, K. (2022). Altató mondókák a kisgyermeknevelésben. *Deliberationes*, 15(2), 142-152.

## IRODALOMJEGYZÉK

- Burány, B. (1972). A mi utcánk játéka. *Hung. Int. Tud. Közleményei*, 4(11-12), 147-216.
- Cirelli, L. K., Jurewicz, Z. B., Trehub, S. E. (2020). Effects of Maternal Singing Style on Mother-Infant Arousal and Behavior. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 32(7), 1212-1220. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30912725/>
- Faragó, J. (1976). *Magyardécsei bölcsődalok*. Népismereti Dolgozatok [https://adatbank.ro/html/alcim\\_pdf9754.pdf](https://adatbank.ro/html/alcim_pdf9754.pdf) (Letöltés: 2022. 11. 11.)
- Falvay, K. (1990). *Ritmikus mozgás – énekes játék*. OPI.
- García Lorca, F. (1963). *A bölcsődalok - Federico García Lorca válogatott művei*. Európa Könyvkiadó.
- Gazda, K. (1988). *Gyermekvilág Esztelneken*. Kriterion Könyvkiadó. [https://adatbank.ro/html/cim\\_pdf1002.pdf](https://adatbank.ro/html/cim_pdf1002.pdf) (Letöltés: 2022. 11. 11.)
- Katona, I., & Szendrei, J. (1977). Bölcsődal. In Gy. Ortutay (Ed.), *Magyar Néprajzi Lexikon I.* Akadémiai Kiadó. <https://mek.oszk.hu/02100/02115/html/1-960.html> (Letöltés: 2022. 11. 11.)
- Katona, I. (1970). Altatódal szócikk In *Világirodalmi Lexikon*. Akadémiai Kiadó.
- Kiss, Á. (Ed.). (1891). *Magyar gyermekjáték-gyűjtemény*. Budapest. <https://mek.oszk.hu/10800/10818/10818.pdf> (Letöltés: 2022. 11. 11.)
- Ortutay, Gy. (Ed.). (2000). *Magyar népdalok*. Neumann Kht. <https://mek.oszk.hu/06200/06234/html/> (Letöltés: 2022. 11. 11.)
- Vargyas, L. (Ed.) (1988-2002). *Magyar néprajz nyolc kötetben - V. kötet Magyar népköltészet*. Akadémiai Kiadó. <http://vmek.oszk.hu/02100/02152/html/index.html> (Letöltve: 2022. 11. 11.)
- Morales, H. R. (2020) *What the lullabies we sing to our children reveal about us* <https://www.nationalgeographic.com/magazine/article/what-the-lullabies-we-sing-to-our-children-reveal-about-us-feature> (Letöltve: 2022. 11. 11.)
- Perry, N. (2013). *The Universal Language of Lullabies*. BBC World Service, BBC News Magazine Online. <https://www.bbc.com/news/magazine-21035103> (Letöltve: 2022. 11. 11.)
- Mehr S. H. et al. (2019). Universality and diversity in human song *Science Journals — AAAS (mehr.nz)* (Letöltve: 2022. 11. 11.)
- Scheuring, N., Danis, I., Papp, E., Németh, T., & Szabó, L. (2015). Alvási problémák csecsemő- és kisgyermekkorban. *Gyermekgyógyászat*, 66(4), 25-36.
- Vekerdy, T. (1994). *Fülszöveg Csíjja, Bújja Baba... - Magyar Népi Altatódalok Kiss Ferenc feldolgozásában*. MC. Etnofon. [http://album.hagyományokhaza.hu/album/album\\_show.php?id=471](http://album.hagyományokhaza.hu/album/album_show.php?id=471) (Letöltve: 2022. 11. 11.)