

Inkluzív nevelés

# **Ajánlások a pszichés fejlődés zavaraival küzdő gyermekek, tanulók kompetencia alapú fejlesztéséhez**

## **Szociális, életviteli és környezeti kompetenciák**

Szerkesztette  
Rózsa Mária

**SULI NOVA**  
Közoktatás-fejlesztési és Pedagógus-továbbképzési Kht.



Magyarország célba ér



suliNova Közoktatás-fejlesztési és Pedagógus-továbbképzési Kht.  
Budapest, 2006

Készült a Nemzeti Fejlesztési Terv Humán erőforrás-fejlesztési Operatív Program 2.1. intézkedés Hátrányos helyzetű tanulók esélyegyenlőségének biztosítása az oktatási rendszerben központi programjának „B” komponense (Sajátos nevelési igényű gyerekek együttnevelése) keretében.

Szakmai vezető  
KAPCSÁNÉ NÉMETI JÚLIA

Projektvezető  
LOCSMÁNDI ALAJOS

Témavezető  
DR. PAPP GABRIELLA

Lektorálta  
CSÁKVÁRI JUDIT  
SZABÓ ÁKOSNÉ DR.

Azonosító: 6/211/B/4/szoc/8

© Rózsa Mária szerkesztő, 2006

© sulinova Közoktatás-fejlesztési és Pedagógus-továbbképzési Kht., 2006

Borítóterv: Dió Stúdió

Borítófotó: Pintér Márta

A fotók a Mozgásjavító Általános Iskola és Diákotthon, Módszertani Intézmény centenáriumának alkalmából készültek.

A kiadvány ingyenes, kizárólag zárt körben, oktatási céllal használható, kereskedelmi forgalomba nem hozható. A felhasználás a jövedelemszerzés vagy jövedelemfokozás célját nem szolgálhatja.

Kiadja a sulinova Közoktatás-fejlesztési és Pedagógus-továbbképzési Kht.

Szakmai igazgató: Pála Károly

Fejlesztési igazgatóhelyettes: Puskás Aurél

Felelős kiadó: a sulinova Kht. ügyvezető igazgatója

1134 Budapest, Váci út 37.

Telefon: (06-1) 886-3900

Fax: (06-1) 886-3910

E-mail: [sulinova@sulinova.hu](mailto:sulinova@sulinova.hu)

Internet: [www.sulinova.hu](http://www.sulinova.hu)

# Tartalom

Előszó	5
1. Az iskolában magatartási problémákkal küzdő tanulók jellemzői, bemutatásuk	7
1.1 A hiperaktivitás	7
1.2 A figyelemzavar	10
2. Képességfejlesztés	11
2.1 Elérendő attitűd- és képességcsoportok	12
2.2 A fejlesztendő területek speciális oldala a magatartási zavarral küzdő gyermekek esetében	13
2.3 A szociális, életviteli és környezeti kompetenciák fejlesztésének várható eredményei a magatartási zavarral küzdő, valamint a hiperaktív tanulók esetében	16
3. Az egyes témakörök magatartászavarhoz, valamint hiperaktivitáshoz kapcsolt specifikumai a szociális, életviteli és környezeti kompetenciaterületen	19
3.1 „A/2” típusú programcsomag – Én és a világ (Ember és környezete) 1–6. évfolyam	20
3.2 „B” típusú programcsomag – Én és a másik (Az együttműködés fejlesztése) 1–6. évfolyam	25
3.3 „C” típusú programcsomag – Az „ÉN” dimenziója (Önállóság, önbizalom, kreativitás) 1–6. évfolyam	27
3.4 „A” típusú programcsomag – Polgár a demokráciában 7–12. évfolyam	27
3.5 „B” típusú programcsomag – Felnőtt szerepek (Felkészülés a felnőtt élet szerepeire) 7–12. évfolyam	29
3.6 „C” típusú programcsomag – Toleranciára nevelés 7–12. évfolyam	29
4. Tanulásszervezési formák a magatartási zavarral, valamint hiperaktivitással küzdő gyermekek esetében	30
5. A magatartási zavarral és hiperaktivitással küzdő gyermekek oktatásában alkalmazható módszerek	31
6. A magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek oktatásában eredményes pedagógiai attitűdök	33
7. A tanulócsoporthoz nem sérült tagjaitól elvárható magatartásformák	35
8. A magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek oktatásában alkalmazható eszközök	36
9. Mérési és értékelési eszközök a magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek oktatásában	37
9.1 Exploráció	37
9.2 Értékelés	37



„...az útnak célja van.”  
(Martin Buber)

## Előszó

A közoktatás új formáinak kialakítása, tartalmi megújítása nem egyik napról a másikra történik, inkább folyamatában szemlélhető. Célja nem egy merev, rugalmatlan kánon, hanem a folyamatjelleg és a dinamikus egyensúly létrehozása. Ez a feltétele ugyanis az új ismeretek, készségek és koncepciók rendszerbe illeszthetőségének.

A kompetencia alapú programcsomagok az oktatói-nevelői munka jelenlegi hangsúlyait jelölik ki. Inkluzív iskola, készség- és képességfejlesztés, interaktív pedagógia, kooperatív tanulás, egyéni különbségek. Szólnak a tartalomról, szólnak a hogyanról, de nyitottak az alakulásra is. A sajátos nevelési igényű (továbbiakban: SNI-) tanulók oktatási integrációja soktényezős folyamat, osztály-, iskola- és társadalmi szintű változtatásokat is megkíván. Ennek a komplex munkának egyik szelete, hogy Ajánlások készültek a többségi iskolák pedagógusai számára az egyes sajátos nevelési igényű kategóriák szerint a kompetencia alapú programcsomagok adaptálhatósága érdekében, hiszen kompetenciák kiépítéséről, készség- és képességfejlesztésről akkor gondolkodhatunk, ha tudjuk a kiindulási feltételeket, és tisztában vagyunk a lehetőségekkel, korlátokkal is.

A pszichés fejlődés zavarai SNI-kategória új fogalom, sokféle diagnózist felölel, vizsgálata, terápiája több szakma (gyógypedagógia, pedagógia, pszichológia, pszichiátria) együttes közreműködését igényli. Az Ajánlások szerzői tehát nem voltak könnyű helyzetben, hisz egy máig mozgásban lévő, nem letisztult, de ezzel együtt izgalmas, érdekes, nagy kihívásokat jelentő téma gyakorlati megközelítése volt a feladatuk.

Az Ajánlások stílusát, hangvételét egyértelműen áthatja a segíteni akarás attitűdje, mint amikor munkatársak egymás között új szakmai kihívásokról beszélnek, egymásnak ötleteket, tanácsot adnak egy-egy probléma hatékonyabb megoldása érdekében.

Bővebb vagy szűkebb terjedelemben, de mindegyik szerző kitért az egyes diagnosztikus kategóriák sajátosságaira. Pozitív kezdeményezésnek tartható, hogy nem kizárólag a nehézségek és „szörnyűségek” felsorolása történik, hanem olvashatunk a pozitívumokról, az erősségekről, a magatartási és tanulási zavarral küzdő gyermekek értékes személyiségtulajdonságairól, a mindennapok osztálytermi gyakorlatában hasznosítható készségeiről is. A hiperaktivitás, a figyelemzavar és a magatartászavar tüneteinek, következményeinek ismertetése kimerítő, a tanulási zavarok kisebb hangsúllyal jelennek meg, az erre vonatkozó ismeretek viszont tárgyalásra kerülnek a beszéd fogyatékos gyermekek integrációját segítő SNI-szemponturnak ajánlásokban. Ez a tény is illusztrálja: a gyógypedagógiai ezen területe „mozgásban van”, „keresi a helyét”.

A kompetencia alapú programcsomagok egyes témaköreinek elemzése kifejezetten a magatartási zavarral, hiperaktivitással küzdő gyermekek szempontjából – az ismeretek átadásán túl – közelebb is viszi az olvasót, felhasználót a gyerekek problémáinak, nehézségeinek világához. A szerzők összegyűjtik azokat a helyzeteket, tanulás-szervezési módokat, gyerek felé irányuló attitűdöket, amelyeket tapasztalataik alapján bátran ajánlanak a pedagógiai folyamat tervezéséhez. Ennek másik oldalaként természetesen megjelennek a kevésbé működő vagy kifejezetten ellenjavallt formák és témák is, ami azért hasznos, mert így válik teljessé a magatartási zavarral, hiperaktivitással küzdő gyermek pszichés és szociális működéséről megrajzolt kép.

A többségi iskolák integráló pedagógusait általában jellemzi a nyitottság, a fejlődés iránti igény, nagy segítség tehát számukra, hogy az Ajánlásokban az elméleti ismeretek mellett megjelenik a gyakorlat is. Gazdag módszertani adatbank áll össze a szerzők munkája nyomán, akik saját pedagógiai gyakorlatukból kiindulva az ott bevált megoldásokat részletesen ismertetik. Számos játék, gyakorlat,

eszköz és speciális módszer részletes leírásával találkozhatunk, amelyek jó kiindulópontok lehetnek egy új pedagógiai stílus kialakításához, az SNI- és a többségi gyerekek minél változatosabb készségfejlesztéséhez. A módszertani javaslatok, az egyéni bánásmód, a készségek, képességek szintjéhez igazodó értékelés nem kizárólag az SNI-gyermek privilégiuma az osztályban. A befogadó iskola a többségi gyermekek számára is esély, hogy egyéni különbségeik értéként és nem „nehezítő körülményként” jelennek meg a pedagógiai gondolkodásban. Ez azért is fontos, mert ennek mellőzésével az SNI-gyermek – a sokféle speciális megsegítés miatt – hamar stigmatizálódik, esetleg kirekesztődik, peremre szorul éppen a legnagyobb jó szándék „eredményeként”. Reméljük tehát, hogy pedagógusnak, többségi és SNI-tanulónak egyaránt javát szolgálják a szerzők sokirányú javaslatai. Az Ajánlások tartalmaznak átfedéseket is, azonos probléma feldolgozásáról lévén szó. Ezek azonban inkább megerősítő jellegűek, mint zavaróak.

Az egyes kompetenciaterületek „SNI-érintettsége” más és más. Az Ajánlások hangsúlykülönbségei abból adódnak, hogy az adott kompetenciák szempontjából melyik életkorban milyen specialitások mentén jellemezhető az SNI-tanuló. Így válik hangsúlyossá az előkészítő időszak, az alapozás a szövegértés kompetenciaterületen, vagy kerül igen részletes elemzésre az egész készségrepertoár az életviteli kompetenciák esetében.

A pedagógia és gyógypedagógia közös kihívása, gondja, vívmánya az inkluzív oktatás. A „sikert” a folyamatos párbeszéd, az élő munkakapcsolat garantálja. Reméljük, hogy a szakmai és emberi odaadással készült SNI-ajánlások pozitív fogadtatásra találnak.

Csákvári Judit

# 1. Az iskolában magatartási problémákkal küzdő tanulók jellemzői, bemutatásuk

Tanulóink magatartását teljes iskolai pályafutásuk alatt valamilyen formában értékeljük. Azaz mi-nősítjük azt, hogy hogyan képesek viselkedni egy-egy aktuális helyzetben, mennyire képesek szabá-lyozottá, kontrollálttá tenni reakcióikat. Mennyire képesek igazodni a társadalom, az iskola, a közös-ség stb. által meghatározott normákhoz, értékrendhez. S mivel mindez a különböző korok, személyek, közösségek megítélése alapján más és más, így magát a magatartási problémát is mint viszonyfogal-mat szabad értelmeznünk.

A gyógypedagógiai szakirodalmak többsége elsődlegesen és kitüntetetten foglalkozik a hiperakti-vitással mint a magatartási zavarok leggyakoribb megnyilvánulási formájával. Az angol nyelvből szár-maztatható AD/HD (attention deficit/hyperactive disorder) rövidítéssel leggyakrabban „figyelem-hiányból eredő zavar hiperaktivitással” fordításban találkozhatunk. Fontos elkülönítenünk e szindrómát a szakirodalmakban szintén gyakran szereplő ADD-től (attention deficit disorder), amely a figyelemhiány zavarára utal. Bár a két rövidítés sokban hasonlít egymáshoz, és a hiperaktív gyerme-kek esetében mindig találkozhatunk figyelemproblémákkal is, fontos tudnunk, hogy két különböző problématerülettel állunk szemben. Mivel azonban hiperaktivitás nem létezik figyelemzavar nélkül, viszont figyelemzavar létezik hiperaktivitás nélkül, ezért hivatalosan a probléma meghatározására a fent említett „figyelemzavar hiperaktivitással” a helyes kifejezés. Ugyanakkor azt is fontos leszögez-ni, hogy a magatartászavarok és a hiperkinetikus zavarok két különböző területet ölelnek fel. Külön BNO-kóddal rendelkeznek, különböző diagnosztikai eljárások kapcsolhatók hozzájuk, és más-más te-rápiás megközelítésben kell foglalkozni egy magatartási zavarral küzdő és egy hiperaktív gyermekkel.

A magatartási zavarral (BNO F91) küzdő gyermekek esetében a hibás reakciók leépítésére kell a fő hangsúlyt helyezni, hisz ők rendelkeznek egy belső, egészséges organikus fékkel, amelynek helyes használatára viselkedésterápiás eszközökkel rávezethetők.

Ugyanakkor a hiperaktív (BNO F90) gyermekek esetében éppen ez a fék hiányzik, azaz egyfajta organikus hiányállapot lép fel szervezetükben. Fejlesztőfoglalkozásokon olyan szabályrendszert ala-kíthatunk ki a gyermek mindennapjaiban, amelynek révén az e hiányállapotból adódó nehézségeit sikeresen kezelni tudja. Nem törvényszerű emellett az sem, hogy egy hiperaktív gyermek magatartás-zavarossá váljon.

## 1.1 A hiperaktivitás

A hiperaktivitás kifejezés szó szerinti fordítása egyfajta fokozott tevékenységet takar. Más megkö-zelítésben a hiperaktivitás az esetek túlnyomó többségében a figyelemzavar egyik legszembetűnőbb tünete. A felmérések szerint az iskoláskorú gyerekek 3–10 százalékánál fordul elő, és sokszor jár együtt valamilyen részképességzavarral (diszlexia – olvasási zavar, diszgráfia – írászavar, diszkalkulia – számo-lási zavar).

Korábbi szakirodalmi anyagokban más megnevezésekkel is találkozhatunk, melyek szintén a hiper-aktivitás problémakörét írják le. Ilyen például a hiperkinetikus szindróma, pszichoorganikus szindró-ma (POS), figyelem-, mozgás-, tanulási zavar (FIMOTA).

Heinrich Hoffmann német orvos írta le először a gyermekkori hiperaktivitás fogalmát. Az ideg-rendszer a genetikailag programozott érési folyamat során két területen szenved zavart:

- Hibás idegsejt- (neuron-) kapcsolatok alakulnak ki.

A neuronok keletkezési helye a legtöbb esetben nem egyezik meg a későbbi hatásterülettel, te-hát az idegsejt a neki megfelelő területre az idegrendszer fejlődési folyamata során jut el. Ám különböző rizikófaktorok megzavarhatják ezt a vándorlást. Így az idegsejt nem az előre beprog-ramozott helyére kerül, aminek következtében hibás kapcsolatrendszereket alakít ki.

- Az ingerületátvivő anyagok (neurotranszmitterek) száma nem megfelelő.

Mérgező anyagok következtében csökkenhet az ingerületátvivő anyagok mennyisége. Ezek az anyagok felelősek a mozgásszabályozásban és viselkedésgátlásban részt vevő agyi területek aktivizációjáért. Így ha ezek mennyiségében hiány keletkezik, az a magatartásvezérlésben, valamint a mozgásszabályozás eltérő kivitelezésében mutatkozik meg.

Az életkor előrehaladtával az ingerületátvivő anyagok száma növekszik, ami automatikusan maga után vonja a motoros aktivitás csökkenését. Ezzel azonban a hiperaktivitás még nem szűnik meg. Megmaradnak, esetlegesen felerősödhetnek más tünetek, amelyek újabb problémák elé állítják az AD/HD szindrómás gyermekeket.

E tünetekkel találkozhatunk mi, pedagógusok a mindennapi gyakorlatok során, amelyeket mindannyian másképpen élünk meg, értelmezünk és dolgozunk fel. Ugyanakkor másképpen éli át mind ezeket a gyermek is, aki bár akaratlanul, de maga hozza létre ezek megjelenési formáit.

A hiperaktív gyermeknek állandó nehézségei adódnak az iskolában. Állandóan fészkelődik, képtelen megülni a padban, felpattan, vagy éppen rohangál a teremben. Azonnali, meggondolatlan válaszok, állandó közbekotyogás, hangoskodás (sikítás, füttyülés, egyéb hangkiadások) kísérik órai munkáját.

Mivel finommotorikája nem elég kifinomult, ceruzafogása pedig görcsös, nagyon intenzíven nyomja rá ceruzáját a papírra. A figyelemzavar miatt írásban sokat hibázik, olvasástanulása is problematikus.

Feledékenysége komoly nehézségeket okoz, a számára fontos dolgokat is elfelejti. Ceruzái, tornászakja, minden holmija örökös pótlásra szorul. Aktivitásából következően jó pár nadrág s főként cipő is idő előtt tönkremegy.

Saját teljesítményét nem becsüli fel reálisan, egy-egy megmérettetést túl optimistán értékeli, ami mögött akár nagyon gyenge teljesítmény is állhat. Az elismerést túlértékeli, ilyenkor rendkívüli büszkeség tölti el. Ha viszont nem kap dicséretet, felháborodik, panaszkodik.

Elkedvetlenítik a vele szemben támasztott követelmények, amelyek ráadásul az idő előrehaladtával egyre növekszenek. Ekkor megváltoznak a gyermek alvási szokásai is, egyre nehezebben kerül ágyba esténként. Igaz, hogy mélyen, de nyugtalanul alszik, gyakran előfordul, hogy beszél álmában, időnként rémálmok gyötörhetik, esetleg felriad, kiabál. Reggel pedig alig tud felkelni.

Kamaszkorban e tünetek tárháza tovább bővül, a hiperaktivitás diagnózisát még inkább alátámasztó tüneteket produkál. Hangulatváltozásai még feltűnőbbek, ahogyan az amúgy is jellemző a pubertáskorra. Felfokozott mozgásigénye enyhül, később el is tűnik. Belső nyugtalansága azonban folyamatosan jelen van, emiatt gyakran firkálgat, zavarja az órákat, társait is hecceli. Hamar kijön a sodrából.

Az önszervezés roppant nehéz feladat számára. Gyakran kapkod, több dolgot végez egyszerre. Gondolatai csapongóak, ha beszélgetőtársát nem tudja követni, türelmetlenné válik. Képes egyszerre több dologra figyelni: beszélget, tévézik, újságot lapozgat. Céljai folyamatosan változnak.

Mindenről és mindenkiről azonnal, kérés nélkül, hangosan elmondja véleményét, gyakran provokatív, mégis rettenetesen sebezhető. A serdülő magatartása kortársainál fiatalabbnak és éretlenebbnek tűnik. Pubertáskorra erősen elutasító és agresszív viselkedésmódok léphetnek fel. Jellemzően 15 éves kora táján van egy időszak, amikor szinte megközelíthetetlen. Erős indulatait veszélyes és szociálisan kóros formában is megnyilvánulhatnak, könnyen előfordulhat, hogy valamilyen deviáns csoportban (drogos, bűnöző fiatalok között) talál társakra.

Gyakori kudarc esetén hajlamos eltussoló jellegű hazugságokra, amelyek meglehetősen átlátszóak.

Az érdeklődési körébe tartozó tevékenységekben kitartó, de többnyire csak fiatal felnőttként képes ismereteit hasznosítani. A probléma felnőttkorban is megmarad: rengeteget töpreng, nekilásson-e a



feladatának, ha igen, melyiknek, még azokkal a feladatokkal is hadilábon áll, amiknek szükségszerűségét maga is belátja. Mindent az utolsó pillanatra hagy.

Rendkívüli érzékenysége túlzásokba viszi, mindent magára vonatkoztat, főleg a negatív dolgokkal azonosítja magát. A látható megnyilvánulások helyett egyre inkább a belső feszültség jellemzi. Gyenge pontja, hogy nem tud nemet mondani, pedig szeretne. Túlzottan jóindulatú, és ezt környezetétől is elvárja.

A fent leírt tünetek olykor kevert formában is jelentkezhetnek némely gyermeknél. Időszakonként is változhatnak a tünetek, hol hiperaktív tüneteket produkál, hol figyelmetlen és álmodozó.

E tünetek szinte minden gyermeknél előfordulhatnak iskolai pályafutása során. Egy-egy jellegzetesség időszakos fennállása azonban még nem jelenti azt, hogy a gyermek hiperaktivitással küzd. Az AD/HD szindróma megállapítása az esetek többségében nem egyszerű. Biztos diagnosztizálásához mindig szakember szükséges, hiszen lényeges, hogy a lehető legpontosabb diagnosztizálás történjen, s a gyermek a problémájához és egyedi szükségleteihez legteljesebben illeszkedő segítségben részesüljön.

A hiperaktivitás megállapítható, ha a DSM-IV. teszt 16 pontos kritériumrendszeréből 12 jelen van legalább 6 hónapon keresztül. (A gyermek folyamatos megfigyelésével és a tapasztalatok rögzítésével történik.)

#### *Kritériumok:*

1. Nem figyel a részletekre, sem az iskolában, sem a munkában, sem más tevékenységben.
2. Nehézséget jelent számára a figyelem megtartása.
3. Gyakran úgy tűnik, nem figyel, mikor beszélnek hozzá.
4. Nem követi az útmutatásokat, elmarad a feladat, kötelesség teljesítése.
5. Nehézségei adódnak a tevékenységek megszervezésében, kerüli, illetve nem szereti az olyan feladatokat, amelyek tartós szellemi erőfeszítést igényelnek.
6. Elveszti a tevékenységeihez szükséges dolgokat, játékokat, iskolaszereket.
7. Külső ingerek könnyen elvonják a figyelmét.
8. Feledékeny napi tevékenységeiben.
9. Kezével babrál, ültében fészkelődik.
10. Helyét gyakran otthagyja; mikor ülnie kell, gyakran rohangál; mászik, mikor ez nem helyénvaló.
11. Nehézséget jelent számára az önálló játéktevékenység.
12. Izeg-mozog, úgy viselkedik, mint akit felhúztak.
13. Túlzott mennyiségű beszéd jellemzi.
14. Kimondja a választ a kérdés befejezése előtt.
15. Nehezeére esik a várakozás.
16. Gyakran szakít félbe másokat.

Kutatási adatok azt támasztják alá, hogy a hiperaktív gyermekek között magasabb a fiúk száma. Ez azonban csak az azonosított AD/HD szindrómás gyermekek esetében tekinthető elfogadható adatnak. Hogy a valóságban ez ténylegesen milyen képet mutat, nehéz lenne eldönteni, hiszen a lányok jóval enyhébb tüneteket produkálnak (hiszti, locsi-fecsi, „zizi”), és mivel náluk általában nem jelentkezik a túlpörgés, így esetükben a problémaazonosítás is jóval nehezebben történhet meg. A képet tovább színesíti, hogy a fiúgyermekek esetében amúgy is jelentkezik egy gyermekkori fiziológiás aktivitás, amit könnyen hiperaktivitásként lehet felismerni.

## 1.2 A figyelemzavar

A gyermek iskolai mindennapjait szintén megkeserítő másik nagy problémakör a figyelem zavara, azaz angol rövidítésével az ADD. A figyelemzavarban szenvedő gyermek jellegzetességeinek leírása meglehetősen nehéz feladat.

Vannak olyan árulkodó jelek, amelyek a pedagógus számára egyértelmű bizonyítékai annak, hogy itt bizony figyelmi problémával állunk szemben.

Az e problémával küzdő gyermek figyelme könnyen elterelhető, vagy csak rövid ideig tartható fenn. Nem kitartó semmilyen tevékenységben, bár az is megfigyelhető, hogy egy-egy helyzetben (pl.: orvosi, pszichológiai vizsgálatok során) önmagához képest szokatlanul hosszú ideig képes figyelni, kitartani. Játéktevékenységében állandóan az egyik játékról a másikra vált, semmiben nem mélyül el, és a feladatok is csak rövid időre kötik le, nem fejezi be a munkáját. Gyakori, hogy képtelen felidézni, mi volt a kérdés, mit kellene tennie, mi a házi feladat stb.

A részletekre nem képes figyelni, felületes, ugyanakkor gyakran egy teljesen lényegtelennek tűnő dolognál leragad, és más vágányra terelődik gondolatmenete. Teljes káosz uralkodik körülötte: mindene szanaszét, többnyire „elveszve”, képtelen a sorrendek betartására, a tevékenységek kivitelezéséhez szükséges ésszerű tervezésre. A tartós szellemi erőfeszítést kerüli.

Legkésebb az iskoláskor idején már szembeötlő, hogy képtelen koncentrálni, s nemcsak emlékezeti problémái vannak, de sokszor beszéde is összefüggéstelen.

Írásképe az elvárások növekedésével válik egyre kuszábbá. Előfordulhat, hogy lassabban olvas, esetleg lassabban számol. Vagy ellenkezőleg: a túl gyors, kapkodó tempó lesz állandó tévesztéseinek forrása. Figyelme hamar elterelhető, gyorsan kifárad, feladattartása nem megbízható. A legkisebb akadály is elveheti a kedvét a feladat folytatásától. Tart a napi rutinfeladatok elvégzésétől, mint például az öltözködés, tisztálkodás, s kedvetlenül is végzi azokat. Nem képes felmérni saját képességeit, ezért gyakran dühös vagy sír, ha korlátokba ütközik. Másokkal szemben nagyon kritikus, éberem felfigyel a másik fél által vétett hibákra, nem úgy a sajátjaira.

A figyelemzavaros gyermekre nagyon jellemző a túlzott impulzivitás, többnyire mindennek mindig úgy kell történnie, ahogyan ő szeretné. Képtelen kivárni a sorát.

Ha a társai nem azt teszik, amit őszintén tenniük kellene, akkor többnyire jól elkalapálja őket, és ha netán a felnőtt közbeavatkozik, és számon kéri, rögtön igen erőteljes dührohamot produkál, mivel egyáltalán nincs tudatában annak, hogy mit tett. Cselekvéseiben legtöbbször ösztönei vezérlik, ezért is nagyon nehezen illeszkedik be egy adott közösségbe. Mindig pillanatnyi felindultságában cselekszik, legtöbbször meggondolatlanul, még ha nem is rossz szándék vezérli. Észre sem veszi harsány, gyakran fülsértő hangerejét.

Rögtön belekezd a feladatba anélkül, hogy végigvárna a magyarázatot, meggondolatlan válaszokat ad, az órákba állandóan beleköttyög, és megsértődik, ha a válaszát a tanár nem fogadja el.

A következő szempontrendszer útmutatóként szolgálhat a figyelemzavar diagnosztizálásához. De ebben az esetben is roppant fontos leszögezni, hogy mindig szakember bevonása szükséges, mielőtt egy gyermek esetében diagnózist állítanánk fel. Figyelemzavarról beszélhetünk, ha a diagnosztikus jellemzőkből 6 tartósan jellemzi a gyermeket.

Diagnosztikus jellemzők:

- A részletekre nem figyel oda, gondatlanságból hibákat ejt.
- A figyelem megtartása gyenge.
- Látszólag nem figyel az élőbeszédre.
- Nem követi az instrukciókat, elmarad a befejezés a nem megértés következtében.
- A tevékenység megszervezése nehézséget okoz számára.
- A tartós mentális erőfeszítéseket igyekszik kerülni.
- Gyakran elveszít, elhagy tárgyakat.

- Külső inger könnyen eltereli a figyelmét.
- Feledékeny a napi tevékenységeiben.

Az AD/HD szindrómás, valamint figyelemzavaros gyermekek ugyanakkor rengeteg olyan pozitív és egyedi tulajdonsággal is rendelkeznek, amelyekért roppant mód becsülni tudjuk őket, s amelyek segíthetik őket abban, hogy aktív és hasznos tagjaivá váljanak a társadalomnak. E tulajdonságok közé sorolhatjuk a spontán segítőkészséget, gondolkodási készletet, a fejlett igazságérzetet, még ha ez olykor kritikátlan formában jelenik is meg, a kreativitást, a kitűnő téri tájékozódási képességet (évek után is felismernek olyan helyeket, ahol valaha jártak), vagy akár az eredendő empátiát és jóindulatot. Emellett szintén kiemelhető esetükben, hogy nagyszerű humorérzékkel rendelkeznek, valamint jól lelkesíthetőek, szívósak. Emellett rendkívüli módon intuitívak, jó megérzéseikre gyakran támaszkodhatnak.

## 2. Képességfejlesztés

A szociális kompetenciák, a készségek és képességek fejlesztése elengedhetetlen annak a célnak a megvalósulása érdekében, hogy a magatartási problémával küzdő gyermekek társadalmi integrációja sikeres legyen, hogy ők is egyenrangú, a világban otthonosan mozgó felnőtt személyekké válhassanak. Olyan felnőtteket kell nevelnünk belőlük, akik biztonságos életvitelre képesek, akik képesek felelősségteljes döntések meghozatalára a különböző élethelyzetekben.

Az első hat iskolában eltöltött év során alapvető fejlődési folyamatokon megy keresztül gyermekeink személyisége. Az óvodai évek után nagyon sok gyermek esetében csak az iskoláskor kezdetén derül ki, hogy ő bizony valamiben más, mint a többiek. Az első problémák már a kezdeti időszakban körvonalazódhatnak, és ez a gyermek későbbi önértékelése, személyiségfejlődése szempontjából is rendkívül fontos. Nekünk, pedagógusoknak mindent meg kell tennünk annak érdekében, hogy ezek az első iskolai évek ne kudarcélményként maradjanak emlékezetesek diákjaink számára.

Még ha nehezebben is tanulja meg a napi rutinfeladatokat, ha kevesebb ideig képes megülni a helyén, vagy rövidebb ideig tud koncentrálni egy-egy feladatra, mint társai, akkor is segítsük őt, emeljük ki pozitívumait, hisz személyiségének formálását már ebben a nagyon korai időszakban megindítottuk!

A társas készségek és képességek fejlesztését, azaz a szociális kompetencia kialakítását a magatartási problémával küzdő gyermekek esetében is társaikkal egyenrangú mértékben kell megvalósítanunk. Az ezt elősegítő két terület e gyermekek esetében fokozott figyelmet igényel:

- Az ember belső harmóniáját és önmagába vetett bizalmát nagymértékben meghatározza, hogyan vélekedik róla környezete, miként ítéli meg viselkedését, megnyilvánulásait. Mivel a magatartási problémával küzdő gyermekek már a korai életszakaszban szembesülnek másságukkal, gyakran kapnak negatív megerősítéseket egy-egy megnyilvánulásukra, ennek következtében hamar kialakul negatív önértékelésük. Gyakran érzik magukat mindenben tehetetlennek, rossznak, akik semmikor, semmilyen körülmények között nem tudnak megfelelő módon viselkedni vagy megfelelni az elvárásoknak, még akkor sem, ha valójában nagyon szeretnének. Az egymás utáni kudarcélmények, a folyamatos szidalmazások és büntetések hamar kialakítanak a gyermekben egy negatív, a valóságtól igencsak elrugaszkodott képet önmagukról.

Éppen ezért első fontos feladatunk ebben jelentkezik, hogy sikerélményhez juttassuk tanítványainkat, s még a legproblémásabb gyermek esetében is meg tudjuk látni, és ki tudjuk emelni a pozitív tulajdonságokat! Meg kell tanítanunk e gyermekeket arra, hogy büszkék legyenek erősségeikre, hogy realisan lássák önmagukat, képességeiket. Ha kialakítottuk pozitív énképüket, ezzel megalapoztuk számukra az egyszerűbb boldogulási utat kevésbé egyszerű társadalmunk rendszerében.

- A társadalom által elfogadott, egyezményes és megkívánt viselkedési szabályok és normák megtanulása jóval hosszabb időt igényel a magatartási problémával küzdő gyermekek esetében. Bár jó értelmi képességekkel rendelkeznek, s tisztában vannak az egyes viselkedési szabályok fontosságával, gyakran még legerőteljesebb próbálkozásaik ellenére sem tudnak sikeresen megfelelni az elvárásoknak. Éppen ezért szükséges számukra nagyobb időkeret biztosítása egy-egy kitűzött cél megvalósítása érdekében. Fontos, hogy követni tudjuk, milyen apró fejlődési előrelépések történtek, s e pozitívumokat megerősítve újabb lendületet adjunk számára ahhoz, hogy a kívánatos magatartásformát kialakítsa.

## 2.1 Elérendő attitűd- és képességcsoportok

Mint már fentebb is említettem, a magatartási problémával küzdő, valamint a hiperaktív gyermekek egyaránt átlagos vagy az átlagosnál jobb értelmi képességekkel rendelkeznek. Problémáik háttérében tehát nem értelmi deficit vagy a megértés képtelensége áll, hanem egy ennél sokkal összetettebb, bonyolultabb idegrendszeri működési módosulás.

Éppen ezért a kialakítandó képességek és készségek terén sem kell elvárnunk kevesebbet tanulóinktól, csupán más megközelítéssel, időkerettel, módszertani lépésekkel juttathatjuk el őket a kívánt szociális kompetenciák birtokába.

A programcsomag három fő dimenzió mentén csoportosítja az elérendő attitűd- és képességcsoportok elemeit. E területek esetében fontosnak tartom az időkereti szétválasztást a többségi iskolás populáció, valamint a hiperaktív gyermekek esetében. A táblázat jól szemlélteti, hogy az egyes kompetenciaterületek egységesek, a pedagógusnak mindössze az adott kompetencia kialakítására fordított időkeret esetében szükséges differenciálnia.

Azt, hogy mennyivel hosszabb időre van szükség a cél elérése érdekében, nagyon nehéz lenne pontosan megmondani, hiszen a magatartási probléma függvényében ez minden egyes gyermek esetében más és más lehet.

Amit azonban fontos leszögezünk, hogy legyünk roppant türelmesek a problémával küzdő tanulóinkkal, elvárásainkat tartsuk a nekik megfelelő szinten, s ha így teszünk, munkánk gyümölcse előbb vagy utóbb beérik, azaz sikeresen eljuttathatjuk a tanulót a szociális kompetenciák megfelelő szintjére.

	Normál időke- ret biztosítása	Az átlagosnál hosszabb időkeret biztosítása
<b>Az „én” dimenziója</b>		
Belső kontrollt létrehozó érték- és motivációs rendszer létrehozása		+
Hiteles magatartás kialakítása		+
Reális önismereten alapuló önbizalom és önállóság kialakítása		+
Reális igényszint kialakítása		+
A kudarc-tűrés és a siker kezelésének képessége		+
Kitartás, kellő akarati működés, a döntéshozás és a felelősségvállalás képessége		+

	Normál időke- ret biztosítása	Az átlagosnál hosszabb időkeret biztosítása
<b>Társas dimenzió</b>		
A másik fél szempontjainak figyelembevétele		+
Konstruktív alkalmazkodáson alapuló hiteles és hatékony kommunikáció		+
Együttműködési készség		+
Konfliktuskezelési készség		+
Szervezőkészség		+
Empátia, az érzelmi ráhangolódás és megértés képessége	+	
Tolerancia, nyitottság, a másik értékeinek és különbözőségének az elfogadása	+	
A különböző szerepek megélése és alakítása		+
Szabályok alkotásának és elfogadásának képessége, szabálykövetés		+
<b>Kognitív dimenzió</b>		
Problémamegoldó gondolkodás	+	
A véleményalkotás képessége, vitakészség		+
Kreatív jegyek erősítése, rugalmasság, eredetiség, ötletgazdagság	+	
Nyitottság és kíváncsiság, sokrétű érdeklődés	+	

## 2.2 A fejlesztendő területek speciális oldala a magatartási zavarral küzdő gyermekek esetében

### 2.2.1 Attitűdök

#### 2.2.1.1 Tolerancia

Ezen a területen ritkán jelentkezik különösebb probléma. A magatartási zavarral küzdő gyermekek pontosan tudják, mit jelent a másság, s e másságnak következményeit, társadalmi megítélését és megnyilvánulásait naponta meg is tapasztalják saját bőrükön. Éppen ezért általában nagyon toleránsan viselkednek egy másik, szintén problémával küzdő gyermek esetében.

Ugyanakkor mivel rendkívüli módon befolyásolhatóak, és sok esetben hiszékenyek és naivak, így bizonyos társadalmi kérdések során rendkívül fontos, hogy biztos információkkal rendelkezzenek, vagy kérdéseikkel bizalommal fordulhassanak az adott témában kompetens szakértőhöz. E kérdések közé tartoznak többek között a vallási és kisebbségi csoportokkal összefüggő témakörök.

#### 2.2.1.2 Szolidaritás

Ez már problémásabb terület, bár szolidárisak a gyermekek mindaddig, míg saját érdekszférájuk nem sérül. A társadalmi igazságosság megértése és elfogadása azonban problematikus lehet. Nehezen

tolerálják a társadalmi különbségeket, az ebből adódó eltéréseket pedig saját elképzeléseik alapján igyekeznek lereagálni. Nehezebben fogadják el, hogy a világot működtető szabályszerűségek gyakran ellentétben állnak az általuk megalkotott, saját belső szabályrendszerekkel.

### 2.2.1.3 *Autonómia*

Ezen a területen egyfelől jóval nagyobb szabadságot igényelnek a magatartási zavarral küzdő gyermekek, míg más esetben jóval több segítségre, melléállásra lehet szükségük. Már egész korai életkortól nem jelent problémát számukra gondolataiknak önálló kifejezése, gyakran teszik ezt abban az esetben is, amikor beszéd helyett a hallgatás vagy tett sokkal célravezetőbb lenne. Rendkívüli merészséggel vágnak bele a legelképesztőbb dolgokba is, gyakran nem mérlegelve azok kimenetelét, esetleges következményeit. Sok esetben öntörvényűen intézik el a másik féllel való kapcsolatukból adódó konfliktusait. Nehezen viselik el még a hozzájuk közel álló személyek segítségadását is, hosszú időre van szükségük, míg bizalmi kapcsolatot képesek létesíteni valakivel. Bizonyos témákat illetően taktikusan képesek befolyásolni környezetüket, míg ezzel párhuzamosan önmaguk is rendkívüli módon befolyásolhatók, naivak.

A mindennapi élet szintjén nagyobb mértékben van szükségük a pártfogásra, kell számukra egy olyan személy, aki vezeti, menedzseli őket ebben a világban. Valaki, aki a mindennapi káoszból némi rendet, rendszert próbál kialakítani körülöttük.

### 2.2.1.4 *Cselekvési hajlandóság és felelősségvállalás*

Szintén sarkalatos pont. Általában a számukra érdekes témák esetében roppant aktívak, motiváltak, míg ha nem tetsző körülménnyel találják szemben magukat, szélsőséges magatartási megnyilvánulásokat produkálnak. Cselekedeteiket nagymértékben áthatják érzelmeik, gyakran nem racionális alapon hoznak döntéseket, sokkal inkább érzelmeiket, indulataikat tekintik kiindulópontnak. Tetteikért, cselekedeteikért azonban szinte mindig vállalják a felelősséget – a gyakori büntetések és fejlett igazságérzetük következtében.

## 2.2.2 *Képességek*

### 2.2.2.1 *Identitás*

Életkoruknak megfelelő szinten megértik és elfogadják társadalmi hovatartozásukat, társadalmi szerepeiket. Ez problémát főként csak a kisebbségi családok gyermekei esetében okoz, akik a társadalom, a média, a különböző közösségek stb. gyakran negatív megítélése következtében az esetek többségében nem szívesen vállalják származásukat. Meg kell ismertetnünk őket kultúrájuk lényeges elemeivel, megtanítani őket arra, hogy a saját otthonukból hozott szokásokat, hagyományokat tiszteljék, és büszkén vállalják társaik és társadalmunk tagjai előtt is azokat.

A magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekeknek mindig van egy speciális, az őket körülvevő környezet által történő besorolása is: akár a „rossz gyerek”, akár a „neveletlen”, akár „a magatartási zavarral küzdő” címkével illethetik az adott gyermeket. Nagyon fontos tudnunk, hogy ők ezt pontosan érzik, tisztában vannak e kategorizálások pozitív és negatív aspektusaival egyaránt. Éppen ezért feladatunk megtenni mindent annak érdekében, hogy ne valamely „skatulya” elemének érezze magát a gyermek, hanem olyan önálló személyiségnek, akiben rengeteg pozitívum és lehetőség rejtőzik.

### 2.2.2.2 *Önismeret, önfogadás*

A reális énkép, személyiségjegyeinek pozitívumainak és negatívumainak helyes ismerete nagyon nehéz feladat egy magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermek számára. Mivel tetteik

következtében jóval több negatív megerősítést kapnak, s gyakrabban büntetik őket, mint ahány esetben pozitívumaik kerülnek kiemelésre, így már korai életkorban kialakul az úgynevezett „én rossz gyerek vagyok” kép bennük. Épp ezért fontos, hogy megerősítsük bennük értékeiket, megtanítsuk őket önmaguk büszke vállalására. Ebben a „senki sem tökéletes” elv célravezető lehet, hisz megérteti velük, hogy minden ember küszködik valamiféle problémával.

### 2.2.2.3 Szabálykövetés, szabályalkotás

Talán ez a legproblematikusabb terület. A magatartási zavarral küzdő gyermekek esetében e területen nyilvánulnak meg a legmarkánsabb különbségek a többségi gyermekpopulációhoz viszonyítva. A számukra kevésbé lényeges vagy érdekes szabályokra szinte oda sem figyelnek, csak abban az esetben tartják be azokat, ha valamely érdekük úgy kívánja. Nehezen fogadják el a közösség által meghatározott kereteket, sokkal szívesebben vennék, ha társaik is az ő elképzeléseik alapján cselekednének. A szabályokat sokszor teljesen feleslegesnek vagy szükségtelennek tekintik. Közös játék vagy tevékenység során hajlamosak egyik pillanatról a másikra felrúgni azokat.

Éppen ezért fontos, hogy a magatartási zavarral küzdő gyermekek esetében mindig a gyermekkel közösen megalkotott, jelenlévő, egyszerű, érthető, betartható és következetesen betartatott szabályrendszer mentén szervezzük a tevékenységeket. Minél kevesebb, de szigorúan betartott határvonalat húzzunk!

Meg kell tanítani gyermekeinket arra is, hogy bár a társadalmi normák, az írott és íratlan szabályok nem minden esetben valósulhatnak meg maradéktalanul, törekednünk kell ezek betartására, hisz a szabályok felrúgása, megsértése vagy figyelmen kívül hagyása mindig valamilyen előre jól látható következményekkel jár. Ehhez elengedhetetlen a pedagógus következetessége.

Sarkalatos pont a jutalmazás-büntetés kérdésköre. E téren megint csak nagyon egységes rendszer kialakítása szükséges a pedagógus részéről. A gyermekekben egy bizonyos idő után pontosan körvonalazódnia kell annak, hogy mely tevékenységeikért illeti meg jutalom, s melyekért büntetés. A hiperaktivitással küzdő gyermekek esetében az erős büntetés bénító hatású lehet, nem várt reakciót válthat ki. Sokkal célravezetőbb esetükben a vonzó aktivitások megvonása vagy az elkülönítés. Igénylik, hogy tevékenységeikről folyamatos visszajelzéseket kapjanak, azaz az azonnali pozitív vagy negatív megerősítés motiválón hat rájuk.

### 2.2.2.4 Együttműködés

Szintén érdekvezérelt terület. Amíg valamilyen cél megvalósítása érdekében szükséges, a magatartási zavarral küzdő gyermekek szívesen dolgoznak együtt társaikkal. Egyéb esetben azonban teher és nyűg számukra a másik: önállóan sokkal aktívabbak, eredményesebbek tudnak lenni. A problémás gyermek figyelmét rögtön eltereli a másik fél jelenléte, gyakran még akkor sem képes feladatára koncentrálni, ha erőteljes törekvéseket tesz ennek irányába. A számára vonzóbb külső inger, a másik fél köti le figyelmét. Önálló tevékenységeiben éppen ezért hatékonyabb, jobb teljesítményre képes.

### 2.2.2.5 Véleményalkotás és véleménynyilvánítás

„Ami a szíven, az a száján!” Ez a magatartási zavarral küzdő gyermekek esetében fokozottan igaz. Ugyanakkor sokszor gondot okoz véleményük megfelelő kinyilvánítási formájának, a megfelelő helynek és időnek megtalálása. (Óra közbeni bekiabálások sokszor a legcifrább formákban.) Nehéz feladat, de ki kell alakítani gyermekeinkben a késleltetés képességét, megtanítani számukra azt, hogy ellenvéleményükre, az adott témához kapcsolódó gondolataikra kíváncsiak vagyunk, de cserében elvárjuk tőlük azt, hogy ők is vegyenek figyelembe, méltányoljanak bennünket, azaz jelezzék számunkra szándékukat, s együtt keressük meg az aktuálisan legcélravezetőbb megnyilatkozási formákat.

### 2.2.2.6 Választás és döntés

Mivel ezek a gyermekek rendkívüli módon befolyásolhatók, meg kell tanítanunk, hogy döntéshozatalaikban, választásaikban mik azok a racionális és érzelmi tényezők, amelyek szerepet játszhatnak. Kik lehetnek olyan hiteles személyek környezetükben, akik az ő érdekeiket szem előtt tartva segíteni próbálják őket, s melyek azok a csoportok, személyek, akik nem vehetők figyelembe potenciális segítségnyújtó partnerként egy-egy probléma megoldásának keresése során. E területen kaphat kiemelt és fontos szerepet a gyermek mindennapjait segítő, koordináló mentor személye.

### 2.2.2.7 Konfliktuskezelés

Főként a hiperaktív gyermekekre jellemző, hogy állandó konfliktusba keverednek környezetükkel. Éppen ezért rendkívül fontos számukra megtanítanunk a konfliktuskezelési stratégiákat (elkerülő, versengő, kompromisszumot kötő stb.), felismertetni velük, hogy mely szituációban mely technika alkalmazása lehet a legcélravezetőbb. Mivel rendkívül rosszul viselik a kudarcot, fontos számukra megmagyaráznunk, hogy léteznek olyan szituációk, amelyekből nem mindig kerekedhetünk ki győztesen. Meg kell tanulnunk elkövetett hibáinkból és azok következményeiből levonni a megfelelő következtetéseket, hogy hasonló szituációban – már tapasztalatainkból okulva – a helyes döntést hozhassuk meg.

### 2.2.2.8 Problémamegoldás

E területen a magatartási zavarral küzdő gyermekek jó szinten teljesítenek. Jó értelmi képességeiknek, kreativitásuknak köszönhetően a legkülönbözőbb utakat és módszereket képesek alkalmazni egy-egy felmerülő kérdés megoldására. Az e területen elért sikerek és az ehhez vezető út módszerei kiindulópontjai lehetnek egyéb, megoldatlan feladatok megoldásainak megtalálásához, amelyek hatékony segítséget nyújthatnak a gyermek számára.

## 2.3 A szociális, életviteli és környezeti kompetenciák fejlesztésének várható eredményei a magatartási zavarral küzdő, valamint a hiperaktív tanulók esetében

### 2.3.1 Az alapfok 1. szakaszának (1–4. évfolyam) végén elvárható követelmények

- A gyermek az érdeklődési körének megfelelő témák feldolgozása során aktív, kíváncsi, a számára kevésbé érdekfeszítő területek esetében sem zavarja meg az óra menetét.
- Nyugtalanságát, izgatottságát a megfelelő jelrendszer segítségével önállóan jelzi a pedagógus számára.
- A közös tevékenységek során kialakított szabályrendszert a tőle elvárható legmagasabb szinten igyekszik betartani.
- A közös tervek kivitelezésében kezdeményező szerepet vállal.
- Képes néhány mondatban önmaga reális bemutatására.
- Néhány mondatban be tudja mutatni családtagjait, ismeri foglalkozásukat, munkájukat.
- Ismeri a hagyományos és legelterjedtebb foglalkozások lényeges vonásait.
- Eligazodik saját testén, ismeri szervezetének alapvető működéseit.
- Felismeri a betegségekre utaló jeleket és tüneteket, ismeri ezzel kapcsolatosan saját érzékenységeit.
- Törekszik az egészséges életmód kialakítására, megfelelően táplálkozik, és figyelembe veszi saját speciális táplálkozási érzékenységeit.
- Mindennapi tevékenységei során igyekszik megővni mind önmaga, mind társai testi épségét.



- Részt vesz a számára leghatékonyabb sportfoglalkozásokon. (Minden magatartási zavarral küzdő gyermek számára megtalálható az a sportolási tevékenység, amely a felesleges energiák levezetése szempontjából a leghatékonyabb, és amely a gyermek sportolással szembeni elvárásait is kielégíti.)
- Napirendjének megtervezése és kialakítása szempontjából elfogadja mentora (vagy szülei, pedagógusai) segítségét, a megtervezett tevékenységek menetét igyekszik betartani.
- Önállóan öltözködik, képes a biztonságos közlekedésre, egyszerűbb önálló bevásárlásra.
- Lakóhelyén megfelelő módon tájékozódik, ismeri a közlekedési eszközök, útvonalak helyes használatát. Törekszik a szabályok betartására a közlekedésben is. Ügyel önmaga és mások biztonságára forgalmi helyzetekben (például biciklizés során).
- Ismeri a vagyont, a tulajdon és a személyes értékek jelentőségét, a károkozás anyagi és érzelmi következményeit.
- Ismeri a pénz és egyéb fizetőeszközök jelentőségét, igyekszik felelősségteljesen kezelni ezeket.
- Ismeri az évszakokat, hónapokat és napszakokat, ezek változásának alapvető okait. Az évszakokhoz tudja rendelni az azoknak megfelelő öltözködési és táplálkozási jellemzőket, a kötődő szokásokat, eseményeket, ünnepeket.
- Időbeni tájékozódásában ismeri a nagyobb időegységeket, időtávlatokat, de a mindennapi időbeosztásának alakításában elfogadja a segítséget.
- Meg tudja nevezni az égtájakat, a legfontosabb égitesteket. Ismeri a Föld felszíni formáit.
- Ismeri nemzeti hovatartozását, állampolgárságát. Fel tudja sorolni a hazájával szomszédos országok neveit, meg tudja nevezni a más népek által beszélt nyelveket Európában és a világ nagyobb államaiban. Tiszteletben tartja más nemzetek polgárait, kultúráját, szokásait.
- Érdeklődik mind természetes, mind épített környezete iránt.
- Ismeri az állatok és növények fejlődésének főbb állomásait, jellemzőit. Egy-egy ismert élőlényt röviden bemutatni is képes.
- Felelősséget érez környezete iránt, ügyel arra, hogy a lehető legteljesebb mértékben óvja környezetét.
- Szívesen alakít, formáz, barkácsol, érdeklődik a különféle anyagok eredete és felhasználása iránt. Ismeri az anyagok tulajdonságait, a belőlük kialakított tárgyak funkcióit, ezek összefüggéseit.
- A számára legtöbb információt nyújtó ismeretforrást megfelelő módon képes használni. (A magatartási zavarral küzdő gyermekek esetében az internet nagyon hasznos forrás lehet, bár hosszú időbe telik, mire elsajátítják ennek kulturált és célravezető felhasználási módját.)
- Bizonyos helyzetekben már képes késleltetni egyéni szükségleteit, igény szintjének kialakításakor figyelembe veszi lehetőségeit.
- Igyekszik elfogadni a másik ember életvezetési szokásait, szükségleteit. Törekszik arra, hogy véleménynyilvánítása a lehető legmegfelelőbb helyzetben és módon valósuljon meg. Kéréseit, kívánságait és elképzeléseit a közösség számára minél elfogadhatóbb formában igyekszik megjeleníteni, saját elképzeléseit a helyzetnek megfelelően olykor már képes módosítani.

### 2.3.2 Az alapfok 2. szakaszának (5–6. évfolyam) végén elvárható követelmények

Az e szakasz végén elvárható követelményszint egyes elemei a korábbi, az alapfok első szakaszának követelményrendszerére épülnek rá, azt egészítik ki. Ebből is látható, hogy az elvárható követelmények mintegy koncentrikusan bővülő kört alkotva válnak egyre teljesebbé, magasabb szintűvé.

- Ismeri a kooperatív tanulás folyamatában használt módszereket.
- Ha rövid ideig is, de törekszik a társaival való együttműködésre egy-egy közös cél megvalósítása érdekében.
- Feladatmegoldásaiban kreatív és ötletes.

- Törekcsenek baráti kapcsolatok kialakítására, fenntartására. Képesek eligazodni az egyenrangúságon alapuló emberi viszonyok rendszerében. Igyekeznek bizalommal fordulni környezetük felé, bízni saját képességeikben, erősségeikben.
- Az emberi különbözőségeket igyekeznek elfogadni, törekednek arra, hogy minden ember esetében megtalálják a leglényegesebb pozitív személyiségvonásokat. A társadalmi előítéletekkel szemben biztos információs bázissal képesek védekezni.
- Elemi kommunikációs helyzetekben kontrollált viselkedésre képesek, mondanivalójuk kifejezésében törekednek a minél kulturáltabb megnyilatkozási formákra.
- Érzéseiket és véleményüket őszintén képesek megfogalmazni, törekcsenek arra, hogy úrrá legyenek indulataikon, vagy jelezni tudják kulturált formában környezetük (például a pedagógus) számára, ha feszültségeik levezetésére nem találták meg a leghatékonyabb eszközt.
- A tőlük elvárható felelősségtudattal viszonyulnak társaikhoz, saját magukhoz és szűkebb környezetükhöz.
- Képesek és motiváltak a segítségnyújtásra és a segítség elfogadására.

### 2.3.3 A középfoK (7–12. évfolyam) végén elvárható követelmények

A tanköteles kor lezárásával tanítványaink egy erőteljesen versenyszellemben működő világba kerülnek, ahol önmaguk válnak felelőssé életükért, sorsuk irányításáért. Hogy ez még a magatartási zavarral küzdő gyermekek esetében is sikeresen valósuljon meg, a megelőző években részint ezt alapozzuk meg a szociális, életviteli és környezeti kompetenciák kialakításával.

- A gyermek tisztában van legfontosabb képességeivel, személyiségének erősségeivel és gyengébb pontjaival. Énképe a lehető legreálisabb, ehhez rendeli hozzá az önmagával szemben támasztott elvárásait.
- Életkori sajátosságainak megfelelően körvonalazódnak a saját jövője alakításával kapcsolatos lehetőségek és feladatok.
- Életkorának megfelelő stabil identitással rendelkezik, meg tudja határozni a különböző embercsoportokhoz fűződő viszonyát.
- Képes az ifjúkorhoz kapcsolódó különféle szerepek vállalására, az ehhez kapcsolódó különféle tevékenységek önálló elvégzésére. Tudja, hogy felelősséggel tartozik saját sorsának alakulásáért.
- Tudja, hogy személyes tetteit differenciált motívumrendszer alakítja, amelyen belül fontos szerepet játszik a szűkebb és tágabb közösségek iránt érzett felelősség érzése is.
- Megőrzendő értékek tartja a világ kulturális sokszínűségét, nyitott más emberek és kultúrák eltérő jellegzetességeinek befogadására.
- Képes strukturálatlan információhalmazok különböző szempontok szerinti rendezésére, elemzésére. Sikeresen elkülöníti a tényeket és véleményeket. Az információs jelrendszerekben megfelelő szinten képes tájékozódni, működni.
- Felismeri a manipulációs szándékot, és ki tudja vonni magát ezek hatása alól. (Ez roppant nagy teljesítmény főként egy hiperaktív ifjú részéről, hiszen rengeteg egyéni tapasztalat szükséges ahhoz, hogy megtanulja befolyásolhatóságát, naivitását megfelelő módon kezelni.)
- Belső igénye van az autonóm vélemény kialakítására, valamint a belülről vezérelt cselekvésre. Ha a csoport akadályozza ebben, képes ellenállni a nyomásnak.
- Véleményét szóban és írásban megfelelő módon fejezi ki. Nézeteit viták során is képes megvédeni és érvekkel alátámasztani.
- Konfliktus esetén rendelkezik a kezeléshez szükséges megfelelő eszköztárral. Ismeri személyiségének határait, érzelmi és indulati hevességét, törekcszik is az uralomra felettük. Képes törekvéseket tenni a konszenzus elérésére, szükség esetén akár kompromisszumok kötését is elfogadhatónak tartja.

- Személyes vagy közösségi probléma esetén azonosítani tudja annak lényegét, lehetséges megoldási utak felvázolására képes. A kitűzött célt igyekszik megvalósítani úgy, hogy eközben nem téveszti szem elől az eredeti célkitűzéseket. A távlati cél elérése érdekében szükség esetén módosítani is tudja terveit.
- Közös problémamegoldás vagy tevékenységek során az alapvető szabályok betartására nagy hangsúlyt helyez, mérlegelve azt, hogy ezek saját határaihoz mérten mennyire megvalósíthatóak. Törekszik a minél teljesebb együttműködésre. Szükség esetén irányítási feladatok ellátására is alkalmas.
- Rá tud hangolódni mások érzelmi állapotaira, be tudja fogadni mások gondolatait. Képes megérteni motívumait és szándékaikat.
- Felelősséget érez a körülötte élő emberek sorsa, a szűkebb és tágabb környezet természeti és kulturális értékeinek megőrzése iránt.
- Képes boldog, alkotó emberként élni a világban. Erős késztetése van, hogy ne csupán szemlélje a világ menetét, hanem tevékeny alkotója is legyen szűkebb és tágabb környezete történéseinek. Képességei, sajátosságai révén befolyást gyakorol az őt körülvevő világra.

### **3. Az egyes témakörök magatartászavarhoz, valamint hiperaktivitáshoz kapcsolt specifikumai a szociális, életviteli és környezeti kompetenciaterületen**

Az egyes programcsomagokban meghatározott témakörök és azok főbb pontjai egy-egy olyan témát dolgoznak fel, amelyek a mindennapi élet színtereit, feladatait és felelősségeit bemutató, szemléletformáló ismereteket nyújtanak. Kiindulópontjai lehetnek a speciális nevelési szükségletű gyermekek későbbi, zökkenőmentes társadalmi beilleszkedésének, későbbi társas életüknek.

A magatartási zavarral és hiperaktivitással küzdő tanulók esetében szintén megfelelő e főbb vonalak mentén történő haladást. Mivel gyermekeink intelligenciaszintje érett az egyes területek feldolgozásához, így nem szükséges semmilyen témában eltérni esetükben sem a többségi általános iskolások számára kidolgozott irányvonalaktól.

Azonban célravezető lenne, ha a hangsúlyok olyan területekre kerülnének, amelyek problémás gyermekeink számára kiemelten fontosak, vagy új tartalmi információt hordoznak. Speciális szükségleteik és ellátásuk szemszögéből olyan tényezőkre is feladatunk felhívni figyelmüket, amelyek a nehézséggel nem küzdő gyermekek esetében elhanyagolhatóak lennének.

Természetesen akadnak olyan témák, amelyek a magatartási zavarral, de főként a hiperaktivitással küzdő gyermekek esetében egy-egy kényesebb területet is boncolgatnak, esetlegesen jobban rávilágítanak nehézségeikre, hiányosságaikra. Az egészséges személyiségfejlődés szempontjából azonban elengedhetetlen, hogy szembesüljenek e tényezőkkel is. Nem megkímélni akarjuk őket saját gyengeségeikkel szemben, hanem ismeretekhez juttatni, amelyek segíthetnek a továbblépésben. Ehhez egy-egy témán belül megismerhetik a pozitív és negatív oldalakat, attitűdöket, a társadalom elvárásait. Ebből tudnak a későbbiekben építkezni, ezek lesznek kiindulópontjai társadalmi létüknek.

Az egyes programcsomagok esetében azokat a témaköröket emelem ki, amelyek feldolgozása során valamilyen speciális szempont figyelembevétele szükséges a magatartási zavarral, valamint a hiperaktivitással küzdő gyermekek esetében. Az évfolyamokra lebontott egyes témakörök esetében úgy vélem, a pedagógus feladata eldönteni, hogy az itt megjelölt plusz információkat a gyermek egyéni képességeihez és szintjéhez mérten mikor kívánja átadni, hiszen az e problémákkal küzdő gyermekek

mindegyike más, így nem lehet egy szisztémát alkalmazni valamennyi esetben. Mindig egyéni elbírálás kérdése kell, hogy legyen, elég érett-e már a tanuló egy-egy új tudástartalom befogadásához.

Mivel az óraszámok esetükben sem változnak, így azok megállapításánál az eredeti programcsomagokban meghatározott mennyiségek az irányadók.

Programcsomagok	1–6. évfolyam	7–12. évfolyam
„A/2” típus	Én és a világ (Ember és környezete)	Polgár a demokráciában (Civil szerepek)
„B” típus	Én és a másik (Az együttműködés fejlesztése)	Felnőtt szerepek (Felkészülés a felnőtt élet szerepeire)
„C” típus	Az „ÉN” dimenziója (Önállóság, önbizalom, kreativitás)	Toleranciára nevelés (A másik és én)

A programcsomagokon belül csak azok a témakörök kerülnek kiemelésre, amelyek valamilyen szempontból speciálisak a magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek szemszögéből. Mivel sok téma évenként és programcsomagonként visszatérő, így a speciális vonatkozások összegyűjtve, egy-egy nagyobb témakörben kerültek összegzésre.

### 3.1 „A/2” típusú programcsomag – Én és a világ (Ember és környezete), 1–6. évfolyam

#### 3.1.1 „Otthon és iskola” témakör

A témakörön belül az együttélési szokások és szabályok, valamint az első közlekedési próbálkozások lehetnek sarkalatos pontjai a hiperaktív gyermekek oktatásának.

E tanulóink családi élete bizonyos tényezőkben eltér társaikétól. Bár a legtöbb családban, ha csak időszakosan is, de akadnak problémák, a hiperaktív gyermekek családjában legtöbbször a gyermek maga a probléma. Érzelmi, indulati kitörései, gyakran kiszámíthatatlan viselkedése még a legedzettebb szülőket is kemény próbák elé állítják. Éppen ezért ezekben a családokban a mindennapi élet megszervezése nemegyszer teljesen kimeríti a családtagok energiatartalékait.

Hasonló a helyzet az iskolában is. Egy-egy pedagógus gyakran már előre retteg attól, hogy a hiperaktív tanuló mit fog a következő napon produkálni.

Ha magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő tanulót integrálunk osztályunkba, számolni kell azzal, hogy ez egy újfajta megközelítést kíván meg, s egy újfajta terhelést is jelent mind az osztály tanulóinak, mind pedagógusainak, mind az érintett gyermek számára.

Éppen ezért már a kezdetektől törekednünk kell arra, hogy olyan szabályrendszert alakítsunk ki az iskolában és otthon, amely a gyermek számára is betarthatóvá válhat egy idő után, s amely mindannyiunk számára megkönnyíti a hétköznapi életet. E szabályok tudatosítása, az ezekre történő folyamatos figyelemfelhívás és a következetes magatartásmód a pedagógus és a szülő feladata egyaránt. Csak abban az esetben valósulhat meg maradéktalanul, ha háttérben egy nagyon összehangolt együttműködés is áll. Értessük meg a gyermekkel, hogy az ő szüleinek fokozott jelenléte az iskolában nem negatívumként értékelendő, hanem az érte történő segítségadás.

A másik kiemelt pont az első közlekedési próbálkozások. A magatartási zavarral küzdő tanuló mindig fokozott figyelmet igényel e téren is. Találjunk ki ötletes megoldásokat arra, miért figyelünk rá jobban, mint társaira. (Például: Te vagy a csapatvezető, veled együtt vezetjük a csapatot.) Azt sem

szabad figyelmen kívül hagyni, hogy mivel e gyermekek veszélyérzete jóval kisebb, mint társaiké, ezért könnyebben éri őket baleset, előbb „találja meg őket a baj”.

Fontos megtanítani azt is, hogy a közlekedésben meghozott szabályok betartása nemcsak a mások, de saját testi épségünk megóvása érdekében is elengedhetetlenek.

2. osztályban e témakörön belül foglalkozunk a tanulással kapcsolatos ismeretekkel, tanulási szokások kialakításával. Az eredményes tanuláshoz szükséges közös és egyéni feltételekkel való ismerkedésen keresztül az önálló tanulási képesség megalapozása történik.

A magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő tanulók esetében itt is megfigyelhetők a teljesítmény tipikus eltérései. A normál intelligenciaszint ellenére is komoly problémák adódhatnak az iskolában. Még ha a gyermek motivációja megfelelő szintű is, a folyamatos sikertelenségek következtében a tanuláshoz való hozzáállása előbb-utóbb problematikusává válik. Nehezített az önálló tanulás számára azért is, mert nem képes elég időt egy adott tevékenységgel tölteni. A házi feladatok megírását pedig egyenesen feleslegesnek, időpocsékolásnak tartja. Nagyon fontos feladatunk ebben, hogy megismertessük tanulóinkat kötelezettségeikkel, megértessük velük, hogy az életben mindig célokra kell tűznünk magunk elé, amelyek elérése ugyan nem mindig történhet egyszerűen, de megvalósításukkal hozzájárulunk saját fejlődésünkhöz, előbbre jutásunkhoz.

Szintén szükséges arra is odafigyelnünk, hogy a magatartási zavarhoz vagy hiperaktivitáshoz gyakran társulhat specifikus tanulási zavar (diszlexia, diszgráfia, diszkalkulia). Bár ezek csak másodlagos tünetek, gyakran mégis elrejtik az elsődleges problémát, a hiperaktivitást. Szakember segítségét kell kérnünk annak eldöntése érdekében, hogy a tanulási teljesítmények eltéréseinek oka a magatartási zavarral magyarázható-e, avagy áll-e a háttérben valamilyen részképességzavar, amely a gyengébb teljesítményért felelős.

### 3.1.2 „Az egészség” témakör

A hiperaktivitással küzdő gyermekek esetében ez a téma különös figyelmet kap. Már nagyon korai időszakban szembesülnek gyermekeink azzal, hogy ők valamiben mások, mint társaik. A gyakori kudarcélmények, erőfeszítéseik ellenére is sikertelenül megvalósított magatartási helyzetek a „velem valami probléma van” érzését erősítik meg a gyermekben. Emellett néha még elcsíphetnek egy-egy rájuk vonatkozó nem túl kedvező megjegyzést környezetükben, amit az esetek többségében nem is értenek pontosan. Sok esetben megfogalmazzák önmaguknak, hogy ők bizonyára betegek, esetlegesen egy-egy szomatikus tünetet is produkálnak.

Nagyon fontos feladatunk ebben, hogy megértessük mind a gyermekekkel, mind társaival, hogy a magatartási problémák hátterében nem betegség áll. Biztosítsuk őket arról, hogy bizalommal fordulhatnak hozzánk minden felmerülő kérdésükkel kapcsolatosan. Fontos megmagyaráznunk nekik, hogy olyannak kell elfogadniuk egymást, amilyenek, de ugyanakkor mindenkinek saját feladata, hogy tegyen annak érdekében, hogy társaival való kapcsolata minél pozitívabb formában valósuljon meg. Ezzel a megközelítéssel levesszük róluk a probléma felelősségének súlyát, de ugyanakkor felruházzuk őket azzal a felelősséggel, hogy saját viselkedésük irányításának önmaguk is aktív részesei.

Mivel a témakör célja, hogy a gyermek saját szervezetét, az azokban végbemenő változásokat is megértse, fontos olyan területekre is kitérni, amelyek speciálisan a hiperaktív gyermekeket érintik. Ilyen sarkalatos téma a speciális gyógyszerek szedése vagy a speciális étrend kialakítása. Az e témákban való jártasságot nemcsak a gyermekek oktatására és nevelésére szakosodott pedagógusnak, de az érintett gyermekek szüleinek is meg kell szerezni. És a közös cél elérése érdekében új ismereteinket az iskolában és otthon egyaránt szükséges alkalmazni is.

Véleményem szerint csak szélsőségesen hiperaktív, figyelemzavaros, gyakran agresszív, beilleszkedni, alkalmazkodni képtelen gyermekeknél lehet pozitív hatást kiváltani gyógyszerrel. A legelterjedtebb szer nálunk a Ritalin. Ez talán a legtöbbet vizsgált gyógyszerkészítmény a világon. Egy serkentőszer, ami

a figyelemzavaros gyermekekre nyugtatólag hat, éppen fordítva, mint az átlagemberre. Ugyanakkor, mivel paradox hatás érvényesül gyógyszerzedésükben, ennek következtében a nyugtatók felizgatják e gyermekeket. Sokan hallani sem akarnak róla, mondván, hogy függőséget okoz, ráadásul hozzászokik a gyermek. Ennek ellenkezőjét kutatások igazolják, azaz nem lehet hozzászokni, és jótékonyan hat az agresszív viselkedésű hiperaktív gyermekekre. Mellékhatásai lehetnek, mint minden gyógyszernek. A szülőknek minden esetben mérlegelni kell, hogy a kedvező hatás érdekében vállalható-e a velejáráói. Az ilyen gyerek és a környezete is nagyon szenved zabolázatlan viselkedésétől, amit a Ritalin kedvezően képes befolyásolni. Általában az iskolába kerülő gyermekeknél kezdik el az alkalmazását, mivel e szer nélkül egész egyszerűen képtelen helytállni a gyermek. Fontos a gyógyszer mennyiségének megfelelő beállítása és az is, hogy nem állandó jelleggel kell adni, csak az iskola ideje alatt, amikor a legszükségesebb, hogy „működőképes” legyen a gyermek. Mivel a rengeteg inger (társak, feladatok) egy állandó felfokozott állapotban tartják, e szer segítheti őt abban, hogy olyan nyugodtsági szintet érjen el, amely a feladatok elvégzését lehetővé teszi számára.

2. osztálytól kezdve céljaink között szerepel, hogy egyfajta bizalmat építsünk ki gyermekeinkben az orvosok és a gyógyászat iránt. Megértsek annak fontosságát, hogy problémáikkal miért szükséges szakemberhez fordulni, annak segítségét kérni. Ez a hiperaktív gyermekek esetében szintén nem egyszerű feladat. A betegszerepet kicsit másként élik meg, mint társaik, nehezen teremődik meg esetükben a bizalmi légkör orvosukkal. Ám a vizsgálati szituáció egyike azoknak, ahol még a hiperaktív gyermekek is meglepően megfelelő módon képesek viselkedni. Ugyanakkor az is rendkívül fontos esetükben, hogy tudják, szervezetük gyakran másképp reagál bizonyos gyógyszerekre, érzéstelenítőkre. Például a fogorvosnál használt helyi érzéstelenítő injekció fokozhatja a hiperaktív gyermekek tüneteit. Erre a gyermeknek minden esetben szükséges felhívni az őt ellátó orvos figyelmét. Azt, hogy ezt hogyan is lehet kulturált formában megtenni, szituációs játékok során érdemes gyermekeinkkel gyakoroltatni.

Kutatások látszanak alátámasztani azt a véleményt is, miszerint a hiperaktivitást kiválthatják, fokozhatják bizonyos élelmiszer-összetevők, adalékok is. Mivel egyes gyerekek túlérzékenyek ezekre, így alakulhatnak ki figyelmi problémák. Ha csökken az elfogyasztott tej, cukor és az élelmiszer-adalékok bevitele a gyermek szervezetébe, az a tünetek javulását is eredményezheti. A mesterséges színezékek (pl. nagyon erős színű üdítők), a mesterséges ízfokozók (pl. felvágottak, gyümölcsösnek titulált, de gyümölcsöt sosem látott termékek, chipsek...), tartósítószer, foszfor és glutamát is tovább gerjeszthetik a hiperaktivitást. A nagy mennyiségű szénhidrát (tészta, péksütemény, csoki, chips stb.) bevitele, illetve elvonása is okozhat egy belső izgatottságot.

Az a kutatási eredmény is érdekesnek tűnhet, hogy az antibiotikumok, láz- és fájdalomcsillapítók, a Codein nevű köhögés elleni gyógyszer, az érzéstelenítők, értágító orr- és szemcseppek és az altatók is mind-mind élénkíthetik a hiperaktív tüneteket.

Ugyanakkor furcsa paradoxon – akárcsak a serkentőszerekre történő fordított reakció esetében –, hogy a koffeinnel, a koffeint tartalmazó termékekkel (kóla, kávé, fekete tea) nyugtató hatást lehet kiváltani. Bizonyos életkor után a gyermek már pontosan érzi, mikor jön el az az állapot, amikor viselkedését már nem képes kordában tartani, a szabályokat betartani. Megtanítható számára, hogy ilyen esetben önállóan készítsen magának fekete teát, vagy alkalmazza azt a módszert, amely belső nyugtalanságát csökkentheti.

Emellett megfigyelhetők bizonyos étkezési szokások és azokhoz kapcsolt sajátosságok is, amelyekre rendkívül fontos felhívni gyermekeink és szüleik figyelmét. Mindegyikük ózdkodik a zöldségfélétől, ezzel ellentétben elképesztő mennyiségű csokoládé elfogyasztására képesek, ami gyorsan eljut a gyomorba, és telítettségérzést vált ki. A vékonybélben gázbuborékokat képez, s a gyermek hasa felfúvódik. A gyakori gázkibocsátások egyik oka lehet ez, épp ezért e területen is meg kell tanítanunk gyermekeinknek e probléma kulturált elintézési módját. További sajátosság, hogy a gyermeket állan-

dó szomjúság gyötri, így óra közben is szüksége lehet egy-egy korty folyadékra. Főként a hideg és édes italokat kedvelik, képesek óriási mennyiséget elfogyasztani belőlük úgy, hogy azok egészségre káros hatásaival mit sem törődnek. (Egyik fő kedvenc a kóla.) Éppen ezért szükségesnek és fontosnak érzem, hogy esetükben még erőteljesebben hangsúlyozzuk az egészséges táplálkozás fontosságát.

### 3.1.3 „Élőlények körülöttünk” témakör

E témakör célja a gyermekek élőlényekkel, a természet világával kapcsolatos viszonyának fejlesztése.

A veszélyforrások felismerése különösen nehéz feladat a magatartási zavarral küzdő gyermekek számára. Sokkal bátrabban, átgondolatlanabban vágnak neki egy-egy kalandnak, mint társaik. Elsődlegesen az élmények megszerzése hajtja őket, gyakran nem mérlegelve az esetleges veszélyeket. Épp ezért meg kell tanítanunk őket egy-egy szituáció helyes felmérésére, elemzésére. Fel kell hívnunk figyelmüket, hogy a természetben sok olyan veszély leselkedhet rájuk, amivel nem mindig lehet előre számolni. S abban is segítségükre kell lennünk, ha megtörtént a baj (márpedig a hiperaktív gyermekek esetében ez előbb-utóbb bekövetkezik), hová tudnak segítségért fordulni, vagy mit tehetnek ők maguk a probléma megoldásának érdekében.

### 3.1.4 „Tárgyak és anyagok körülöttünk” témakör

A magatartási zavarral küzdő gyermekeket speciálisan érintő kérdések körébe tartozó terület, amelynek célja a környezettel kapcsolatos felelősség alapozása az anyagok alakításának, felhasználásának, sorsának megismerésén keresztül.

Fontos tudni, hogy a magatartási zavarral küzdő gyermekek számára a technikai vagy rajzos teljesítmények kivitelezése a finommotorika fejletlenségéből adódóan bizony nem könnyű feladat. Általában nem is szeretik e tárgyakat, egy-egy ilyen feladat végzése során magatartási problémáik felerősödhetnek.

Emellett arra is fontos odafigyelni az érintett pedagógusnak, hogy az egyes technikák során használt ragasztók, oldószerek, festékek anyagai párolognak, s ezek náluk különösen érzékeny hatást váltanak ki. Ritkább esetben fáradtságához, álomosságához vezetnek, legtöbbször azonban felerősödnek a hiperaktivitás tünetei. Ezek a reakciók a fokozott érzékenység következtében olyankor is kialakulhatnak, amikor csak minimális szinten alkalmazzuk a felsorolt anyagokat.

### 3.1.5 „Emberek között” témakör

Az együttélés az osztályban és a családban, az ehhez szükséges szabályok és hagyományok betartása, a másik ember elfogadása és tiszteletben tartása hosszú idő alatt alakul ki a nehézséggel küzdő gyermekekben. Jóval több türelmet, megértést igényel ezek kialakítása a pedagógus részéről is. Ám ha jól átlátható szabályokat alkalmazunk, elfogadjuk gyermekeink speciális szükségleteit, és ehhez igazítjuk velük szemben támasztott követelményeinket is, akkor, ha csak kis lépésekben is, de biztosan előrehaladást tapasztalhatunk.

Nehézségek adódnak a napi időbeosztás megtervezése és kivitelezése területén is. A hiperaktív gyermek fejében uralkodó rendetlenség külső tevékenységeinek megszervezésében is megnyilvánul. Önállóan nem képes az időkeretek tartására, napi időbeosztásának kialakítására, bár fontosságát ismeri. Ebben mindenképpen igényli mentora vagy pedagógusa segítségét, irányítását. Már egészen fiatal kortól kezdve érdemes a gyermek számára a napi időbeosztását szemléltető, rajzos, egy fix helyen lévő táblázatot alkalmazni. Ennek használatára, majd későbbi fokozatosan, egyre önállóbban történő elkészítésére a gyermek szép lassan rávezethető, megtanítható.

Emellett arra is fel kell hívnunk figyelmét, hogy emberi kapcsolatainak is létezik egy úgynevezett idői síkja. A megbeszélte találkozókra meg kell idejében érkezni, a határidőket pontosan be kell tartani stb. Egy idő után a párhuzamosan vezetett határidőnapló is hatásos eszköz lehet a keretek tartásához.

Szintén e témakörben foglalkozunk a rendszeres testmozgás kérdésével. A hiperaktív gyermekek számára a napi mozgásigény többszöröse egy átlagemberének. Jóval nagyobb mértékben terhelhetők, jóval később fáradnak ki, mint társaik.

Bár a közös, csapatban végzett sport rengeteg szépséget és örömet hordoz magában, a magatartási zavarral küzdő gyermekek számára sokszor ez kivitelezhetetlen feladat. Gondot okoz számukra a vonatkozó szabályok betartása, nehezen tolerálják, ha a pályán nem nekik jut a fő szerep, vagy társaik nem azt a teljesítményt nyújtják, amelyet ők elvártak volna tőlük. (Csapatjátékok – foci, kézilabda, kosárlabda, röplabda – csak kivételes labdaérzék esetén ajánlottak, mivel egyébként állandó súrlódások lépnek fel alkalmazkodási képtelenségük miatt.)

A napi szintű mozgástevékenységek megszervezése szempontjából épp ezért figyelembe kell vennünk, hogy olyan sportolási lehetőséget válasszon a gyermek, amely felesleges energiáinak levezetéséről gondoskodik, és teljesítményre ösztönzi. Az önállóan végezhető sportok (például az atlétika bizonyos ágai), illetve az extrém sportok (falmászás, bungee jumping) kihívást szoktak jelenteni e tanulóink számára. Motivációjuk kialakítása szempontjából érdemes felhívni figyelmüket az egyéni teljesítmények fontosságára, az önálló sikerek szépségeire, amelyek önismeretük és önértékelésük szempontjából is kedvező hatásúak lehetnek.

Szintén megfelelőek lehetnek azok a sportágak, amelyek kétszemélyesek és tiszta szabályrendszerűek, mint például tenisz, ping pong vagy vívás. A dzsúdó jó eséstechnikákat tanít, ami a hétköznapi életben is megkönnyíti gyermekeink helyzetét, és javítja a testsémájukat. Egyéb küzdősportok nem alkalmasak, mert kritikus helyzetben túlzott impulzivitást válthatnak ki.

Önfegyelmre tanítanak az egyéni sportágak is, különösen ha intuícióra, logikus gondolkodásra és gyors reagálásra van szükség, mint pl. a lovaglásban, evezésben vagy vitorlázásban. Figyelemzavaros serdülőknél népszerű a horgászat, mivel nagy fegyelmet kíván. Nagyon hasznos lehet a cserkészkedés is, hisz a mozgalmas tevékenység közben gazdagodnak gyermekeink ismeretei, és szocializációs folyamatai révén segíti a társadalomba való beilleszkedésüket is.

Ugyanakkor azt se felejtjük el, hogy a sportolás is lehet bizonyos veszélyek forrása, amelyekre szintén szükséges felhívunk tanulóink figyelmét.

### 3.1.6 „Tegnap, ma, holnap – múlt, jelen, jövő” témakör

Az egyes idősíkokban való tájékozódás, a múlt, jelen és a jövő eseményeinek átélése és értelmezése a magatartási zavarral küzdő gyermekek esetében is megvalósítható feladat. Nem az idő fogalmának vagy az egyes események időponthoz társításának megértése okozza számukra a problémát, sokkal inkább a jelen idői világában való eligazodás. Napi szinten szükséges tudatosítani bennük, hogy feladataik kivitelezésére és egyéb tevékenységeikre mennyi idő áll rendelkezésükre, s abban is segítenünk kell őket, hogy megtanuljanak idejükkel megfelelő módon gazdálkodni.

### 3.1.7 „Anyu, vegyél nekem...” témakör

E témakörön belül a késleltetés képességével, a szükségletek kielégítésének későbbre halasztásával kapcsolatos specifikumokra szeretném felhívni a figyelmet. A magatartási zavarral küzdő gyermekek roppant nehezen tolerálják, ha valami nem az ő elképzeléseiknek megfelelően valósul meg. A média (elsődlegesen a televízió) tucatszám ontja magából a gyermekek által hön vágyott termékekkel kapcsolatos reklámokat. Ám az, hogy e reklámoknak mennyire hiteles az információtartalma, mennyire igazodik a gyermekek szükségleteihez, nem tartozik a fokozottan ellenőrzött területek közé.



Roppant nehéz például egy hiperaktív gyermekkel megértetni, hogy nem minden általa kiválasztott játék megszerezhető, hogy vannak teljesen szükségtelen, esetleg az agresszivitást fokozó termékek a piacon. Azokat a tényezőket pedig még nehezebben fogadják el, hogy egy család havi költségvetésébe legtöbb esetben nem férhet bele több tucat játék, chips stb. beszerzése. Mivel a fogyasztói társadalom – elsődlegesen a médián keresztül – a minél nagyobb mennyiségű vásárlásra nevel, ezért fokozatosan szükséges gyermekeink esetében a tudatos vásárlás és fogyasztás képességének kialakítása. Célunk, hogy olyan szokásokat és életvitelt alakítsunk ki tanulóinknál (persze a szülőkkel karöltve), amelyek során képesek saját szükségleteiket, igényeiket és vágyaikat megfelelő módon, a környezet terhelésének csökkentésével kielégíteni.

### 3.1.8 „Szenvedélyek” témakör

Bár sokan azt feltételezik, hogy a magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek körében jóval magasabb az egyes szenvedélyeknek hódolók száma, ám az e területet vizsgáló kutatások azt támasztják alá, hogy populációjukban körülbelül ugyanolyan százalékban fordul elő e probléma, mint a többségi általános iskolások körében.

Mivel azonban e probléma egyre nagyobb méreteket ölt, és évről évre egyre inkább terjed, így minden iskoláskorú gyermek esetében nélkülözhetetlennek tartom a felvilágosítást, az információk átadását. Fontos felhívunk figyelmüket, hogy a pillanatnyi örömeiket később súlyos következmények terhelik.

A hiperaktivitással küzdő gyermekek naivitásukból, bizonytalanságaikból adódóan könnyebben befolyásolhatók, mégis úgy vélem, ha megfelelő felkészítésben részesülnek, ők is képesek megtenni mindent e veszélyforrások elkerülésének érdekében.

## 3.2 „B” típusú programcsomag – Én és a másik (Az együttműködés fejlesztése) 1–6. évfolyam

### 3.2.1 „Játék” témakör

Minden játéknak, játéktevékenységnek megvannak a maga írott vagy íratlan szabályai, amelyeket a résztvevőknek betartani szükséges. Éppen ezért számít nehezített területnek a játék a magatartási zavarral küzdő gyermekek számára.

Ők is szívesen játszanak együtt társaikkal, amíg minden az elképzeléseik szerint alakul. Igyekeznek betartani a meghozott szabályokat, ám amint nekik nem tetsző körülménnyel találkoznak, rögtön fel is rúgják azokat. Rendkívül rosszul tolerálják a kudarcot, vagy ha egy-egy játékból nem ők kerülnek ki győztesen. Hosszú időbe telik megtanítani számukra, hogy nem mindig és nem mindenben érhetnek el sikereket. De emellett kudarcaikból is tanulhatnak, s az elszenvedett vereségekből származó tapasztalataik jól hasznosíthatóak egy későbbi hasonló szituációban. Ennek kialakítása a gyermekben hosszú és nehéz folyamat, amelyet éppen ezért nagyon korai életszakasztól kezdve szükséges formálni, alakítani.

Mivel hajlamosak egy-egy sérelmüket agresszív viselkedésükkel megtorolni, ezért feltétlenül szükséges a különböző elkerülő és konfliktuskezelő stratégiák alkalmazásának gyakoroltatása szituációs játékokon keresztül.

A játék az együttműködés, a másik tiszteletének és egymás tolerálásának megtanulását segíti. Éppen ezért, ha azt látjuk, hogy a gyermekközösség nem szívesen vonja be a magatartási problémával küzdő tanulót a közös játékba, akkor lépünk közbe! Hívjuk fel e tényezőkre gyermekeink figyelmét, és válasszunk olyan technikákat, alakítsuk úgy ezek menetét, hogy abban a problémás gyermek is szerephez juthasson társai körében!

### 3.2.2 „Segítség” témakör

Segítséget adni és segítséget elfogadni alapvető vonásai az emberi természetnek. A magatartási zavarral küzdő gyermekek a segítség elfogadását sokszor saját gyengeségeik megerősítéseként értelmezik. Kevés embertől fogadják el bármilyen formáját, és még kevesebb azok száma, akikben maradéktalanul megbíznak. Viselkedésükkel gyakran sokkal nagyobb nyitottságról tesznek tanúbizonyságot, mint amilyenek valójában, szorongásaikat nem szívesen mutatják ki társaiknak.

Az iskolában rengeteg szituáció kínálkozik felkérni a problémával küzdő gyermeket, hogy legyen segítségünkre vagy társai segítségére egy-egy feladat megoldásában. E tevékenységein keresztül átélheti a segítségnyújtás élményét, amiből felfedezheti, milyen értékeket adhatunk át ezzel másoknak.

Sosem szabad, hogy a kapott segítség a gyermek önértékelését negatív irányban befolyásolja. Biztosítsuk arról, hogy ha valamit nem tudunk elsőre megfelelő szinten teljesíteni vagy megvalósítani, az még nem jelenti azt, hogy kevesebbek vagy gyengébbek vagyunk. Viszont tisztában kell lennünk személyiségünk pozitív és negatív oldalaival annak érdekében, hogy reálisan legyünk képesek értékelni önmagunkat és teljesítményeinket.

### 3.2.3 „Önismeret – társismeret” témakör

Az, hogy hogyan ítéljük meg a környezetünkben élő emberek tulajdonságait, viselkedését, nagymértékben függ attól, hogyan ítéljük meg önmagunkat. Minél több pozitív megerősítést kapunk környezetünktől, annál pozitívabbá válunk önmagunk megítélésében. Ám ha sok negatív visszajelzés érkezik, vagy gyakran szembesülünk kudarcainkkal, akkor az önmagunkról kialakított kép is egyre inkább pesszimistává válik.

Éppen ezért fontos nagy figyelmet fordítani e téren a magatartási zavarral küzdő gyermekekre. Ők már egészen fiatal kortól kezdve szembesülnek a környezetükből érkező negatív visszajelzésekkel. Jóval gyakrabban minősítik cselekedeteiket nem elfogadhatónak, mint ahányszor dicséretben részesítik őket.

Általános tapasztalat az is, hogy a többségi általános iskolák nehezen tolerálják a magatartási problémát. Az állandó fegyelmezetlenség, a szabályok felrúgása előbb-utóbb maga után vonja a tanuló iskolából való kikerülését. A legtöbb gyermek a közoktatás rendszeréből valamely speciális, az ő nehézségeire szakosodott oktatási intézménybe kerül át. Ezt a váltást azonban nagyon nehezen élik meg, megbélyegzés, stigma számukra e kialakult új helyzet. Ez negatív énképüket még tovább erősíti, még kevésbé lesznek képesek bízni önmagukban, saját képességeikben.

Úgy vélem, mindent meg kell tenni annak érdekében, hogy a magatartási problémával küzdő gyermekek számára megteremtjük a lehetőséget az általános iskolában való bennmaradásra. Ez mérhetetlen türelmet és empátiát feltételez a pedagógusok részéről. Megkívánja olyan technikák és módszerek alkalmazását, amelyek révén megtaníthatjuk gyermekeinknek meglátni önmaguk jó tulajdonságait, amelyek révén képessé válhatnak önmaguk helyes és reális elemzésére, értékelésére. Bár a magatartási zavarral küzdő gyermekek esetében jóval több pozitív megerősítés és sikerélmény szükséges, ugyanakkor fel kell tárunk számukra személyiségük gyengébb oldalait is. Erre szintén megfelelő technikák léteznek, amelyek révén megtaníthatjuk nekik, hogy egy-egy gyengeségből akár erényt is lehet kovácsolni.

A helyes önértékelés, a reális énkép és a megfelelő szintű önbizalom elengedhetetlen követelmény a társadalomban való érvényesüléshez. Márpedig célunk kell, hogy legyen a magatartási zavarral küzdő gyermekek felnőtté válása és társadalomba való beilleszkedése, a szociális kompetenciák minél zökkenőmentesebb elsajátítása.

### 3.2.4 „Közös és eltérő érdekek, az érdekek összeegyeztetése” témakör

A magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek hangsúlyosan igyekeznek kapcsolataikat, tevékenységeiket érdekeiknek megfelelően irányítani, azoknak alárendelni. Nem szabad ezt esetükben önzésként értékelni. Magatartási problémáikból adódik, hogy szükségleteik kielégítését az esetek többségében nem tudják későbbi időpontra kitolni, valamint roppant nehezen tolerálják, ha a környezetükben végbemenő változások nem az elképzeléseik szerint alakulnak. Mivel makacsok és erős akarattal rendelkeznek, így elképzeléseik megvalósítását mindenek előtt akarják, sokszor nem végiggondolva, hogy vajon a leghelyesebb utat választották-e.

Ennek köszönhetően hajlamosak érdekkapcsolatokat kötni vagy viselkedésüket érdekeiknek megfelelően irányítani. Fontos feladatunk megtanítani számukra, hogy az emberi együttműködés nemcsak saját terveink megvalósulása érdekében jöhet létre, hanem célja lehet a másik segítése, de akár valamilyen külső probléma megoldása vagy helyzet jobbá tétele is. Ezt különböző helyzetgyakorlatok révén az iskolai élet mindennapjai során bőven van lehetősége a gyermekeknek gyakorolni. A kitartó munka – a kezdeti kudarcok ellenére – előbb-utóbb eredményre fog vezetni.

## 3.3 „C” típusú programcsomag – Az „ÉN” dimenziója (Önállóság, önbizalom, kreativitás) 1–6. évfolyam

### 3.3.1 „Gondolataink, érzéseink” témakör

Bár a magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek mindegyike szívesen és szinte folyamatosan beszél, mondanivalójuk tárgya legtöbbször valamely külső személy, tárgy vagy esemény. Véleményt mondanak gyakran még abban az esetben is, amikor erre senki sem kéri fel őket. Az viszont a legritkább esetben fordul elő, hogy benső gondolataikat megosszák társaikkal, belátást engedjenek legbelsőbb titkaikba. Erős bizalmi kötelék szükséges, hogy e témában, főként a saját személyiségüket érintő kérdésekben megnyíljanak.

Nem szabad erőltetni e megnyílás folyamatát! A gyermek érzéseit és gondolatait a maga sajátos formájában és viselkedésének sajátos megnyilvánulásaiban mindig jelzi számunkra. Ezt kell nekünk megtanulni értelmezni!

Arra azonban mindig lehetőséget kell biztosítanunk számára, hogy felmerülő kérdéseivel, esetleges problémáival, bizonytalanságaival hozzánk forduljon. Ilyen esetekben is hagyjuk, hogy csak olyan mértékben tárulkozzon ki előttünk, amennyit önmaga szükségesnek tart. Segítsünk a helyes megoldásra történő rátalálásban, ám ne feszegessük a probléma mélyebb voltát! Ha a gyermek bizalma megszilárdul, nyitottabbá válik a segítségkérésre és a segítség elfogadására egyaránt.

## 3.4 „A” típusú programcsomag – Polgár a demokráciában 7–12. évfolyam

A szociális kompetenciákat ezen időszakban megalapozó attitűdök nem különböznek lényegesen azoktól, amelyek a modern demokráciában a békés és sikeres közösségi együttéléshez általában szükségesek.

A hetedik évfolyamtól kezdődően érintett témakörök főként azokra a praktikus ismeretekre koncentrálnak, amelyek társadalmi feladataink teljesítése szempontjából nélkülözhetetlenek. A korábbi, egy-egy nagyobb területet átfogó, általánosabb szintű témák helyébe gyakorlatiasabb, konkrétabb feladatokat és ismereteket meghatározó témakörök lépnek.

E témakörök értelmezése, feldolgozása a magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek számára is kiemelten fontos feladat. S abban az esetben, ha a szociális kompetenciák megalapozása a kezdeti szakaszoktól kezdve az ő speciális igényeinek figyelembevételével zajlott, akkor e témakörök feldolgozása sem jelenthet különösebb problémát a gyermekek és pedagógusuk számára.

A serdülőkor vége felé közeledve a hiperaktivitással küzdő gyermekek iskolai problémái valamelyest csökkennek. Erre az időszakra elsajátítják azokat a tanulási és viselkedési technikákat, amelyek mindennapjaikat mind az iskolában, mind odahaza könnyebbé tehetik. (Persze ez csak azokra a gyermekekre vonatkozik, akik e területen megfelelő fejlesztő felkészítésben részesültek.)

Az ezen időszakban feldolgozásra kerülő témakörök esetében igyekszem azokat a specifikumokat kiemelni, amelyek a tanulási zavarral küzdő gyermekek szempontjából meghatározók lehetnek.

### 3.4.1 „Írott és íratlan szabályok” témakör

Gyermekeink számára a szabályok betartása, a szabályrendszerek elfogadása hosszabb időbe telik és nehezebb feladatnak bizonyul, mint ahogy ez társaik esetében történik. Optimális esetben a hetedik tanév elejére el kell juttatnunk tanítványainkat arra a szintre, hogy elemi szabályokat tiszteletben tartsanak, hogy a közösen megalkotott és kialakított közösségi normák szerint alakítsák viselkedésüket, de legalábbis látnunk kell gyermekeinknél azt, hogy az erre való törekvés megvan bennük.

Bár kialakítottunk mi is írott és íratlan szabályokat közösségünkben, ezek kiterjesztése egy nagyobb társadalmi közösségre a magatartási zavarral küzdő gyermekek esetében nem magától értendő folyamat. A társadalmi együttélés és folyamatok esetében ugyancsak lépcsőről lépésre szükséges esetükben értelmezni és kialakítani az egyes szabályrendszereket. A sikeres megvalósítás érdekében pedig rengeteg szituációs játékra, a mindennapi életből vett helyzetgyakorlatokra van szükség, hisz csak ez segítheti hozzá gyermekünket a társas világban való boldoguláshoz.

### 3.4.2 „A véleményalkotás formái” témakör

Minél idősebb egy gyermek, a társadalom annál kevésbé tolerálja, ha gondolatainak, véleményének kifejezésére nem a megfelelő megnyilatkozási formát és módot alkalmazza. A magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek esetében a helyes kommunikációs stratégia kialakítása a kezdetektől fogva fontos feladat, már az első 6 évfolyamon is folyamatos helyzetgyakorlatokon keresztül valósul meg.

A felnőtté válás folyamata során egyre többször várjuk el gyermekeinktől, hogy egy-egy szituáció során véleményt alkossanak. Mindezt már nemcsak szűkebb környezetükben kell megtenniük, de egyre gyakrabban kell megnyilatkozniuk társadalmi életük egy-egy színterén is. Az, hogy ez milyen formában valósul meg, nagymértékben befolyásolja e tágabb környezet véleményalkotását gyermekeinkről, amely egyszersmind befolyásolja gyermekeink önmagukról kialakított véleményét, és nagymértékben meghatározza társadalmi érvényesülésüket. Szükséges tehát nagy hangsúlyt fektetni a különböző kommunikációs technikák gyakorlására, elemi kommunikációs szabályok elsajátítására.

### 3.4.3 „Segítő szervezetek” témakör

Az első hat évfolyamon a segítségkéréssel és -adással kapcsolatos képességek megalapozását végezzük. Ez áthúzódik a felsőbb évfolyamok idejére is, és kiegészül olyan társadalmi ismeretekkel, amelyek a mindennapi élet könnyebbé tételét célozzák meg. Meg kell ismertetni gyermekeinket azokkal a segítő szervezetekkel és egyesületekkel, amelyek bizonyos társadalmi problémák megoldásának segítésére alakultak.

Számos magatartási zavarral vagy egyéb problémával élő emberek megsegítésére létrejött egyesület működik elsősorban a fővárosban. De egyre több vidéki nagyvárosban is alakulnak szervezetek e probléma felkarolására. Fontos, hogy megfelelő felvilágosításban részesüljenek tanulóink, hogy mely típusú problémáikkal hova fordulhatnak, milyen szakembertől tudnak segítséget kérni. Érdemes táblázatot készíteni róluk, és a szülők, gyermekek számára hozzáférhetővé tenni.

### 3.5 „B” típusú programcsomag – Felnőtt szerepek (Felkészülés a felnőtt élet szerepeire) 7–12. évfolyam

#### 3.5.1 „Párkapcsolatok, szexualitás” témakör

Általában ez a témakör szokott a legizgalmasabb és leginkább zavarba ejtő lenni gyermekeink számára. Sok, főként konzervatívabban gondolkodó családban keveset vagy egyáltalán nem is beszélnek a párkapcsolatokról, a szexualitásról. Így gyermekeink az e témához kapcsolódó ismereteiket általában az iskolában szerzik meg. A szexuális nevelés bár már az alsóbb évfolyamokon megkezdődik, ténylegesen érthetővé és nélkülözhetetlen információvá azonban a felső tagozatos gyermekek számára válik. A magatartási zavarral küzdő, valamint a hiperaktív gyermekek esetében ez az időszak általában hamarabb elkövetkezik, nagyon korán érdeklődővé válnak e téma iránt. Ezért is szükséges, hogy ezen időszakra rendelkezzenek azokkal az ismeretekkel, amelyek révén felelősségteljes döntésekre lesznek képesek párkapcsolataik terén.

Fontos megismertetni őket azzal, mely szempontok figyelembevétele szükséges a párválasztáshoz, milyen „szabályok” betartása alapozhat meg egy jól működő kapcsolatot. Általános tapasztalat, hogy gyermekeink e téren is saját elkövetett hibáikból okulnak. Hosszú időbe telik, amíg elsajátítják az emberi kapcsolatok menedzselése szempontjából nélkülözhetetlen együttélési normákat.

Emellett fontos megismertetni tanulóinkat a szexualitás különböző aspektusaival, elsősorban a kölcsönös bizalmon, tiszteleten és őszinteségen alapuló párkapcsolatnak az emberi életben betöltött szerepével.

Mivel a magatartási problémákkal küzdő gyermekek hajlamosak bizonyos döntések elhamarkodott és mérlegelés nélküli meghozatalára, így az is fontos, hogy felhívjuk figyelmüket, milyen lelki fejlődést vagy egészséget károsító hatásai lehetnek a nem megfelelő partnerválasztásnak.

Meg kell ismertetni gyermekeinket a szexuális úton terjedő betegségek veszélyeivel, valamint a kialakult problémák kezelésének lehetőségeivel, a segítő szervezetekkel.

Tudatosítanunk kell bennük, hogy emberi kapcsolataink mindig lelki vetületet is hordoznak magukban, s bár rengeteg pozitívummal tölthetnek fel bennünket, ugyanúgy sérülékennyé is válhatunk általuk.

Igyekeznünk kell a szülőket is bevonni a szexuális nevelésbe. Fel kell hívnunk figyelmüket arra, hogy a gyermekkel folytatott nyílt és őszinte beszélgetések a szülő-gyermek kapcsolatának előrelendítése szempontjából is meghatározóak lehetnek.

### 3.6 „C” típusú programcsomag – Toleranciára nevelés 7–12. évfolyam

#### 3.6.1 „Testi-lelki-szellemi adottságok” témakör

„Mindannyian mások vagyunk.” E másság teszi olyan sokszínűvé, érdekessé társadalmunkat, emberi kapcsolatainkat. Azt, hogy melyik ember esetében mit vagyunk képesek tolerálni, elfogadni vagy szeretni, nagymértékben függ saját személyiségünk különböző vonásaitól.

Gyermekeink esetében a magatartási zavar vagy a hiperaktivitás egy adottság, amelyet nem választottak. Ennek elfogadása és az ezzel való együttélés nem könnyű feladat, de lehetséges. E gyermekek nap mint nap kénytelenek szembesülni problémáikkal, azzal, hogy bár ők igyekeznek mindent megtenni a probléma elkerülése érdekében, eljön az a pont, mikor viselkedésük kikerül saját kontrolljuk alól.

Fontos pedagógiai feladatunk, hogy megértessük velük: mindezek ellenére őket éppen úgy lehet szeretni és elfogadni, mint társaikat, s hogy rengeteg pozitívumot fedezhetünk fel személyiségükben. Meg kell tanítanunk nekik azokat a technikákat és viselkedési szabályokat, amelyek biztosítják számukra, hogy könnyebben megtalálják helyüket, és könnyebben érvényesüljenek társadalmunkban. El kell tudni érniük esetükben, hogy legyőzzék nem tetsző tulajdonságaikkal szembeni ellenszenvüket, s

hogy mind önmaguk, mind társaik megítélése ne valamely pozitív vagy negatív kategorizálás alapján, sokkal inkább személyes tulajdonságaik figyelembevételével valósuljon meg.

## 4. Tanulásszervezési formák a magatartási zavarral, valamint hiperaktivitással küzdő gyermekek esetében

A megfelelően megszervezett munka nemcsak fenntartja a kívánt órai keretet, de a pedagógus számára is olyan tanulásszervezési módokat kínál, amelyek mind a szocializációt, mind az egyéni kapcsolatok kialakítását megkönnyítik.

A programcsomagok többféle szervezési forma alkalmazására tesznek javaslatot. Azt azonban, hogy ezeket milyen arányban és milyen egymásutániségben alkalmazzuk, a pedagógus feladata eldönteni.

A hiperaktivitással, valamint magatartászavarral küzdő tanulók esetében kiemelten fontos, hogy az egyes formák roppant változatosak legyenek, ne maradjon olyan holt idő az óra menetében, amelynek során nem kötjük le a problémás gyermeket.

A legkisebb mértékben és csak a feltétlenül fontos, teoretikus ismeretek elsajátításánál, illetve az egyes tapasztalatok megerősítésénél alkalmazzuk a frontális munkaformát! E szervezési mód köti le legkevésbé a gyermeket, figyelme így terelődik el a legkönnyebben. Ha mégis e módszer kínálkozik a legkézenfekvőbb megoldásnak, abban az esetben fordítsunk különleges figyelmet a problémával küzdő gyermekekre!

Szintén kevésbé célravezető, bár nélkülözhetetlen a kiscsoportban vagy párban végzett feladatmegoldás. Itt rögtön kérdésként vetődik fel a pedagógus számára, hogy homogén vagy heterogén csoportok szervezése esetén hatékonyabb-e az együttműködés. A hiperaktivitással küzdő gyermekek esetében mindenképpen heterogén csoportok szervezése ajánlott. E tanulóink csoportban, párban sokkal inkább elkallódnak, önállóan hatékonyabb munkára képesek. Éppen ezért a csoport megalkotásakor célszerű olyan gyermekek közé ültetni őket, akik pozitív példaként szolgálhatnak számukra, valamint kevésbé képesek elterelni figyelmüket, kizökkenteni őket az adott feladat menetéből. A közös munka során ugyanakkor azt is biztosítanunk kell gyermekeink számára, hogy ha elérkezett az a pont, amikor már nem képesek a csoport munkájában a magatartási problémák felerősödése következtében részt venni, legyen számukra egy hely, ahová visszavonulhatnak, ahol a felgyülemlett fölös energiakészletek levezetéséhez megfelelő terepet találnak. (Ez akár az osztály egy külön szögletében kialakított kis sarok is lehet.) Ugyanakkor azt is ki kell alakítanunk, hogyan térhetnek zökkenőmentesen vissza a munka folyamatába.

A programcsomagok elsődlegesen a kooperatív tanulási technikák alkalmazására helyezik a hangsúlyt, amely együttműködésen, egyenlő részvételen és felelősségvállaláson alapuló közös munka, a feladatmegoldás és tananyag-feldolgozás közös módszere. Ennek kialakítása és alkalmazása nem egyszerű feladat a hiperaktivitással, valamint magatartászavarral küzdő tanulók esetében. Ugyanakkor segíti és erősíti gyermekeinkben azon szociális készségek és képességek kialakítását, amelyek a zökkenőmentes társadalmi beilleszkedéshez és az élethez nélkülözhetetlenek.

A problémás tanuló számára gyakran az egyetlen és hatékony szervezeti forma az önálló feladatmegoldás. Mivel nincs környezetében másik személy, aki zavaró tényezője lehetne a munkának, így sokkal eredményesebben képes figyelmét egy adott feladatra koncentrálni. Önálló tevékenységei során minél több felelősséggel ruházzuk fel a tanulót, az annál inkább igyekszik teljesíteni, elvárásainknak megfelelni.

Kísérleti oktatási tapasztalataink támasztják alá, hogy a magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő tanulók esetében a pedagógiai asszisztencia jelenléte és rá történő fókuszálása tovább erősíti a gyermek magatartási problémáit a tanórán. Degradálóan, egyfajta stigmaként élük meg a kapott segítséget, amely tovább erősíti negatív önértékelésüket. Hatékonyabban valósulhat meg e segítségadás abban az esetben, ha az asszisztencia a teljes gyermekcsoport rendelkezésére áll, s a problémával küzdő gyermek maga kérhet segítséget.

Kétszemélyes viszonyban azonban ösztönzőleg hathat rájuk egy segítő szakember jelenléte. Ha egyfajta bizalmi kapcsolat kialakult, azt követően már igyekeznek eleget tenni a másik fél elvárásainak.

Szintén oda kell figyelni arra is, hogy a magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő tanulók esetében a pszichikai fáradtság sokkal hamarabb jelentkezik, mint társaiknál. Éppen ezért a munkaformák megtervezése során fontos, hogy rövid időegységeket követően szünetek beiktatására is sor kerüljön. Olykor egy rövid mozgássor vagy relaxációs gyakorlat is elegendő lehet a gyermekek felfrissítésére, a munka folyamatába való eredményes visszatérésükre.

Természetesen a szünetek szabályozása is feladata a pedagógusnak. A napi rutin menetrend ezen időszakokra is nagy biztonságot nyújthat.

## 5. A magatartási zavarral és hiperaktivitással küzdő gyermekek oktatásában alkalmazható módszerek

Minden pedagógus saját maga alakítja ki azokat a módszereket, amelyeket a leghatékonyabban alkalmazhat az egyes ismeretanyagok elsajátíttatása során. Az egyes programcsomagok többféle alternatívát kínálnak fel, ám, hogy mely közösségben mely módszer bizonyul hatékonynak, az csak hosszabb időszak után látható át.

A magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek esetében is bizonyos módszerek eredményesebbek lehetnek, míg mások nem az elvárható eredményeket hozzák.

Kitűnően alkalmazhatók esetükben a *drámajátékok*, amelyek értéke, hogy a gyermeknek alkalma nyílik különböző élethelyzetekbe, konfliktusokba beleképzelni, beleélni magát. E tapasztalatok jóval mélyebb nyomot hagynak bennük, mint bármilyen jól szemléltetett előadás vagy verbálisan átadott információ. Emellett gyermekeink szívesen szerepelnek, szeretnek a központba kerülni. S mivel érzelmeik révén erőteljes hatást vagyunk képesek gyakorolni rájuk, így egy-egy mélyen átélt problémát/konfliktust követően jobban képesek tapasztalataikat egy későbbi szituációban felhasználni. A drámajátékok másik nagy előnye, hogy lehetőséget biztosítanak az emberek közötti kommunikációs folyamatok gyakorlására. Fontos, hogy nagyon pontosan tudatosítsuk gyermekeinkben a módszer alapszabályait, valamint hogy minden egyes drámajáték előtt pontosan megbeszéljük és elfogadtassuk velük a vonatkozó szabályokat. Hosszú folyamat ennek kialakítása, viszont ezzel a kezükbe tudunk adni egy problémamegoldási stratégiát. Fontos ugyanakkor az is, hogy bizonyos időintervallumok elteltével biztosítsuk a gyermek számára, hogy személyes konfliktusait, sérelmeit e játék során feldolgozhassa.

Szintén jól alkalmazható a magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek esetében a *projektmunka*. E területen akkor lesznek képesek gyermekeink eredményeket produkálni, ha olyan részfeladatokat tudunk rájuk bízni, amelyekben kiteljesedhetnek, átérezhetik saját fontosságukat. S mivel a projektmunka az egyes részterületek összefésülése révén jön létre, így az önálló vagy kiscso-

portos tevékenységek során kevesebb súrlódási felületet hagyunk a problémával küzdő gyermek számára.

Roppant nagy kihívás lehet egy-egy gyermek számára egy *prezentáció* elkészítése. Önálló kutatást, adatgyűjtést, anyagkészítést kíván meg a tanulótól, s emellett a megszerzett ismeretek közvetítése is saját feladatává válik. Nagy felelősséget ruházunk gyermekeinkre ezáltal, ami azonban kellően motiválttá is teheti őket tapasztalataink alapján. A jól megvalósított feladatokért dicséretben lehet részeseülni (ami azért, valljuk be, nem túl gyakori egy problémával küzdő gyermek esetében), emellett a társak elismerését is ki lehet vívni.

E módszer a *házi dolgozatok* készítése szempontjából is előnyös lehet. Érdemes lehetőséget biztosítani a sajátos nevelési igényű tanulók számára, hogy e dolgozatokat számítógépen adhassák be, s alkalmanként társaiknak is bemutathassák ezeket. Ennek másik nagy előnye, hogy a számítógép automatikus helyesírásellenőrző-programjának használatára is szép lassan rávezethetjük a gyermekeket. S mivel a magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek legtöbbször küzd e problémával, így eszközt adhatunk kezükbe, amely későbbi felnőtt életük során is segítheti boldogulásukat.

Az ismertetett módszerek közül a *vita* és a *beszélgetés* lehet esetlegesen egy-egy konfliktus forrása, mivel ezek a tanulók nehezen tolerálják, ha helyettük egy társuk ragadja magához a szót. Nagyon gyakran nem is az elmondottak tartalma, sokkal inkább maga a beszédtevékenység a kiváltó ok. Emellett nem rendelkeznek olyan megfelelő vitakultúrával sem, amellyel érdekeik érvényesítése zökkenőmentesen megvalósulhatna. Ennek kialakítása hosszabb folyamat. Azzal sokat javíthatunk a helyzeten, ha előre meghatározott kereteket biztosítunk egy-egy beszélgetéshez. Megállapítjuk, kinek mennyi idő áll rendelkezésére, valamint mennyire kell ragaszkodnia egy-egy adott témához, illetve mennyire lehet eltérni attól. E keretek pontos tisztázásával és elfogadtatásával sok problémának sikeresen lehet elejét venni.

Szintén sarkalatos pont a *közös kirándulások* megszervezése, lebonyolítása. Az új szituáció, a mindennapokból való kikökenés, a napi rutin felborulása felerősíti a hiperaktív gyermekek tüneteit. Ezért képtelen a gyermek viselkedni színház, mozi vagy egy kiállítás látogatása során. Ennek kiküszöbölése érdekében jó előre szükséges felkészíteni a gyermeket az adott szituációra, átismételni vele, milyen szabályok a mérvadók a különböző látogatások során. Minél gyakrabban ismétlődik, annál nagyobb jártasságot szerez benne a gyermek, és így a felfokozott tünetek is csökkenhetnek. Azt azonban ne felejtjük el, hogy még nyugodtabb állapotában is fokozottabb figyelemben kell részesülnie társainál.

E módszerek sokfélesége biztosítja számunkra, hogy nagyon sokszínű órákat tervezhessünk gyermekeinknek. Egy-egy jól kiválasztott téma és a hozzárendelt megfelelő módszer még a legproblémásabb hiperaktív gyermek esetében is eredményes lehet. Azt is mindig tartsuk szem előtt, hogy a humoros vagy éppen paradox megoldások gyakran megmenthetik még a leginkább szétesett óra menetét is!



## 6. A magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek oktatásában eredményes pedagógiai attitűdök

A speciális nevelési szükségletű gyermekek oktatásának ellátásában nemcsak az erre kiképzett gyógypedagógusok vesznek részt. Ma már a többségi általános iskolai pedagógusok feladata is egyben, hogy bár segítséggel, de minél sikeresebben valósuljon meg a problémával küzdő gyermekek integrációja.

Szinte minden osztályban találhatnánk egy-egy olyan gyermeket, aki bár semmilyen diagnózissal nem rendelkezik, mégis valamilyen problémával (részképtelenség, magatartásprobléma stb.) küzd. Az ő speciális ellátásukat legtöbbször a pedagógus feladata megoldani. Ez minden esetben megkíván egyfajta speciális pedagógiai hozzáállást, és feltételez egyfajta jártasságot az adott problémakörben. A teljesség igénye nélkül vegyük számba, melyek is azok a szükséges tulajdonságok, amelyek sikeressé tehetnek egy pedagógust a magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek oktatásában!

- Meg kell tanulnunk a legapróbb előrelépéseket is meglátni, és minden pozitív megnyilvánulásnak örülni.
- A szereteten, odafigyelésen, empátián, tolerancián és szaktudáson kívül léteznek bizonyos viselkedési szabályok is, amelyekre mindenképpen érdemes odafigyelni tanítványainkkal és szüleikkel való kapcsolatunk során.
- A legalapvetőbb tényező, hogy mind a problémával küzdő gyermeket, mind annak családtagjait partnerként kell kezelni az oktatás-nevelés folyamata során. Fogadjuk el, hogy a szülő egyenrangú fél (még ha a gyakorlatban nem is mindig látjuk ezt alátámasztva), akinek nevelési kompetenciájának megerősítése alapvető célunk, s aki partnerünké kell, hogy váljon a közös stratégia kidolgozása és alkalmazása terén a gyermek fejlődése érdekében. Ehhez nemcsak információkat kell nyújtanunk számára, de viselkedésünkkel megfelelően érzékenyvé is kell tennünk arra, hogy megfigyelje gyermekének magatartásváltozásait, rálásson gyermeke nevelésére és adott esetben a siker elérése érdekében legyen képes változtatni saját nevelési módszerein.
- Tanítványainkkal való kapcsolatunkban első és alapvető szempontunk, hogy fogadjuk el gyermekeinket olyannak, amilyenek, a maguk sajátosságaival, problémáival együtt. Ez persze nem egyszerű feladat, hisz hosszabb időt igényel a sikeres kapcsolatfenntartás módszereinek feltérképezése, amely minden gyermek esetében más és más.
- Szabad gondolatcsere és véleményalkotás csak akkor alakul ki egy csoportban, ha a gyermekek érzik, hogy partnereknek tekintik őket, tiszteletben tartják véleményüket, megadva nekik a tévedés jogát.
- Ugyanakkor vannak olyan apró részletek, amelyekre ha odafigyelünk, máris könnyebbé tettük a hiperaktív gyermekkel végzett munkánkat.

### *Néhány hasznos tanács*

- A kulcsfogalom a fegyelem! Ezt csakis szabályok felállításával lehet elérni. A szabályok a legalapvetőbb, elvárható tevékenységekről (órai viselkedés, házi feladat, kirándulás szabályai...) szólnak. Mindkét fél számára világosan értelmezhetőek legyenek. Kisebbségi gyermekek esetében a szabályok bevésszítését segíthetjük ábrák, ábrsorok, kéz- vagy hangjelek hozzárendelésével.
- E téren elsődleges kívánalom a pedagógus határozottsága: a következménynek mindig azonosnak kell lennie, és be kell következnie! Ha megszegi a szabályt a gyermek, az mindig valamilyen megvonással járjon, ha betartja a megállapodást, mindig meg kell jutalmazni! A büntetés azonban sohasem durvaság legyen! Sokkal célravezetőbb, ha valamilyen kedvelt tevékenységben nem engedjük részt venni, vagy időlegesen elkülönítjük társaitól.

- Kiszámíthatóan kell viselkednünk a gyermekkel szemben, előre kell tudatnunk vele a szabályt és a következményét! Ha egy „eset” után hozunk döntést, akkor az csak egy jövő alkalommal járhat következménnyel!
- Egy-egy provokáló viselkedése ne kapjon az átlagnál nagyobb figyelmet, hisz ebben az esetben éppen hogy megerősítjük a nem kívánt viselkedésformát ahelyett, hogy leépítenénk azt.
- Bizonyos esetekben a nemkívánatos magatartásforma figyelmen kívül hagyása is célravezető lehet, persze csak abban az esetben, ha nem ön- és közveszélyes cselekedetet hajt végre a gyermek.
- Ne alkalmazzunk az önszabályozásra vonatkozó felszólításokat! (Például: Figyelj jobban...! vagy Legyél ilyen...! stb.) Sokkal inkább próbálkozzunk a rávezetéssel, a gyermek terelgetésével a megfelelő tevékenység irányába.
- Mindig rövid, egy tevékenységi fázist meghatározó utasításokat adjunk a gyermeknek!
- Gyakran szólítsuk meg, pontosan éreztessük vele, hogy figyelmünk folyamatos. A figyelemnek pozitív cselekedetek esetében hatékony megerősítő jelentősége van.
- Törekedjünk arra, hogy kommunikációs helyzetben a szemkontaktust a lehető leghosszabb ideig tartsuk fenn! Ha a csoporthoz beszélünk, akkor is többször pillantsunk rá, igyekezzünk a szemébe nézni!
- A gyermek egyéni igényeihez mérten érintsük meg, gyakran egy-egy simogatás vagy a vállra helyezett kéz elegendő a kitörő indulatok megfékezésére.
- Mindig, minden tevékenység során vagy azt követően adjunk visszajelzést a problémával küzdő gyermek számára! Elsődlegesen mindig a pozitívumokat emeljük ki, a negatívumokat inkább javaslatként közvetítsük: mi milyen lépéseket tartanánk megfelelőnek. Szintén célravezető lehet, ha érzelmeinkhez kötötten hívjuk fel figyelmét a nemkívánatos viselkedésformákra. Például: Elfogadhatatlan számomra, hogy tiszteletlenül beszélsz velem.
- Fontos, hogy sose a gyermeket minősítsük, hanem azt, amit tett. Értessük meg vele, hogy a viselkedését nem tudjuk elfogadni, de őt magát szeretjük. Legyünk nagyon objektívek, és törekedjünk nyugalomunk megőrzésére!

## 7. A tanulócsoporth nem sérült tagjaitól elvárható magatartásformák

A speciális nevelési igényű gyermekek integrációja minden esetben újfajta feladatokkal szembesíti a problémával küzdő gyermeket befogadó közösséget és annak pedagógusait is.

Még a leghatékonyabb felkészítést követően is adódnak nehézségek, amikor problémával küzdő tanuló kerül egy osztályközösségbe. A másság elfogadása, az ebből adódó különbségek megtapasztalása egyik fél számára sem egyszerű feladat.

Éppen ezért fontos megtanítani gyermekeink számára, hogy minden embernek vannak kisebb-nagyobb, kevésbé vagy jobban szembetűnő hibái, amelyekkel együtt lehet élni, s amelyeket a környezetnek meg kell tanulnia elfogadni.

Nagyon nehezen fogadható el számukra, hogy esetenként miért esik egy-egy társuk más elbírálás alá, vagy miért kap dicséretet olyan dolgokért is, ami máskülönbben evidensnek számítana. Könnyebé teszi mindennek megértését és elfogadását, ha a nem sérült tanulókkal megértetjük, hogy a magatartási zavarok vagy a hiperaktivitás hátterében nem akarati tényezők állnak. Meg kell érteniük, hogy társuk abban az esetben sem tud mindig helyesen viselkedni, ha igyekszik ezért mindent megtenni.

Ahhoz, hogy ezt a fajta empátiát és toleranciát magától értetődővé tehesük gyermekeink számára, már nagyon korai életkorban el kell kezdeni ránevelésüket a másság elfogadására. Ezzel azonban megalapozhatjuk későbbi szociális érzékenységük fejlettségét, hogy felnőtt, felelősségteljes embereként is képesek legyenek majd segíteni társaikon.

Egy magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermek jelenléte az esetek többségében megváltoztatja a tanóra menetét. Ha kizökken az óra menetéből, viselkedésével többségében kizökkeneti társait is. Ahhoz, hogy a tevékenység folyamata ne sérüljön, bizony jóval erőteljesebb koncentrációra és önfegyelemre van szükség a többi tanuló részéről. Ennek kialakítása szintén hosszabb periódus eredménye.

S mivel elsődlegesen a környezetet kell megfelelővé tennünk a problémával küzdő gyermek befogadásához, így feladatunk e környezet tagjainak mentálhigiénés ellátását is biztosítani. Mindig adjunk időt arra, hogy egy-egy helyzetet értelmezni tudjanak, vagy éppen feltehessek kérdéseiket.

Esetükben is igyekezzünk olyan időintervallumokat találni, amikor százszázalékosan velük vagyunk képesek foglalkozni, az ő problémáikra ráhangolódni. Teremtsünk olyan szituációt, hogy egyenrangúan fontos félnek érezhessék magukat! Toleráljuk esetükben is, ha olykor-olykor nem a legelvárhatóbb teljesítményt vagy magatartást képesek produkálni!

Hogy milyen közösséggé tudjuk kovácsolni gyermekeinket, nagymértékben rajtunk, pedagógusokon múlik. Célunk egy olyan bátorító, oldott, biztonságot nyújtó légkör megteremtése legyen, amelyben ténylegesen másodlagos otthonukban érezhetik magukat tanulóink.

## 8. A magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek oktatásában alkalmazható eszközök

Az egyes programcsomagok ajánlásokat adnak egyes témakörök feldolgozását segítő tankönyvekre vagy a feldolgozásra alkalmas és az iskola számára is elérhető forrásokra. Minden egyes tananyagrészt előtt érdemes vizsgálni környezetünkben, s a mindennapi életből is beemelni bizonyos tényezőket az oktatás folyamatába.

Hiperaktív gyermekeknél célravezető lehet, ha olyan eszközrendszert dolgozunk ki, mely folyamatosan bővíthető. Jól alkalmazhatók például a lefűzhető feladatlapok. Bár ez plusz felkészülést kíván meg a pedagógustól, ám ha a gyermek előtt csak egy papírlap van, ezzel máris csökkentettük a figyelmét elvonó vagy az azt zavaró tényezők számát.

Ezeket a munkákat a pedagógus is összegyűjtheti, így biztosan nem kallódnak vagy vesznek el idő előtt, s a gyermek vagy szülők számára is bármikor hozzáférhetőek.

Szintén hatékony, ha a manuális eszközöket strapabíró anyagokból készítjük el. Akaratlanul is rövidebb ideig képes a problémás gyermek ezek esztétikájára figyelni. Az eszközök terén is meghatározó a változatosság. Túl sokáig nem köti le a gyermeket az adott tárgy, így hamar más felhasználási módokat is igyekszik találni, ami az esetek többségében az eszköz helytelen használatát vonja maga után.

Érdemes a papír alapú információhordozók helyett digitálisat alkalmazni. Ez színességével, korszerűségével jobban leköti még a problémás gyermek figyelmét is, emellett nehezebben lehet kárt tenni benne. Ugyanakkor, mivel egyszerre több forrásból éri inger a gyermeket, így hamarabb el is fárad, rövidebb idő után már lankad figyelme.

Lehetőség szerint olyan sablonokat használjunk, amelyek több témakörben egyaránt alkalmazhatók, és mindig valamiféle újat hordoznak magukban, ezzel motiválttá téve tanulóinkat. Az sem elhanyagolható szempont, hogy alkalmasak legyenek a különböző szervezeti formák és módszerek mindegyikének alkalmazása során.

Bár nem kézzelfogható, de a nevelést segítő eszközök akadnak még szép számmal a hiperaktív gyermekekkel foglalkozó pedagógusok repertoárjában:

- A tanteremben igyekezzünk egy állandó helyet biztosítani és olyan társat választani számára, aki pozitív mintául szolgálhat. Ha egyedül ül, ügyeljünk arra, hogy ezt semmilyen formában ne élje meg büntetésként.
- Csökkentsük a környezetében lévő tárgyak mennyiségét! Csak a legszükségesebbek legyenek rajta a padon, a padban lehetőleg semmilyen figyelemelvonó tényező ne maradjon. Felszerelésnek külön polcon adjunk helyet, ahol kialakított rendszerben mindenét elérhetővé kell tennünk számára. Erre a polcra kerülhetnek a napi eligazodást segítő táblázatok is. (Például: órarend, napirend, cselekvéssorok rajzolt formában stb.)
- Érdemes nonverbális jeleket alkalmazni az oktatás folyamatában. Ezek olyan hívóképek vagy előre fixált mozgássorok lehetnek, amelyek pontosan tudatosítják a gyermekben, milyen viselkedésformát várunk el tőle. Másik nagy pozitívumuk, hogy általuk úgy vagyunk képesek visszahozni a gyermeket a tanítás folyamatába, hogy a többieknek e folyamatok észrevétlenek tudnak maradni. (Jelkártya már kidolgozott formában is megvásárolható, de még jobb, ha mi magunk a gyermekkel közösen alakítjuk ki és gyártjuk le.)
- Ilyen jellegű kártyákat készíthetünk is a gyermek számára, amellyel szintén hangtalanul tudja jelezni számunkra nyugtalanságát, segítségigényét vagy egyéb szükségleteit.
- Az időkorlátok tartásának és az idő érzékeltetésének kiváló eszköze a főzőóra. Keretet biztosít a gyermek számára, amely egy idő után saját belső időszabályozását is fejleszteni fogja.

## 9. Mérési és értékelési eszközök a magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek oktatásában

A szociális kompetencia önmagában nem vizsgálható, értékelhető, csak az összetett személyiség-fejlődéssel együtt, más kompetencia alapú készségekkel és képességekkel kölcsönhatásban értelmezhető, abban az esetben, ha az iskolai környezet minden tárgyi és személyi körülményt biztosít kibontakoztatásához. Nem lehet mérőlapokkal megvizsgálni, hogy a gyermek a szociális kompetencia mely szintjén áll, mint ahogy számjegyekkel sem értékelhetjük, csupán véleményezhetjük egy-egy gyermek fejlettségi szintjét.

A gyermek megfigyelése, egyes teljesítményeinek értékelése, társaihoz és önmagához történő viszonyítása nem egyszerű feladat. Ugyanakkor, ha alkalmazunk bizonyos eljárásokat, módszereket, egyszerű módon adminisztrálhatjuk is tanulóink viselkedésének változásait.

E módszerek közé sorolható a szülői vagy pedagógusi explorációs ív vagy az úgynevezett viselkedési/megerősítési terv.

### 9.1 Exploráció

A szülői explorációs ív előre megfogalmazott kérdéseket tartalmaz, amely a családi élet, s benne a problémával küzdő gyermek mindennapjainak vizsgálatát, a gyermek otthoni magatartás-változásainak feltérképezését célozza meg. Ennek kérdéseit a pedagógusnak célszerű összeállítani, hisz így összpontosítani tud a számára kérdéses területekre. Ez persze megkíván egyfajta együttműködési készséget a szülők részéről is. Igyekezzünk elfogadtatni velük, hogy mindez gyermekük előrehaladásának érdekében szükséges.

Az iskolában szintén hatékony eszközzé válhat kezünkben az úgynevezett pedagógusi megfigyelési ív. Ennek segítségével nyomon követhetjük a problémával küzdő gyermek magatartási teljesítmény-változásait a különböző tantárgyak és tanórák során. Pontosan feltérképezhetjük, hogy mely szituációkban erősödnek fel a nemkívánatos magatartásformák, adott tantárgy, módszer vagy pedagógus válthat-e ki nem kívánt reakciót a gyermekből. Ezt a megfigyelési ívet érdemes táblázat formájában elkészíteni a kollégák számára, akiknek mindössze annyi feladatuk marad, hogy a gyermek működését az adott táblázaton belül ikszeléssel vagy egytől ötig rendszerben értékeljék.

Ha mindezek az adatok rendelkezésünkre állnak, hatékonyan foghatunk bele a viselkedési/megerősítési terv készítésébe. Ez egyfajta támpontként szolgálhat, folyamatosan előrevetítve számunkra az elérni kívánt célt. Ebben összegezhethetjük, hogy adott gyermek esetében melyek azok a kívánatos magatartásformák, amelyek megerősítését elengedhetetlennek tartjuk, s melyek azok, amelyeknek kiküszöbölésére törekednünk kell. Összegezhethetjük saját magunknak a gyermeknél sikeresen alkalmazható eljárásokat, pedagógiai módszereket.

A diagnosztikus mérések mellett folyamatos feladatunk a gyermek megfigyelése a közös tevékenységek során, hogy megismerhessük adottságait, a benne rejlő lehetőségeket, amelyek kibontakoztatásáért minden tőlünk telhetőt meg kell tennünk.

### 9.2 Értékelés

Talán még sarkalatosabb pont a magatartási zavarral vagy hiperaktivitással küzdő gyermekek értékelése. Első és alapvető annak figyelembevétele, hogy mindig magát a tettet és ne a gyermeket értékeljük. Ügyeljünk arra, hogy teljesítményeinek minősítése esetében a jelentkező magatartási problémák ne befolyásolják véleményalkotásunkat! Hívjuk fel a gyermek figyelmét a nekünk nem tetsző reakciókra, de értessük meg azt is vele, hogy a kapott érdemjegy vagy szöveges értékelés viselkedésé-

től független, egy adott teljesítményére vonatkozik. Ugyanakkor mindig hagyjunk több időt a gyakorlásra, az új tartalmak alkalmazására, a készségek kialakulására!

Ha a magatartási változásokat értékeljük, alapvető célunk legyen, hogy a gyermekek vállalják tetteiket és azok következményeit. A kialakított korlátokkal biztonságot és rendszert vihetünk életükbe, amelyek később belső igényükké alakulhatnak át. Ezt tovább erősítheti, ha éreztetjük velük azt, hogy fontos számunkra viselkedésük.

Értékelésünknek mindig az egyéni szempontok figyelembevételén, a gyermek egyéni képességei mentén kell megvalósulnia! A hangsúly minden esetben az érés, fejlődés és tanulás folyamatjellegének elfogadásán van, a gyermek önmagához mért fejlődését állítja a középpontba. Értékelésünk mindig pillanatnyi állapotot rögzít, s bizalmat fejez ki a fejlődési lehetőségeket illetően. Ezt gyermekeinkben is tudatosítani szükséges.

Mivel a spontán motiváció a hiperaktív gyermekeknél az esetek többségében nem jelenik meg, ezért a jutalmazás-büntetés módszerével hatékonyabbá válhatunk. A klasszikus büntetések azonban sohasem célravezetők egy hiperaktív gyermeknél. A kedvelt tevékenységek vagy csoportos aktivitások megvonása jóval hatékonyabbnak bizonyulhat, mint egy esetleges büntető plusz feladat, amely lepereg a gyerekekről.

Egy idő után kitapasztalhatjuk, hogy mely gyermeknél mivel érhetünk el pozitív magatartásváltozásokat. E személyre szabott és differenciálminősítési mód minden esetben ösztönző hatású lehet, hiszen a gyermek megtapasztalja a pedagógus csakis az ő személyére irányuló figyelmét, elfogadó, toleráns, biztató hozzáállását.

Ne felejtjük el, hogy bármit is értékelünk egy hiperaktív vagy magatartás zavaros gyermek esetében, akár a magatartás változásait, akár bármilyen teljesítményét, mindig tudunk találni valamilyen apró pozitívumot, amelynek hangsúlyozásával a gyermek önértékelését pozitív irányba eredményesen fejleszthetjük.



