

Hiperaktív gyermek az integrációban

Egyéni fejlesztő foglalkozás

Az ADHD, valamint a magatartás - és figyelemzavarokhoz köthető egyéb diagnózisok, talán a legnehezebben tolerált SNI kategóriák, az ide tartozó tanulók a legnehezebben integrálható gyermekek. Ezek a gyermekek a tanulócsoporthoz életét alaposan felforgatják, és a tanórák menetét zavarják, megnehezítik. Fontos a környezet életének könnyítése, ennél azonban a gyermek szempontjából súlyosabb következmények – lelki zavarok, magatartászavar, antiszociális viselkedés – kialakulását kell megelőzni (Gyarmathy, 2007).

ADHD-val élők számára az integrációban is sajátos nevelési technikák szükségesek, melyeket a gyermek igényeihez kell igazítani. Ezek a technikák segítenek a gyermeknek a kívánatos viselkedés megerősítésében. Egyszerűen fogalmazva, egy olyan szabályrendszert építünk a gyermek köré, ami jutalmazáson alapul, és a megfelelő viselkedést értékeljük. Megfigyelhető, hogy a jutalmazott viselkedést egyre többször és könnyebben teszik meg.

A beavatkozás során elsődleges a probléma meghatározása, majd a megváltoztatandó viselkedés kijelölése. Ezt követi a lehetséges jutalmazások, valamint a cél meghatározása (Egészségügyi Minisztérium szakmai irányelvek, 2017). A szabályokat azok a célok határozzák meg, amelyekben pozitív változást szeretnénk elérni. Ajánlatos nem általános, hanem kisebb, konkrét célt kitűzni, és ennek elérésében a gyermeket támogatni. A célokat a szülőkkel, pedagógusokkal, a gyermekkel történő megbeszélés és egyeztetés után, közösen határozzuk meg.

A következő szempontok, megszabják a fejlesztő foglalkozások menetét:

Mivel számukra meghatározó a *jól szervezett környezet*, ennek az órákon is érvényesülnie kell. Egy ingerszegény helyiség megfelelő, ahol lehetőség szerint csak az órai tevékenységekhez szükséges eszközök találhatók meg. A fejlesztő foglalkozások beosztása rendszeres, előre meghatározott, de kellően rugalmas.

A megfelelő környezet mellett szükség van határozott *szabályokra*. Inkább kevés, de következetesen betartott szabályokra, amelyek nem változnak naponta, de szükség szerint módosíthatók. A szabályok egyszerűek, jól érthetőek, tömörek legyenek. Ezeket célszerű kártya formában rögzíteni, melyek az elvárt viselkedést fejezik ki. Megjelenésük a gyermek befogadó képességéhez igazodva lehet rajzos, sematikus ábrával ellátott, szöveges, melyek jól láthatóan elhelyezve, folyamatos vizuális segítséget jelentenek számára.

Az órán előforduló tevékenységeket célszerű előre jelezni egy feladatjelölő táblán ahol a tervezett feladatok képe, sorrendben szerepel. Ez a *tevékenységszervezés* segít az összpontosításban, megmutatja, hogy milyen feladványt kell elvégezni, mennyi ideig tart, mikor lesz vége, mi lesz a következő teendő.

A foglalkozások egyik fontos tényezője a *jutalom*, ami minden esetben függ a gyermek érdeklődésétől. Fontos, hogy számára motiváló dolog legyen, amit azonnal megkaphat. Leggyakrabban a közvetett jutalmat – zsetonok gyűjtését – preferálják, amit az óra végén elfoglaltságbeli jutalomra (az összegyűjtött zsetonok számával megegyező percig tartó számítógépezés), vagy előre tisztázott darabszámban összegyűjtve, tárgyi jutalomra lehet beváltani. Ezeket a jutalmakat folyamatosan, valamilyen szociális megerősítő is kíséri.

A gyermek felé a nyugodt, tudatosan lelassított *kommunikáció* hatásos. Az utasításokat tömören, röviden, de adott időegység alatt - lehetőség szerint - többször kell elmondani.

Mindenképpen szükséges egy koncepció, hogyan viszonyuljunk ezekhez a gyerekekhez. A *következetes viselkedés és elvárás* visz előre. Célravezető a partneri viszony kialakítása, de legyen tisztában az alá –és fölérendeltséggel (Reményi, 2014).

A hatékony együttműködés és a gyermek iskolai viselkedésének, teljesítményének javulása érdekében meghatározó tényező az *egyéni jellemzők megértése, és az egyéni sajátosságok elfogadása*.

Értékelésnél a negatív értékelés kerülendő. Dicséret során nem a személy, hanem a teljesítmény méltatása fontos.

Lehetőségek a fejlesztő foglalkozásokon

A sikerrel alkalmazható fejlesztési terv alapját a gyermek erősségeit és gyengeségeit feltáró alapos vizsgálat adja. A fejlesztési tervben kerülnek megfogalmazásra a kiemelt fejlesztési területek, mint figyelmi funkciók, szociális kompetencia, társas viselkedés, szabály - és feladattudat építése, önismeret, önbizalom erősítése.

A foglalkozások menete is állandó, kiszámítható. Szerencsés momentum, hogy az ADHD-s gyermekek kétszemélyes helyzetben nagyon jól működnek, valamint szeretik az újdonságot, az élményeket. Mivel minden eltereli a figyelmüket, ennek fenntartása érdekében fontos, hogy a feladatok változatosak legyenek, és folyamatosan kövessék egymást. Egy foglalkozás alkalmával öt - nyolc feladatra van idő. A tevékenységek között lehetősége van a tanulónak, hogy meghatározott céllal mozoghasson (a soron következő feladathoz szükséges, távolabb elhelyezett eszközöket elhozni, visszavinni).

A megfelelő szervezés - eszközök, szabálykártyák, zsetonok, feladatjelölő tábla elhelyezése – láthatóvá teszi a gyermek számára az óra menetét. Az elvárások és

szabályok tisztázása után, az órát *mozgásos tevékenységgel* kezdjük. Ilyenkor sor kerül a koordinált mozgás, az egyensúly fejlesztésére, a mozgás – beszéd - gondolkodás összehangolásával járó feladványok végzésére.

A *naptárt* minden alkalommal használjuk, megbeszélve az aktualitásokat, napi és heti teendőket, közelgő jeles ünnepeket.

A tevékenységek között szerepelnek *drámapedagógiai elemek*, szituációs játékok, amelyek a bizalom építését, kreativitás és együttműködés fejlődését, szabálytartás erősödését szolgálják.

Sor kerül *saját viselkedés vizsgálatára*. Ekkor videofelvétel, vagy visszaemlékezés alapján egy korábbi helytelen viselkedés megbeszélése, majd a történetek átgondolása, és a helyes viselkedés meghatározása történik.

Az órákon helyet kapnak az *önkontroll* fokozására irányuló feladványok, melyek előre meghatározott ideig tartó mozdulatlanságot igényelnek. Ezáltal az agy összehangolódik a testtel, a test és az agy közötti idegszálak kapcsolatai erősödnek.

A foglalkozások szerves részét képezi, egy sajátos *napló* írása, melynek vázát az Ö.T.V.E.N. című könyv adja. A naplóban a személyiségük, önmaguk megismerése során jutnak el egy helyes viselkedés kialakításáig. Ez az út akár több hónapot is átölelő időtartam lehet, a gyermek képességeinek függvényében.

A tanítás konkrétumokkal kezdődik, a saját és mások *külső tulajdonságaival*, az ezek közti hasonlóságok és különbségek megnevezésével.

Ezután kerülnek sorra a *belső tulajdonságok, a személyiség*. Ide tartozik minden olyan dolog, amit a gyermek *szeret, vagy nem szeret* (étel, ital, elfoglaltság), az övé és a más emberek *érdeklődési köre és tevékenységei*. Körvonalazódnak különleges, valamint a rá legjobban jellemző *képességei*. Szembesül a

nehézségeivel is. Megtapasztalja, hogy minden személyiségnek vannak pozitív és negatív tulajdonságai.

A személyiség meghatározó részeként szóba kerülnek az **érzelmek**, köztük a legmarkánsabb érzelmek, mint szorongás, düh, amit sokszor jelentéktelen okok váltanak ki. Felismeri saját érzelmeit, meghatározza az érzelmi reakciók kiváltó okait. Fókuszba kerülnek az érzelmekre adott saját viselkedési válaszai.

A személyiség része a **viselkedés** is. Ha valami történik velünk, látunk vagy hallunk bármit, akkor gondolunk is erről valamit. Ehhez kapcsolódnak az érzéseink, majd valamit teszünk is. Ez a viselkedés. Az érzelmek befolyásolják a tetteket. Ebben a részben rávilágítunk a szabályok fontosságára, és elkülönítésre kerülnek a helyes és helytelen viselkedési formák. Megfogalmazza az érzéseit saját jó és rossz magatartásával kapcsolatban, és átgondolja, mit érezhetnek mások az ő viselkedése során. Viselkedési célokat állít fel, melyben leírja, hogyan kell változtatnia saját reakcióin. Lista készül helyes viselkedéseiről, amikor olyat tett, ami másnak jó, illetve azokról a dolgokról, amik feldühítik. Fokozatosan megérti saját dühös viselkedését és a kiváltó okokat. Rájön, hogy meg kell tanulni uralkodni a dühös viselkedésén. Dühkezelési tervet készítünk, melyben konkrétan megfogalmazva szerepel, mit kell csinálnia, ha legközelebb dühöt érez.

A téma feldolgozása számtalan módon biztosított, a gyermek igényeihez igazodva. A tanuló saját ötletei alapján, előre meghatározott időbeli korlátok között, szabadon alkothat képek kivágása, ragasztása, saját rajz készítése során. Előre elkészített kérdőívek, személyiség listák, a gyermek által készített táblázatok, közös beszélgetés segítik a témakör megközelítését.

A foglalkozásokat mindig *játékkal* zárjuk, amikor a figyelem és szabálytartás fejlesztése, kudarcátűrés, vesztes helyzet megélésének segítése áll a középpontban.

Az előre megbeszéltek alapján, ezután következik az összegyűjtött zsetonok beváltása elfoglaltságbeli, vagy tárgyi jutalomra.

A hiperaktív gyermekek nevelésében közreműködő és együttműködő felnőttek, hatékonyan tudnak a nevelési környezet és az attitűd változtatásával olyan pedagógiai környezetet kialakítani, hogy abban a tanulók képesek legyenek a fejlődésre, tanulásra. Sajátos érdeklődésükre, tehetségükre, erősségeikre támaszkodva, sikerélmény biztosítható számukra. Ezáltal fejlődik önértékelésük, önbecsülésük, és önkontrollt, kitartást tanulnak. Mindezzel elérhető, hogy a gyermekkorban jelentős hátrányt okozó sajátosságaik, felnőttként előnyt jelentsenek számukra.

Egészségügyi Minisztérium szakmai irányelve. (2017) A hiperkinetikus zavar (figyelemhiányos/hiperaktivitás zavar) kórismézéséről, kezeléséről, gondozásáról. Letöltés helye: <https://kollegium.aEEK.hu>

Az ADHD-s gyermekek fejlesztési módszerének kidolgozásában az alábbi szakirodalmak voltak segítségemre:

Dr. Gyarmathy Éva

Reményi Tamás (2014), Egyetemi előadás

Speirs, F. –Draper, E. (2006). Ö.T.V.E.N. Geobook Hungary Kft.

Szigethi Zsófia (2018), Előadás

2019. szeptember 25.

Hertnerné Réti Márta, gyógypedagógus

A személyiség

- Érdeklődés
- Dolgok, amiket szeretek
- Hogyan viselkedem
- Hogyan viszonyulok a dolgokhoz kapcsolatban

DOLGOK, AMIKET SZERETEK

KEDVENC INIVUALÓ



Rajzolj ide a kedvenc italodat!



Ami nem szeretsz:
COLA

Változások az idő múlásával



Ambókat mindenki látja → ez a megjelenés

A belső tulajdonságaidat nem látja senki.
Ezért függ, hogy milyen ember vagy.

↓

Ez a személyiség



→ 1 perc számítógépezés

→ 2 perc számítógépezés

→ 3 perc számítógépezés

⋮

