

**A koncentráció fejlesztése
12 ötlet szülők számára**

- Élje bele magát gyermeke kérdéseibe, vegye tudomásul gyermeke nehézségeit és problémáit.
- Nevelésében legyen következetes és egyértelmű.
- Konfliktus esetén próbáljon meg gyermekével közösen megoldási lehetőséget találni.
- Fejlessze gyermeke önállóságát és céltudatos munkavégzését.
- Erősítse meg gyermeke kívánatos viselkedését dicsérettel és elismeréssel ("Jól van!" "Nagyon jó!"), bátorítással ("Csak így tovább!"), visszajelzéssel ("Igen!" "Helyes!"), odafigyeléssel (közös tevékenység, testkontaktus) és jutalmazással (mozilátogatás, kirándulás, ...).
- Csak annyit követeljen a gyermektől, amennyit valóban teljesíteni tud. Ha valamiben nem biztos, forduljon szakemberhez (tanító, szaktanár, tanácsadó tanár, iskolapszichológus, orvos).
- Olyan játékszereket vásároljon gyermekének, amelyek sokoldalúan használhatók, és a koncentrációs képességet is fejlesztik (konstrukciós játékok, puzzle, memória-játék, malom, dáma-játék, ...).
- Tudatosan és célirányosan válogasson gyermekével együtt a TV műsorai közül (esetleg készítsenek heti tervet a TV nézéshez).
- Figyeljen arra, hogy gyermekének elég helye és ideje legyen mozgásigénye kielégítésére.
- Megfelelő reggelit állítson össze gyermeke számára (kalóriadús italok: tej, kakaó), és fordítson gondot arra, hogy a gyermeknek elegendő ideje legyen reggelizni.
- Ösztönözze gyermekét arra, hogy a házi feladatok elkészítésének idejét tudatosan és átgondoltan ossza be.
- Figyeljen arra, hogy a tanulás helye segítse elő az odafigyelést (nyugodt munkakörülmények, rend, a figyelmet elvonó ingerek kizárása,...).

SZITUATÍV OKOK	SZERVÍ OKOK	ISKOLAI OKOK	PSZICHÉS OKOK	CSALÁDI OKOK
<ul style="list-style-type: none"> - a tanteremmel, a tanuló helyével, a tanulási helyzettel összefüggő hiányosságok - időbeli, vagy fizikai túlterhelés (hobby, vagy a szabadidő nem megfelelő felhasználása miatti kialvatlanság) - ingeráradat: TV, videó! 	<p><i>adok szf</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - az érzékszervek korlátozott működése: a látás és hallás hibái, észlelési zavarok - vérszegénység - alacsony vérnyomás - alacsony vércukorszint - keringési zavarok - hormonzavarok - az őszónműködések zavarai: hipermotorika, vegetatív labilitás 	<ul style="list-style-type: none"> - túlköveletés: iskolaéretlenség, képességhiányok - túlzott ingerterheltség: magas osztálylétszám, látna, az osztályársak zavaró hatása, ... - iskolai félcimék - nem megfelelő tanári magatartás <i>alki park</i> - kedvezőtlen helyzet az osztályban: rivalizálás, csoportok közötti küzdelmek 	<ul style="list-style-type: none"> - belső konfliktusok és nyugtalanság: kislésvér, születte, elköltözés, iskolaváltoztatás, közelgő vizsga, fenyegető büntetés - félcimék (a kudarcról, egy adott vizsgáról, ...) - a fejlődéssel együtjáró nehézségek a prepubertás és pubertás idején - motivációs problémák: a teljesítőkészség hiányosságai, az érdeklődés hiánya - impulzivitás - koncentrációs nehézségek, mint "segélykérési tünetek" 	<ul style="list-style-type: none"> - a kora gyermekkori nevelés hiányosságai - túl nagy inger- mennyiség: kevés idő, nyugalom és lazítás, idegeskedés, feszültség - ideges nevelői légkör <i>autonóm</i> - túlköveletés: túlzott elvárások, szigor - túlvédés: az önállóságra és önirányításra nevelés hiánya - Gyakori konfliktusok a szülői házban

40. sz. ábra: A koncentrációs nehézségek lehetséges okai

Diagnosztikus kalauz

Az alábbi felsorolás azokat az okokat tartalmazza, melyek következményeként a gyermeknél, tanulónál a figyelmi működést akadályozó koncentrációzavar léphet fel. Tanulmányozza át és húzza alá azokat, melyek előfordulása valószínű.

- környezeti okok*
- hiányosságok a tanteremmel kapcsolatban • a tanuló helye rosszul megválasztott a tanteremben • egyéb hiányosságok a tanulási helyzettel kapcsolatban • időbeli túlterhelés /hobbi, különórák, egyéb elfoglaltság/ • fizikai túlterhelés /sport, munka/ • szabadidő nem megfelelő tervezése • tartós kialvatlanság • túlzott ingeráradat /tv, videó/ *szexuális okok* látásteljesítményt korlátozó érzékszervi működési hiba • hallásteljesítményt korlátozó érzékszervi működési hiba • észlelési zavarok • vérszegénység • alacsony vérnyomás • alacsony vércukorszint • keringési zavarok • hormonzavarok • hiperaktivitás • vegetatív labilitás *iskola ártalom* túl magas követelményszint • iskolaváltoztatás • fenyegető büntetés • magas • állandóan magas zajszint • osztálytársak zavaró hatása • nem megfelelő tanári magatartás • kedvezőtlen helyzet az osztályban • rivalizálás az osztályban • klikkek küzdelme az osztályban *pszichés okok* belső konfliktusok és állandósult nyugtalanság • *nehéz* iskolai félelmek • iskolaéretlenség • képességihiányok és zavarok • érdeklődés hiánya • prepubertás és pubertáskori fejlődési nehézségek • motivációs problémák • impulzivitás • *képrovokálta a szülői figyelmet* koncentrációs nehézség, mint "segélykérési tünet" *Családi ártalmak* kora gyermekkori nevelés hiányosságai • túl erős családi ingerek • nincs mód az otthoni lazításra • állandó feszültség a családban • tartósan ideges szülői légkör • túlkövetelő szülők • szigorú és büntető szülők • túlvédő szülői nevelés • önállótlanúság és az önirányítás képtelensége • gyakori konfliktusok a szülői házban

Torda Á. összeállítása

A FIGYELEM VIZSGÁLÓ ELJÁRÁSOK MUTATÓINAK ÁLTALÁNOS ÉRTELMEZÉSE

<i>N= összteljesítmény</i>	Mennyiségi mutató, azt mutatja meg, hogy a rendelkezésre álló idő alatt a vsz. hány elemmel kapcsolatban végezte el az előírt műveletet.
<i>T%=teljesítményszázalék</i>	Minőségi mutató, azt mutatja meg, hogy a hibátlanul elvégzett műveletek összege hány százaléka az összteljesítménynek.
<i>Nagy összteljesítmény és magas T% együttesen</i>	Ez esetben gyors pszichomotoros tempó továbbá tartós magas szintű figyelmi koncentráció jellemzi a vsz.-t.
<i>Magas számértékű N és alacsony T%</i>	A vsz. az időkénszer hatására a számára optimálisnál gyorsabban dolgozik és ez a minőség rovására megy.
<i>Alacsony számértékű N és magas T %</i>	A vsz. lassan, de igen alaposan dolgozik. Gondolni lehet a feladathoz társuló szorongásra is.
<i>Alacsony számértékű N és alacsony T %</i>	A vsz. lassú munkatempójú és feltehetően gyenge figyelemkoncentrációjú.
<i>Kezdeti nagy hibaszám és a hibák elhúzódása</i>	Feltehetően ez feladatadaptációs probléma a kezdeti szakaszban. Ha a továbbiakban van tendencia a hibaszám csökkenésére, akkor ez a feladathoz való alkalmazkodás vagy a tanulás eredménye.
<i>Kezdetben hibátlan teljesítmény később szaporodó hibaszámmal</i>	Kezdeti motiváltság és jó figyelmikoncentráció után a fáradékonyság vagy a monotoniatűrés gyengesége romló teljesítményhez vezet.
<i>Hibák elhelyezkedése az időjelek viszonylatában</i>	Érdemes megvizsgálni, hogy mely részidőkre jut a leginkább vagy a legkevésbé hibás teljesítmény.
<i>Figyelem stabilitása</i>	Ennek megbízhatóságát méri, hogy a sor illetve oszlopváltás esetén romlik-e a teljesítmény.
<i>Hibatípus ismétlődése</i>	A vsz. rosszul értette meg vagy rosszul rögzítette a feladatot.

Forrás: ...

A gyermekrajzok értelmezéséről általában

Az alábbiakban megkíséreljük rendszerbe szedni és összegezni azokat a klinikai gyakorlatban szokásos megfigyelési szempontokat, amelyek segítségével jó eséllyel tárhatók fel a rajzoló számára pszichés problémát jelentő pontok. A gyermekrajzok értelmezését – a könyv már korábban hangsúlyozott irányultságának megfelelően – nem a kognitív fejlődésléktan, hanem a gyermeki személyiség aspektusából közelítő vizsgáló eljárások és kutatások alapján tárgyaljuk. Kiemelten kezeljük az ember-, a család- és a házábrázolásokat, hiszen ezek klinikai feldolgozása már számos szerző és hosszú évtizedek kutatómunkája nyomán eléggé pregnánsan körvonalazható.

Az ábrázolásokhoz kapcsolódó zavarjelek értelmezése természetesen nem nélkülözheti a fejlődéslélektani ismervek állandó szem előtt tartását, mert egy rajzi megnyilvánulás az egyik életévben teljesen normális jelenség, míg egy másikban egyértelműen zavar jele lehet.

„A gyermekrajzok pszichológiai vonatkozásai” című könyvből idézem (Feuer 1992): „A gyermekek rajzait gyakran mint egy projekciós folyamat képi megnyilvánulását szoktuk értelmezni a gyermek-pszichodiagnosztikában és terápiában. Az ábrázolásokon nemegyszer megjelennek nem tudatos elemek, esetleges vágyak, fantáziák, aktuális érzelmi, indulati, hangulati állapotok. Ezek verbális megfogalmazására a gyerek még sokszor nem képes.”

G. Schliebe figyelt fel arra (idézi Sáray Julianna 1937), hogy a gyerek is tud különféle emocionális állapotokat ábrázolni. Sáray is ezt tapasztalta kísérletei során. Fát rajzoltatott és arra kérte a vizsgált személyeket, hogy örülő, féltő, szenvedő és halott fát ábrázoljanak. A gyerekek sikerrel oldották meg e nehéznek tűnő feladatot. Vonalvezetéssel és/vagy színezéssel ki tudták fejezni a kért érzelmeket, képesek voltak ezen alapvető emocionális állapotok megjelenítésére.

Koch (1957) tesztet dolgozott ki azon elméleti meg gondolás alapján, hogy a fa különösen alkalmas az azonosulásra. Erre az identifikációs-projekciós folyamatra épül vizsgálati eljárása.

Wartegg (1939) is e projekciós mechanizmus meglétét használja fel ismert vizsgálati eljárásában.

A tematikus család- vagy elvarázsolt családrajzokból is kiderülhetnek rejtett hierarchikus viszonyok, következtetni lehet a rokon- és ellenszenvekre, a tagok egymás közötti kapcsolatára stb.

Harsányi I. (1971) szerint a családrajz mint projekciós lehetőség fontos, nem tudatos pszichés tartalmak feltárására készíti a rajzolókat. Már a rajzolás megtagadását is igen komolyan értékeli: szerinte ez biztos jele a pszichés problémáknak.

A kisebb gyerekeknél alkalmazott ujjfestés – amelyet R. F. Shaw dolgozott ki –, expresszív projekciós lehetőség.

Tóth Béla (1967/a,b) meserajzmódszere is sok mindent felszínre hozhat azokból a kapcsolatokról és belső folyamatokról, amelyek az irodalmi szöveg jelenben keletkezett hatása és a gyerek korábbi tapasztalatai között keletkeznek. Vizsgálatai szerint a gyerek a mese lerajzolásával a benne támadt élményt differenciáltabban fejezi ki, mint verbálisan.

Virág Teréz (1974) „beszélgető lapjai” is hasonló célt szolgálnak, amit szervesen illeszt a terápiás folyamatba.

Kürti Jarmilla (1982) szerint a rajz mint alkotótevékenység alkalmas a gyerek indulatainak levezetésére és ezáltal – részben – a konfliktusok feldolgozására.

Gerő Zsuzsa (1974) az esztétikus gyermekrajzokat vizsgálva megállapította, hogy a rajzokban a játékhoz hasonlóan elaborációs mechanizmusok működnek. Az érzelmek, indulatok megjelenítése áttételes. Ezért több szerző hangsúlyozza (pl. G. Donáth B., Harsányi I.), hogy „a rajzoltatást mindig explorációs beszélgetéseknek és szükség esetén asszociáltatásnak kell követnie”.

A gyermekrajzokba tehát kétségtelenül belejátszanak a személyiség rejtett szférái is, megnyilvánulhatnak, felszínre kerülhetnek nem tudatos elemek. A rajzok értékelésénél és értelmezésénél ezért mindig rendkívül óvatosan kell eljárunk, mert ott a pszichés tartalmak nem „direktben” nyilvánulnak meg. Célszerű egy gyermekkel több rajzot is készíttetni, mert ekkor jobban és biztosabban láthatjuk a tendenciákat.

A rajzok igen gyakran felhívják a figyelmet olyan jelekre, amelyeket eddig esetleg az explorációkból még nem sikerült kibontanunk. Ebben az esetben az újabb és más irányú tapogatózó beszélgetések mélyebben és más oldalról világítják meg az adott páciens problémáját. A rajzoknak tehát óriási a figyelemfelhívó szerepük, de sohasem szabad azt egy az egyben értelmeznünk. Ugyanaz a rajzi megoldás az egyik esetben retardációs jegy, míg másutt regresszióra, vagy esetleg fixációra utal, megint máshol projekciós anyagként értékelhető. A rajzokat tehát nem „vakon” értelmezzük, hanem beleágyazzuk az addigi ismeretkörbe. Rajzolás után minden esetben végzünk explorációt, amely a félreértések számának csökkentésére hivatott.

Egy-két kivételtől eltekintve nincsen olyan grafikus jegy vagy megjelenítés, amely „receptszerűen”, minden egyes esetben hajszállra ugyanúgy értékelhető.

A helyesen alkalmazott rajzelemzések nagy segítségünkre lehetnek a diagnózis kialakításában és finomításában, valamint az induló terápiás terv megfogalmazásában. A terápia folyamán alkalmazott rajzvizsgálati eljárások pedig visszajelentést adhatnak a páciensben végbemenő változásokról.

I. Általános megfigyelési szempontok és zavarjelek

A rajzolóról feltétlenül tudnunk kell néhány alapadatot. Ezek: a gyermek neme, életkora, iskolatípusa és osztálya, lakókörnyezetének jellege és szubkulturális jellemzői, valamint hogy kik a vele együtt élő családtagok és más személyek. Ezenkívül tájékozottnak kell lennünk a rajzoló krónikus vagy aktuális testi megbetegedéseit illetően, illetve tudnunk kell fennálló pszichés tüneteiről.

Megfigyelési szempontok

A rajz általános színvonalát, érettségét összevetjük a gyermek életkorával és hozzávetőlegesen megállapítjuk, hogy milyen mértékű retardációval vagy akcelerációval van dolgunk. Ekkor a rajz általános összbenyomását és az egyes ábrázolt alakzatok fejlettségi fokát tekintjük át.

Megállapítjuk a viszonyrendszert a rendelkezésre álló rajzfelület és az ábrázolt kép között. A térkitöltést összevetjük a rajz tartalmi elemeivel.

Sorra vesszük a rajzon belüli arányok alakulását és az egyes képelemek összeillesztésének vagy elválasztásának grafikus jeleit.

Elemezzük az egész kép hangulati összbenyomását.

Sorra vesszük a színeket, megfigyeljük az egyes képfelületek közötti egyező vagy jelentősen eltérő színezések alkalmazását.

Áttekintjük a vonalak alakulásának változásait, a nyomaték ingadozásait, a vékony és vastag körvonalak megjelenési helyeit.

Elemezzük a rajzot a ritmus, a lendület szempontjából, és megállapításokat teszünk az íves és szögletes vonalak arányáról.

Ha van a rajzon bármilyen felirat, arra külön figyelmet fordítunk. Megnézzük a szöveg tartalmi, formai és esetleges színezési jegyeit.

Megfigyeljük a gyermek munkájának ütemét, a sietség, vagy a részletezés és nagy gondosság megjelenésének helyét.

Nyomon követjük a rajzoló arckifejezését, testtartását, gesztusait, mozdulatait. Figyeljük a munka közben kiadott hangokat, spontán verbalizálást, éneklést, dúdolást.

Figyelemmel kísérjük a gyermek koncentrációs állapotát, az abban bekövetkezett változásokat, illetve ha külső hatás terelte el a figyelmét, az mi volt és módosította-e bármilyen vonatkozásban a rajzolás további alakulását.

Végül megjegyezzük, hogy a rajzot milyen általános emocionális állapotban és motivációval készítette el a gyermek.

Zavarjelek

A rajz az összbenyomás szintjén a gyermek életkorához viszonyítva jelentősebb retardációt mutat.

A kép szűk terű, tehát a rajz nem tölti be a rendelkezésére álló felület egyharmadát. Ezt csak akkor állapítjuk meg, ha az ábrázolt téma egyébként megkívánná a nagyobb térkitöltést. Természetesen az utólag végzett exploráció is befolyásolja a térkitöltés mértékének értelmezését, hiszen például a gyerekek nemegyszer apró figurákkal kis teret vesznek igénybe, ha „titkos” rajzot készítenek, vagy szerintük titoknak minősülő dolgot ábrázolnak. Ilyenkor tehát nem a szűkterűség kritériuma mentén haladunk az értékelésben, hanem a titok tartalmára fordítjuk figyelmünket. A térértelmezés tehát nem a mi objektív megítélésünk, hanem a gyermek szubjektív-objektív tartománya szerint végzendő. (Ez természetesen érvényes minden más zavarjelre is. Mindig érdemes szem előtt tartani, hogy az „elvadult” értelmezés sokkal kártékonyabb, mint ha egyáltalán nem történik értelmezés, illetve az „értelmezési düh” sokkal inkább szól a szakember nárcisztikus problematikájáról, mint a rajzoló személyiségéről.)

Túlzott arányeltolódások az egyes ábrázolt elemek között vagy egy-egy alakzaton belül. Például egekig érő emberfigura egy arányos ház és fa mellett, amely az explorációból sem nyer adekvációt. Túlzott mértékű elválasztási tendenciák bizonyos képelemek között, illetve az egyes részek közé inadekvát tárgyak, vagy díszítőelemek beiktatása. Ezek leggyakrabban védelmi-távolítási zavarjelek, amelyek a félelem, szorongás csillapítására szolgálnak, illetve elhárítani igyekeznek valamilyen nyomasztó közelséget.

A rajz összértékében nyomott hangulatú, vagy kifejezetten sivár, hideg-rideg benyomást kelt. Az egyes zavarjeleket természetesen összevetjük más megfigyeléseinkkel, így ebben az esetben például a térkitöltéssel. Ha a nyomott hangulathoz szűk térkitöltés járul, a két elem megerősíti egymást és nagyobb biztonsággal következtethetünk a gyermek aktuális emocionális állapotára.

A kép egyes elemeinek váratlanul erős besötétítése, vagy kizárólag fekete, barna és szürke színek használata, amelyek nem felelnek meg az ábrázolt téma természetes színeinek.

A színezés hirtelen megakadása és más, hangulathoz lényegesen eltérő szín használata. Például elkezd pirosra festeni a háttérrel, majd váratlanul feketével folytatja.

A nyomaték jelentős változása egy képelem esetében vagy egy ábrázolt tárgyon belül.

A vonalak szaggatottá, „szőrössé”, görcsössé, merevvé válása. Ebben az esetben is a vonalminőség változásán van a hangsúly. Tehát ha például az egész rajz göcsörtös vonalaktól hemzseg, más értelmet kap, mint ha csupán egy tárgy sikerült ilyenre.

A többitől eltérően túlzottan vastag vagy vékony körvonalazás jelentheti a határok igénylésének vagy csökkentésének vágyát, illetve gyengeségének, vagy stabil voltának kifejezését.

Hirtelen ritmusváltások, illetve kifejezett aritmia megjelenése a képen.

A lendület megakadása, rajzolás közben beálló tétozaság, toporgás, vagy a tevékenység abbahagyása.

Egyes elemek hirtelen szögletessé, merevvé, életteleenné válása.

Egyes részletek átfirkálása, áthúzása, átfestése, igyekezet annak eltüntetésére.

Erős, többszöri radírozás, a papír meggyűrése, ki- vagy elszakítása.

A feliratokban keletkezett hiba, elírás, betűkihagyás, szótévesztés. Egyes betűk különös hangsúlyozása vagy elhalványítása.

A rajz készítése közben beálló metakommunikáció: zavarok, elakadások, a koncentráció jelentős esökkenése, befejezés előtt kilépés a rajzhelyzetről, ceruzák leejtése, szétlobálása stb.

Megfelelő körülmények ellenére a rajzolás kategorikus elutasítása.

A saját rajz erős negatív kritikával való illetése, annak kifejtése, hogy ez a valóságban teljesen másként van, mint a rajzon.

Elsősorban idősebb gyerekeknél azirányt való érdeklődés, hogy mit lehet megtudni rajzából, és abból következtetni lehet-e valamilyen negatív dologra.

A gyermek kifejezi kérését, hogy rajzát senkinek se mutassuk meg, főleg szüleinek vagy más családtagjainak ne. (A szakmai titoktartási kötelezettségünk természetesen a nálunk készült rajzokra is vonatkozik.)

Rajzáról semmiképpen sem akar velünk beszélgetni, kérdéseinket elutasítja.

Rajzát összegyűri, eltépi, vagy ki akarja dobni.

Kifejti, hogy esetleges más rajzos kérésünknek a továbbiakban nem fog eleget tenni.

Rajzának befejezésével kijelenti, hogy el akar menni, és sem játékhoz, sem beszélgetéshez nincs tovább kedve.

II. Az emberrajz megfigyelési szempontjai és zavarjelei

Az emberrajz, mint projektív vizsgálati eljárás módszerének kidolgozása K. Machover (idézi Vass Z. 1996) nevéhez fűződik. Az emberrajz erős identifikációs vonzása következtében a gyerek rávetíti rajzára az önmagáról kialakított elképzeléseit, amelyekbe természetesen belejátszanak a környezet tagjainak vélekedései és a rajzolóknak tett visszajelzései. Az emberrajzzal kapcsolatban Bagdy Emőke (1995) megállapítja: „a rajz adekvát megfigyeléseket tesz lehetővé a személyiség egészéről és működésmódjáról: a gyermekkori jellegektől eltérő sajátosságok gyermekkorban a hibás pszichikus szerveződés jegyeiként értékelhetők. Továbbá a gyermeki rajz jellegek felbukkanása a felnőttkori rajzteljesítményekben a regresszív pszichikus állapotok ismérvei lehetnek.”

Megfigyelési szempontok

Az emberrajzok megfigyelése során teljes részletességgel és mindenre kiterjedően pásztázzuk végig az egész alakot. Először az elhelyezést vesszük szemügyre. Egy ember ábrázolása esetén ez általában a lap közepére esik. Az ettől eltérő bal oldali tendencia az önmagára irányulást, a bezárkózást, az anyai biztonság iránti igényt; míg a jobb oldali az aktivitást, a környezet felé való fordulást jelenti.

Megállapítjuk, hogy a rajz színvonala mennyire felel meg a gyermek életkorához viszonyított átlagos teljesítménynek.

Megfigyeljük a vonalvezetés általános jellemzőit, illetve az ettől való lényeges eltérés helyét és mértékét.

Szemügyre vesszük a rajz egészén belüli arányokat és arányrendszert.

Megfigyeljük a testtartást, illetve az egyes testrészek forma-adekvációját.

Külön-külön sorra vesszük az egyes testrészek meglétét vagy hiányát, kidolgozottságának mértékét, illeszkedési adekvációját, vonalbeli jellegzetességeit. Így figyelmet szentelünk: a fej, a haj, a szemek, az orr, a száj, a fogak, a nyak, a váll, a karok, a kéz, az ujjak, a láb, a lábfej, a törzs, a nemi jellegzetességek és a ruházat kivitelezésének.

Megfigyeljük az ábrázolt ember tónusát, ernyedtt vagy erős tartását, statikus vagy mozgásban rajzolt alakját.

Összbenyomás szintjén értékeljük a rajz hangulatát.

Megfigyeljük a színezés, sátrózás jellegzetességeit és a közvetlen környezetben ábrázolt egyéb alakzatokat.

Számba vesszük a díszítő elemek formáját, helyét, ritmusát, vonalvezetését, az ábrázolt ékszereket. Külön figyelmet szentelünk a kézben tartott tárgyaknak, illetve a közvetlenül a fej vagy haj mellé rajzolt alakzatoknak.

Megnézzük, hogy van-e olyan dolog, amely közvetlenül hozzáér az emberhez, vagy esetleg áthalad annak körvonalán.

Zavarjelek

Ismételten hangsúlyozzuk, hogy kizárólag a normál fejlődéslélektani állomásoktól eltérő mozzanatokat szabad a zavarjelek közé sorolni. Nyilvánvaló például, hogy egy „lámpaember” négy éves korban normális törzskifejezés, míg a későbbi életkorokban retardációként, még később kifejezett zavarjelként értékelendő.

A túlságosan nagyméretű fej intellektuális túlterhelést jelezhet.

Az aránytalanul kis fej kisebbrendűségi érzésre, a gyereket ért sok negatív visszajelzésre, problematikus énképre enged következtetni.

A fej köré rajzolt, mellette lebegő tárgyak zaklatottságot, a pszichés működések zavarát, idősebb korban pedig kábító hatású anyagok, szerek kipróbálását, vagy alkalmazását jelenthetik.

A haj hiánya az énerők gyengeségére és infantilizmusra utal.

A szem hiánya környezeti ártalomra hívja fel a figyelmet.

A pupilla nélküli „üres” tekintet a szorongás jegye.

A szemöldök, vagy szempilla hiánya az önmaga felé fordulás, vagy a külvilág reakcióinak figyelmen kívül hagyása iránt vet fel kérdéseket.

A túlságosan nagy szemek fokozott kíváncsiság, vagy családi titkok iránti érdeklődést mutathatnak. Az orr hiánya a normális gyermeki intuíciók és megérzések elfojtását jelentheti.

Az orr túlhangsúlyozása bizalmatlansági problémákra utal.

A száj hiánya a verbalitás nehézségeire és titkolódásra hívja fel a figyelmet.

A száj túlhangsúlyozása táplálkozási zavarokra, verbális agresszióra, fokozott szexuális érdeklődésre utalhat, de lehet a szorongás jele is.

Ha kilátszik a nyelv, s különösen ha élénk vörösre van festve, a provokatív magatartás jele, illetve a figyelem középpontjába való kerülés vágyának kifejeződése.

A fogak kifejezett ábrázolása agressziós jegy.

A fülek hiánya milieukonfliktusra hívhatja fel figyelmünket.

A fülek túlhangsúlyozása a gyerekek a felnőttek életébe való túlzott bevonódására utalhat.

A nyak hiánya zárkózottság, megfélemlítettség és gátoltság jele.

A vállak túlhangsúlyozása erőfitogtatás és a testi erő előtérbe helyezésének mutatója.

A hajlott hát nagy lelki terhek cipelésére hívja fel a figyelmet.

A karok és a kéz hiánya tehetetlenséget árul el.

A kézfej hiánya a frusztrált megkapaszkodás, az érzelmi bizonytalanság és a bátortalanság jele.

Az égnek álló karok és kéz úgyszintén a megkapaszkodás és a biztonság utáni vágyat hangsúlyozza, de ennek létrejöttében már a gyerek személyisége is jelentős szerepet játszik.

A túlhangsúlyozott tenyerek és ujjak bántalmazást, a szülői agressziótól való félelmet sejtetnek.

A nagyon hosszú és vörösre színezett körmök, vagy azok karomszerű megoldása a világ agresszív megragadásának vágyára, agresszív kötődésre, vagy az anya erőszakos természetére utal. Ezen kívül jele lehet fokozott szexuális érdeklődésnek is.

A törzstől messzire kinyúló, szinte vízszintes kar- és kéztartás onániás, masturbációs félelmeket takar.

A mértéktelenül meghosszabbított végtagok azt jelezhetik, hogy a gyerek erős érzelmi terheknek kitett helyzetben van.

Az aránytalanul rövid és kidolgozatlan törzs túlzott szigor és lelki „beszorítás” következtében létrejövő fejlődési elakadást, túlzott szülői kontrollt jelent.

A lábak és lábfej hiánya passzivitást, a környezettől való félelmet jelölhet.

A gömbszerű lábfejek bizonytalanságot, a családi biztonság hiányát mutatják.

A túlhangsúlyozott lábfej agressziós töltetű irányíthatja figyelmünket.

Bármely testrész szám feletti mértékben való ábrázolása speciális zavarjelként értékelendő.

Bármely testrész morfológiai deformálása – például madárfejű ember, vagy szárnyaszerű karok ábrázolása – specifikus zavarjel.

Ha a gyerek a saját neméhez képest gyenge kivitelű ellenkező nemű személyt rajzol, az a nemi identitás problematikus fejlődésére utal.

Ha az emberalak csak kontúrvonalból áll és azon belül sem részletezés, sem színezés nincs, az igen erős szorongásra, súlyos milieuproblémákra enged következtetni.

A ruházat egyes részleteinek túldíszítése az adott testrésze való erős figyelem jele.

A ruházat alatti átlátszóság szintén az alatta lévő testrész kiemelésére hívja fel a figyelmet.

Egy testrész – például fej – feltűnően vörös színre való befestése annak fájdalmára utalhat.

Az ábrázolt figura kezében lévő inadekvát tárgy – például királynő kezében söprű, vagy egy felvértezett vitéz kezében pöttyös labda – a világban való tájékozódás, a realitásérzék zavarára, illetve öntörvényűsége utal.

Mindig zavarjelként értelmezzük az alakon belül mutatkozó feltűnő színvonalromlást, a vonalminőség drasztikus megváltozását és a kifejezett vonalszakadást.

III. A családrajz megfigyelési szempontjai és zavarjelei

A gyermekek családrajaival, mint a környezet feltárásának eszközével, K. Appel foglalkozott először az 1930-as években. Ő családot, házat és állatot rajzoltatott a gyerekekkel. Később F. Minkowska tematikus rajzot készített "Ez az én családom, ez az én házam" címmel. Ezek nyomvonalán haladt tovább M. Porot (1952) aki a családrajzot önállóként, azt a családi kapcsolati hálózat feltárásának eszközévé avatta. Gegesi K. P. és P. Liebermann L. (1965) szerint: "ha a gyermeket felszólítjuk, hogy rajzolja le a családját, ... bizonyosra vehetjük, hogy érzelmi szempontból hű képet fogunk kapni a családról, amelyben él, annak érzelmi légköréről, erő-hatalmi viszonyairól, azaz egész érzelmi szerkezetéről". Illyés Gy-né (1971) is hangsúlyozza, hogy a rajzokról emocionális, hangulati és karakterjegyek jól leolvashatók. Ugyanerre a megállapításra jut a hazai kutatók közül többek között Harsányi I. és G. Donáth B. (1962), Geiger Á. (1988), Gerő Zs. (2003), Hajnal Á. (2000), Hirsch M. (1968), Sándor É. (1990), Székácsné V. M. (1953; 1970), V. Binét Á. (1967).

Megfigyelési szempontok

Meghatározzuk, hogy a rajz általános színvonala megfelel-e a gyermek életkori átlagteljesítményének.

Megnézzük, hogy milyen összefüggésben vannak ábrázolva a családtagok.

Megfigyeljük az egyes családtagok sorrendjét a rajzolás során és a kész rajz alapján. A két sorrend nem feltétlenül egyezik, hiszen nemritkán tapasztalható, hogy a gyerek rajzolás közben „helyeket ugrik”, de végül szabályos egymásmellettiesség látható. (A továbbiakban az „Elrontott családrajzok szerepe a gyermek-pszichodiagnosztikában” című közleményemből idézek, Feuer 1989.)

A rajzlap felületének felhasználása.

Az elrendezés térhatása. (Szétesettség, ziláltság, ritmusosság stb.)

Mekkora a térköz az egyes figurák között.

A családtagok egymástól való elválasztására utaló vonalak vagy hálózat.

Kivel kezd és kivel zárja a rajzot.

Melyik családtagot hányadiknak rajzolja.

Kit ki mellé, esetleg alá-fölé rajzol.

Önmaga elhelyezése.

Méretbeli viszonyok a rajzon belül.

Ki ki felé fordul, kinek fordít hátat.

Ki kivel érintkezik.

Egy-egy családtag különös, jellemző, másoktól megkülönböztető jegyei.

Ki kire hasonlít a rajzon belül.

Az egyes alakoknál produkált vonalvezetések közötti különbségek.

Az egyes figurák arckifejezése.

Az alakokon egyes testrészek váratlan hiánya, indokolatlan kicsinyítése, vagy felnagyítása.
Van-e olyan családtag, aki "viccesen" van ábrázolva, valamilyen feltűnő tulajdonság kiemelésével karikatúraszerűen hat.
Díszítettség.
Színezés.
Esetleges más elemek, például tárgyak ábrázolása.
Kit hagy le a rajzról.
A családtagok közötti hierarchia.
A családtagok és a rajzoló közötti rokon-, illetve ellenszenvék, indulatok.
Saját szorongás és agresszió.
Saját szükségletek, vágyak.
Önértékelés.
A családstruktúra a rajzoló szemszögéből nézve.
A fentiekén kívül külön figyelmet szentelünk az esetleges feliratoknak:
Kit milyen névvel illet.
Kit hív becenevén.
Kinek a nevét írja nagy, illetve kis kezdőbetűvel vagy betűkkel.
Van-e hiba a feliratokban.
Milyen színnel, színekkel írja fel a neveket.
Továbbá rajzolás közben megfigyeljük a gyermek metakommunikációs jelzéseit és verbális megnyilvánulásait.
A rajz befejeztével explorációt végzünk, és közben megfigyeljük, hogy a gyermek hogyan viszonyul saját rajzához.

Zavarjelek

Az alak vagy alakok torzítása, inadekvát vonalakkal való túlszűfölvétele.
Elakadás a rajzolás folyamán, hosszabb szünet tartása két figura között.
Alak befejezetlensége, esetleg kifejezetten torzószerű ábrázolása.
A gyermek által általában rajzolt testrész hiánya.
Túlságosan nagy távolság két alak között.
Az alakon belüli jelentős hézagok, például a fej-nyak vagy a törzs-végtagok illesztésénél.
Feltűnően „csúnyára” rajzolt figura.
Rendőr, vagy fegyveres őr, katona ábrázolása, ha egyébként annak a családtagnak nem ez a foglalkozása. Ez általában a nagyon erősen tiltó hatalmat, a vele kapcsolatos fantáziák leállítását jelenti.
Boszorkány ábrázolása a családrajzon általában a gyermek elhárítási küzdelmét jelzi a szigorú, tiltó, kemény, „rossz” anyával szemben.
Angyalszerű alak ábrázolása a női szereppel vagy az anyával kapcsolatos szorongás tagadását jelenti.
Ördögszerű figura rajzolása a férfiszereptől vagy az apától való erős szorongás mutatója.
Saját maga kisbabaként, vagy életkoránál jelentős mértékben infantilisabb alakban való ábrázolása szorongásra és nemi identifikációs zavarra utalhat.
Egyes alakok túlságosan részletezése, vagy cirkalmas túldíszítése.
Bizonyos családtagokon két-hárommal való több szín alkalmazása, mint a többiekén.

fenyegető nagyságú vagy ilyen mozdulatokat tevő felnőtt alakok durva, esetleg brutális testi és/vagy lelki bánásmódra engednek következtetni.
Ha a rajzoló saját magát hagyja, és még kérdés formájában sem merül fel, hogy rákerüljön-e a lapra, érzelmi önértékelési problémák meglétét veti fel.
Ha saját magát összezsugorított vagy túlméretezett, illetőleg állatszerű alakban ábrázolja, generalizált szorongásra utal.
Súlyos zavarjel, ha nincs globális családszerkezet, és az alakok össze-vissza vannak dobálva.
Ha a gyermek kereken megtagadja a családrajz készítését, és minden gátlásfeloldási kísérletnek ellenáll, az egyértelműen miliókonfliktusra és lelki problémákra utal.
Megfigyeléseim szerint a „gyerek által elrontottnak nyilvánított, áthúzással vagy átfirkálással jelzett családtag a rajzoló számára kulcsfigura, vele súlyos érzelmi-indulati problémája van. Gondolatban, fantáziában sokat foglalkozik vele, emocionális életében központi szerepet tölt be.” Az elrontásnak további speciális megfigyelési szempontjai vannak.
Kit ront el.
Hányszor rontja el.
Újra rajzolja-e az elrontott figurát, vagy elhagyja.
Az elrontás következtében honnan hová kerül a figura.
Mi a különbség az elrontott és a jól sikerült alak között.
Az utólagos explorációs beszélgetésekben mivel indokolja a rajzoló az áthúzást, szerinte mi volt az a mozzanat, ami lehetetlenné tette számára az eredeti figura befejezését vagy meghagyását.
Hajnal Ágnes (2000) kutatómunkája során feltérképezte egy kiélezett családi krízishelyzetben, a gyermekelhelyezési perekben készült családrajzok speciálisan megmutató problémacsomópontjait, amelyek mint zavarjelek a következők:
„A gyermek az egyik vele élő személyt (szülőt, nevelőszülőt, testvért) hagyja a rajzról, vagy elkülöníti a többi családtagtól.
A gyermek az őt nevelő szülőt hagyja a rajzról, és a külön élő szülőt ábrázolja családrajzán.
A gyermek önmagát elkülöníti a többi családtagtól a rajzán, vagy önmagát hagyja (vagy kérésre sem rajzolja le).
Nagyon apró figurákkal ábrázolt család.
A lapon szét vannak szórva a figurák.
Kiemelkedően nagy testi méretű személy megjelenése a rajzon.
Kiemelkedően nagy testrészek (végtagok, szervek) megjelenése a rajzon.
Testrészek, szervek hiánya az emberábrázolásban, csonkolt figurák.
Gyakori, hogy a gyermek vágyai szerint ábrázolja a családot, és a rajzban családegyesítést valósít meg.
Sokszor a gyermek jelenetszerűen is ábrázolja a családi feszültségekre adott saját szorongásos reakcióját.”

Minden álmunk valóra válik - ha van elég bátorságunk megvalósítani azokat.

Walt Disney

Az ember által elért magasságokat nem az adottságai hanem az igyekezete határozza meg.

Ismeretlen forrás

50 JÓTANÁCS ARRA, HOGYAN KEZELJÜK A FIGYELEMZAVARRAL KÜZDŐ GYEREKEKET AZ ISKOLÁBAN

Edward M. Hallowell, MD és John J. Ratey, MD

A tanárok tudják, amit sok szakember nem: hogy a figyelemzavar nem egyetlen szindrómája létezik, hanem sokféle, hogy a figyelemzavar ritkán fordul elő "vegytiszta" és egymagában, hanem általában több más problémával együtt jelentkezik, mint például tanulási képesség hiányával vagy hangulat problémákkal, hogy a figyelemzavar megjelenési formája olyan mint az időjárás, változó és megjósolhatatlan, és, hogy a figyelemzavar gyógyítása, ellentétben a különféle leírásokban olvasható derűs magyarázatokkal, kemény munkát és odaadást igényel.

A figyelemzavar kezelésére nincs egyszerű megoldás sem az osztályteremben sem otthon. Minden elmondott és megtett intézkedés ellenére ennek a rendellenességnek a kezelése az iskolában azon múlik, hogy az iskola és a tanár milyen ismeretekkel rendelkezik és mennyire kitartó.

A következőkben néhány tanácsot igyekszünk adni az figyelemzavarral küzdő gyermek iskolai kezeléséhez. A javaslatokat olyan tanárok számára állítottuk össze, akik mindenféle korú gyermekekkel foglalkoznak. Néhány tanács nyilvánvalóan fiatalabb gyermekek esetében lehet alkalmazható, mások idősebbeknél, de mindnél közös a felépítés, az oktatás és biztatás elve.

1. Először is meg kell bizonyosodni, hogy amivel dolgozunk van, az valóban figyelemzavar. Egyértelmű, hogy a figyelemzavar diagnosztizálása nem a tanár feladata, de a tanárok fel lehet és fel kell tennie kérdéseket. Pontosabban: meg kell tudnia, hogy a gyermek hallását és látását az utóbbi időben vizsgálták-e, kizárták-e egyéb betegségek lehetőségét. Meg kell állapítania, hogy megfelelő értékelés történt-e. Addig kell kérdezni, amíg meggyőző válaszokat nem kapunk. Mindezeknek az elvégzettetése a szülő felelőssége, nem a tanaré, de a tanár támogathatja a folyamatot.

2. A következő, hogy támaszainkat kiépítsük. Tanárok lenni egy olyan osztályban, ahol két három akár még hyperaktivitással is társult figyelemzavarral küzdő

gyermek van, nagyon fárasztó lehet. Magunk mellett kell éreznünk az iskola és a szülők támogatását. Szükségünk van egy olyan személyre, aki rendelkezik a megfelelő ismeretekkel és akivel konzultálhatunk gond esetén (tanulási szakember, gyermekpszichiáter, szociális gondozó, iskolapszichológus, gyermekgyógyász - az illető tudományos fokozata nem annyira fontos. Ami fontos, hogy sokat tudjon a figyelemzavarról, sok figyelemzavarral küzdő gyermekkel szerzett már tapasztalatot, tudjon mozogni egy osztályteremben és tudjon világosan beszélni.) Biztosnak kell lennünk abban, hogy a szülők együttműködésére számíthatunk és, hogy a kollégák ki tudjanak segíteni szükség esetén.

3. Harmadszorra, ismemünk kell a saját lehetőségeink határait. Memi kell kérdezni. Tanárként nem várható el valakitől, hogy „figyelemzavar” szaktekintély legyen. Nyugodtan kérjünk segítséget, amikor úgy érezzük, hogy szükségünk van rá.

4. KÉRDEZZÜK MEG A GYERMEKET, HOGY MIVEL TUDUNK SEGÍTENI. Ezek a gyerekek gyakran nagyon intuitívak. Ha megkérdezzük őket, meg tudják mondani, hogyan tudnak a legjobban tanulni. Gyakran szégyellik az információt maguktól elmondani, mert bizonyos esetekben az akár igen furcsa is lehet. Próbáljunk meg a gyermekkel kettesben leülni és megkérdezni hogyan tud a legjobban tanulni. A legkiválóbb „szakember” ebben a kérdésben maga a gyermek. Megdöbbenő, mennyire nem szokták figyelembe venni vagy megkérdezni az ő véleményüket. Különösen nagyobb gyerekek esetében fontos, hogy értsék mi is az a figyelemzavar. Ez sokat segíthet mind a gyermeknek mind pedig a tanárnak.

5. Mindig tartsuk szem előtt, hogy a figyelemzavarral küzdő gyermekeknek nagy szüksége van a keretekre. A környezetüknek kívülről kell megadni azt a struktúrát amit ők egyedül nem tudnak felépíteni belülről. Készítsünk listákat. A figyelemzavarral küzdő gyermekek számára nagyon hasznos, ha rendelkezésükre áll egy táblázat vagy lista, ami támpontot ad abban az esetben ha elvesztik a fonalat a tevékenységeik során. Szükségük van emlékeztetőkre. Szükségük van tervezésre. Szükségük van ismétlésre. Szükségük van irányításra. Szükségük van határookra. Szükségük van keretekre.

6. VEGYÜK FIGYELEMBE A TANULÁS ÉRZELMI OLDALÁT. Ezeknek a gyerekeknek speciális segítségre van szükségük ahhoz, hogy jól érezzék magukat az osztályteremben, sikerélményre a kudarc és frusztráció helyett, izgalomra az unalom vagy a félelem helyett. Alapvető fontosságú, hogy a tanulási folyamat során fellépő érzelmekre különös tekintettel legyünk.

7. Határozzuk meg a szabályokat. Írjuk le azokat és helyezzük jól látható helyre. A gyermekeket megnyugtatja, ha tudják, hogy mit várnak el tőlük.

8. Ismételjük el az utasításokat. Írjuk le az utasításokat. Mondjuk ki az utasításokat. A figyelemzavarral küzdő embereknek a dolgokat többször kell hallaniuk.

9. Lépünk velük gyakran szemkontaktusba. A szemkontaktussal „vissza lehet hozni” egy gyereket. Csináljuk gyakran. Egy pillantás kikölkentheti a gyermeket az álmodozásból, vagy engedélyt jelenthet, hogy kérdezzen valamit, vagy csak néma biztatást adhat.

10. Ültessük a figyelemzavarral küzdő gyermeket a tanári asztal közelébe, vagy oda ahol a legtöbbet tartózkodunk. Ezáltal kiküszöbölhetjük az eltávolodást, amitől ezek a gyerekek annyira kínlódnak.

11. Szabjuk meg a határokat. Ez visszatartólag és megnyugtatóan hat, nem büntető jellegű. Tegyük ezt következetesen, előre kiszámíthatóan, azonnal és egyértelműen. SOHA NE fogjunk bonyolult ügyészi fejtegetésbe az igazságosságról. Az ilyen hosszadalmas diskurzusok csak elterelik a figyelmet. Tartsuk kézben az irányítást.
12. Amennyire csak lehetséges, rendelkezünk előre kiszámítható tervvel. Ragasszuk fel a táblára vagy a gyermek padjára. Hivatkozzunk rá gyakran. Ha módosítani akarjuk, amint azt az érdekes tanárok gyakran teszik, adjunk bőszes figyelmeztetést és előkészítést. Az átállások és a be nem jelentett változások nagyon sok nehézséget jelentenek ezeknek a gyermekeknek. Szétesnek tőlük. Fordítsunk különös figyelmet arra, hogy az átállást jó előre készítsük elő. Jelentsük be, hogy mi fog történni, azután ismételdünk a figyelmeztetést amint az idő közeledik.
13. Próbáljunk meg segíteni a gyerekeknek, hogy a saját időbeosztásukat elkészítsék az iskola utánra, annak érdekében, hogy elkerüljük a figyelemzavar egyik típusos velejáróját: a halogatást.
14. Iktassuk ki, vagy csökkentsük az „idő-mért” tesztek gyakoriságát. Az ilyen tesztek nem hordoznak nagy nevelési értéket és a figyelemzavarral küzdő gyerekek nagy részének nem adnak lehetőséget arra, hogy megmuatassa, mit is tud.
15. Adjunk „menekülési” lehetőséget a gyerekeknek: hagyjuk, hogy egy kis időre kimenjenek az osztályteremből. Ha ezt be tudjuk építeni az osztály házirendjébe akkor a gyermeknek lehetősége lesz inkább elhagyni a termet mintsem „elveszíteni”, és ezáltal fontos eszközt adhatunk a kezébe az önszabályozás és az ön-megfigyelés szempontjából.
16. Helyezzük előtérbe a minőséget a mennyiséggel szemben az otthoni munka esetében. A figyelemzavarral küzdő gyermek általában kisebb terhelést bír el. Az a fontos, hogy a koncepciót megértsék, ennyi kedvezményt kapniuk kell. Ugyanannyi időt fognak tanulással eltölteni, csak éppen nem csapnak át a fejük fölött a hullámok, ha nem tudnak megbirkózni a feladatokkal.
17. Ellenőrizzük gyakran a haladást. A figyelemzavarral küzdő gyermeknek sokat jelent a gyakori visszajelzés. Segít neki a kívánt úton maradni, tudatja vele, hogy mit várnak el tőle és, ha eléri a kitűzött célokat, az nagyon sok bátorítást adhat.
18. Bontsuk le az összetett feladatokat kisebb feladatokra. A figyelemzavarral küzdő gyermekek oktatásában ez az egyik legfontosabb módszer. A hatalmas feladatok a gyermeket azonnal megsemmisítik és ettől visszahúzódik egy „EZT-ugysem-fogom-tudni-megcsinálni-SOHA”-féle emocionális állapotba. A feladat kisebb, megoldható részekre történő lebontása azt eredményezi, hogy minden részfeladat elég egyszerűnek és elvégezhetőnek tűnik, így a gyermek nem kerül emocionálisan megsemmisült állapotba. Általában ezek a gyerekek sokkal többet bírnak, mint amennyire képesnek tartják magukat. A feladatok lebontása lehetővé teszi, hogy a gyermek ezt magának bebizonyítsa. Kiseb gyermekek esetében ez a módszer rendkívül hatékony lehet az olyan hisztik elkerülése érdekében, amelyek a vélt frusztráció miatt lépnek fel. Az idősebb gyermekek esetében pedig azért hasznos, mert nem taszítja őket defetista hangulatba, ami úgyszólván elég gyakran alakul ki náluk. De sok egyéb vonatkozásban is segít ez a technika. Mindig így cselekedjünk.

19. Legyünk játékosak, szórakozzunk, maradjunk kötetlenek, érdekesítőek. Tegyük a napot változatossá újdonságokkal. A figyelemzavarral küzdő emberek imádják az újdonságokat. Lelkesezettel reagálnak rá. Segít a figyelmet összpontosítani. A srácokét is meg a miénket is. Ezek a gyerekek teli vannak élettel - imádnak játszani. De mindenképp fölött utálnak unatkozni. A "kezelésük" olyan sok unalmas dologból áll: korlátok, időbeosztás, listák, szabályzatok, az emberek meg kell mutatni nekik, hogy ezek a dolgok nem feltétlenül járnak karöltve azzal, hogy valaki unalmas mint ember, mint tanár, vagy, hogy unalmas órákat tartson. Időnként, ha az ember megengedheti magának, hogy bolondozzon egy kicsit, az biztosan nagyon sokat segít.

20. Amra azonban ügyeljünk, hogy ne okozzunk túlságosan nagy izgalmat. A figyelemzavar olyan, mint egy kanna forrásban lévő víz. Kifuthat. Figyeljünk, hogy idejében takarékra tudjuk állítani a lángot. Az osztályteremben úgy lehet a leghatékonyabban kezelni a káoszt, hogy már eleve megakadályozzuk a kialakulását.

21. Fedezzük fel és hangsúlyozzuk ki az elért sikert, amennyire csak lehet. Ezek a gyerekek annyi kudarcot élnek együtt, hogy szükségük van minden pozitív megerősítésre. Ezeknek a gyerekeknek a dicséretre nagy szükségük van és rendkívül jótékonyan hat rájuk. Ezt nem lehet eléggé hangsúlyozni. Imádják a biztatást. Izzák magukba és virulnak tőle. Nélküle viszont összeesnek és elhalványulnak. Gyakran a legkétségteljebb aspektusa a figyelemzavar tünetegyüttesnek nem is maga a figyelemzavar, hanem a másodlagos károsodás, ami az önértékelést éri. Ezért hát öntözzük meg bőségesen ezeket a gyerekeket biztatással és dicsérettel.

22. Ezeknek a gyerekeknek az esetében az emlékezőtehetséggel gyakran van gond. Mutassunk nekik olyan trükköket, amellyel a megjegyzést, felidézést segítjük. Pl.: kis emlékeztető kártyák alkalmazása, stb... Gyakran az okozza náluk a problémát, amit Mel Levine úgy nevez, hogy "aktív működő memória", vagy másképpen: az agy felületén található és rendelkezésre álló hely, amely az ő esetükben kevés. Bármilyen kis trükk, amit csak ki lehet gondolni, mint például egy végszó, egy rím, kódok, és ehhez hasonlóak alkalmazása, nagyon sokat tehet az emlékezőtehetség megerősítésében.

23. Használjunk vázlatokat, tanítsuk meg őket is vázlatot készíteni. Tanítsuk meg őket aláhúzni. A figyelemzavarral küzdő gyerekeknél ezek a fogások nem magától értetődőek, de ha egyszer megtanulják őket, sok hasznukat veszik, mert segítenek megszerkeszteni és megformálni a tanulnivalót, méghozzá éppen miközben tanulnak. Ezáltal a gyermek a TANULÁSI FOLYAMAT KÖZBEN szerzi meg a képességet, tehát éppen amikor a legnagyobb szüksége van rá, sőt pont a hiábavalóság nyomasztó érzete helyett kapja, ami ezeknek a gyerekeknek az egyik legmeghatározóbb érzelmé a tanulási folyamat során.

24. Jelentsük be, amit mondani készülünk, mielőtt kimondjuk. Mondjuk ki. Azután mondjuk el, hogy mit mondtunk. Mivel a legtöbb figyelemzavarral küzdő gyermek könnyebben tanul vizuálisan mint hallás után, sokat segíthet ha le is írjuk, amit mondani készülünk, miközben kimondjuk. Ez a fajta strukturálás a gondolatokat a megfelelő helyre rögzíti.

25. Egyszerűsítsük az utasításokat. Egyszerűsítsük a választási lehetőségeket. Egyszerűsítsük az időbeosztást. Minél egyszerűbb a megfogalmazás, annál nagyobb az esély, hogy megértik. Használjunk színes nyelvezetet, amint a szinkód is. A színes beszéd megragadja a figyelmet.

26. Alkalmazzunk visszajelzéseket, amelyek a gyermek önmegfigyelését eredményezik. A figyelemzavarral küzdő gyermekek rendszerint rossz önmegfigyelők. Általában fogalmuk sincs arról, hogy milyennek látják őket mások, vagy hogyan viselkedtek addig. Igyekezzünk ezt az információt konstruktív módon átadni nekik. Tegyük fel nekik olyan kérdéseket mint pl. "Tudod, hogy mit csináltál az előbb?" vagy: "Mit gondolsz, hogyan mondhattad volna ezt másként?" vagy: "Mit gondolsz miért tűnt a másik lány szomorúnak, amikor azt mondtad, amit mondtál?". Olyan kérdéseket alkalmazzunk, amelyek az ön-megfigyelést fejlesztik.
27. Az elvárásokat tegyük nagyon egyértelművé.
28. A pontrendszer alkalmas lehet a viselkedés kialakítása részeként. Fiatalabb gyermekek esetében jutalmazási módszerként is alkalmazhatjuk. A figyelemzavarral küzdő gyermekek jól reagálnak a jutalmazásra és az ösztönzésre. Sokan közülük kis vállalkozó palánták.
29. Ha a gyermeknek gondot okoz megérteni a szociális végszókat - a testbeszédet, a hanghordozást, az utalásokat és hasonlókat - igyekezzünk diszkrétan pontos és egyértelmű tanácsokat adni, mint valamiféle szociális tréningen. Mondjuk például, hogy: "Mielőtt belefogsz a saját történetedbe, hallgasd meg a másik ember mondanivalóját!" vagy: "Nézz rá a másikra, ha az beszél!". Sok figyelemzavarral küszködő gyermeket közönyösnek vagy önzőnek tartanak, pedig egyszerűen nem tanultak meg kommunikálni. Ez a képesség nem minden gyermeknél fejlődik ki magától, de megtanítható és begyakorolható.
30. Tanítsunk nekik vizsga -fogásokat.
31. Tegyük a dolgokat játékossá. A motiváció javít a figyelemzavarral küzdő gyerekeken.
32. Válasszuk szét a párokat és a triókat, esetenként akár egész csoportokat, amelyek nem jönnek ki jól egymással. Többféle elrendezést próbáljunk ki.
33. Ügyeljünk a kapcsolattartásra. Ezeknek a gyerekeknek szükségük van rá, hogy legyenek foglalva, érezzék a kapcsolatot. Amíg elfoglaltak, addig hat rájuk a motiváció és kevesebb esély van rá, hogy kikapcsoljanak.
34. Amikor csak lehetséges a felelősséget adjuk vissza a gyermeknek.
35. Próbáljuk ki egy otthon-iskola-otthon üzenőfüzet bevezetését. Ez sokat segíthet a napi szülő-tanár kommunikációban és általa elkerülhetők a krízis-tanácskozások. De hasznos a gyakori visszajelzés szempontjából is, amire ezeknek a gyerekeknek nagy szükségük van.
36. Próbáljunk napi fejlődési naplót vezetni.
37. Támogassuk az önelemzés, az önmegfigyelés felépítését. Az óravégi rövid eszmecsere ezt elősegíthetik. Mérlegeljük stopper óra, berregő stb. alkalmazását.
38. Készüljünk fel a strukturálatlan időkre. Ezeknek a gyerekeknek előre tudniuk kell, hogy mi fog történni, hogy belsőleg felkészülhessenek rá. Ha hirtelen strukturálatlan időben találják magukat, az túlgerjesztheti őket.

39. Dícsérjünk, simogassunk, értsünk egyet, biztassunk, öntsünk beléjük lelket.

40. Idősebb gyerekek esetében irassunk velük kis cédulákat, hogy emlékezzenek a kérdéseikre. Lényegében ne csak azt jegyezzék fel amit nekik mondanak, hanem azt is amit ők gondolnak. Ezáltal jobban oda tudnak figyelni másra.

41. A kézírás gyakran gondot okoz ezeknek a gyerekeknek. Fontoljuk meg, hogyan kínálhatunk fel alternatív lehetőségeket. Tanuljunk meg billentyűzetet használni, (írógép, számítógép) diktáljunk, adjunk fel szóbeli teszteket.

42. Legyünk olyanok, mint egy karmester. Érezzük magunkon a zenekar figyelmét mielőtt elkezdenénk. (Lehet pl.: csendet alkalmazni erre a célra, vagy a pálcánk megkopogtatását.) Tartassuk be a ritmust az osztállyal, mutassunk a terem különböző részeiben tartózkodó gyerekcsoportokra, ha a közreműködésükre van szükségünk.

43. Ha lehetséges, szervezzünk minden diák mellé egy telefonon elérhető tanuló társat az egyes tantárgyakra. (Gary Smith-től átvéve)

44. Magyarázzuk meg és tegyük a többiek számára közérthetővé a kezelést, amit a gyermek kap, hogy ezáltal elkerüljük a megbélyegzést.

45. Találkozzunk gyakran a szülőkkel. Ne alkalmazzuk azt a rendszert, hogy csak gond vagy krízis-helyzet esetén keressük őket.

46. Szorgalmazzuk az otthoni hangos olvasást. Amikor csak lehetséges, olvassunk hangosan az osztályban. Meséljünk. Segítsünk a gyermeknek begyakorolni azt a képességet, hogy meg tudjon maradni egy témánál.

47. Ismételjünk, ismételjünk, ismételjünk.

48. Testedzés. Az egyik legkiválóbb kezelés a figyelemzavarra, mind gyerekek mind pedig felnőttek esetében a testedzés, mégpedig az erőteljes testedzés. A mozgás segít megszabadulni a fölösleges energiától, segít a figyelmet összpontosítani, stimulálja az egyes hormonok és neurokemikáliák képződését, ráadásul jó szórakozás. Ügyeljünk, hogy a gyakorlat **VALÓBAN SZÓRAKOZTATÓ** legyen, így a gyermek folytatni fogja a testedzést egész életében.

49. Idősebb gyermekek esetében hangsúlyozzuk a felkészülés jelentőségét iskolába jövetel előtt. Minél pontosabb elképzelése van egy gyereknek arról, hogy mit fogunk megbeszélni egy adott napon, annál nagyobb az esély rá, hogy az anyagot elsajátja az órán.

50. Mindig figyeljünk fel a sziporkázó pillanatokra. Ezek a gyerekek sokkal tehetségesebbek és több adottsággal rendelkeznek mint amilyenek gyakran látszanak. Tele vannak kreativitással, pajkossággal, spontaneitással és vidámsággal. Általában mozgékonyak, mindig visszapattannak. Általában nagylelkűek és boldogan segítenek. Általában van bennük valami különleges, ami a környezetükre nagy hatással van.

Ne feledjük, ebben a kakofóniában van valahol egy melódia, egy szimfónia, ami még megírásra vár.

A SERDÜLŐKORÚ TANULÓKNÁL ALKALMAZANDÓ MEMÓRIA ÉS FELFOGÓ-KÉPESSÉG JAVÍTÓ MÓDSZEREK

Nagyon gyakran a tanulási képesség- hiányos gyermekek memóriája gyenge. Általában azonban nem ilyen rossz a helyzet a hallottak teljes feldolgozása terén. Az alábbi lista néhány javaslatot tartalmaz a memória és felfogóképesség javítására.

- A táblára még az óra megkezdése előtt írjuk fel a vázlatpontokat. Ez lehetővé teszi, hogy az osztály felé fordulva beszélhessünk. Annak a tanulónak, aki rossz hallgató, nagyon fontos, hogy kapjon olyan vizuális jelzéseket mint például a szemkontaktus, az arckifejezések és a mozdulatok.
- Győződjünk meg róla, hogy a gyermek figyel.
- Használjunk egyszerű mondatokat. Utasításokat tömondatokban adjunk, egyszerre egyet.
- Az előadásunkat lassítsuk vagy gyorsítsuk aszerint, hogy a tanulók hogyan igénylik.
- A hangsúlyozást és a szüneteket feltűnően érzékeltessük. Váltsunk hangerőt vagy hangszínt a tananyag lényeges pontjainak kiemelésére.
- Jelezzük szavakkal, ha fontos részhez értünk (pl. "most jól figyeljétek" vagy "ez fontos".)
- Sokszor ismételjünk és gyakoroltassunk. A tanulás képesség-hiányos gyermeknek több példára van szüksége a tanulás során.
- Amikor jelképes beszédet alkalmazunk mindig kövesse azt az elhangzottak világos magyarázata is (pl. "Dolgozat ellenőrzés! Nézzétek át a megoldást, hogy ne maradjon benne hiba!")
- Ha fontos anyagrészt tanítunk, ellenőrizzük, hogy megértették-e és elevenítsük fel azzal, hogy visszakérdezzük: "Mit mondtam?" vagy "Foglald össze amit hallottál". Javítsuk ki az esetleges hibákat.
- Adjunk a diáknak időt a válaszadásra. Ez a módszer nagyon hatékony lehet az elhangzottak mélyebb értelmezése érdekében. Ezáltal megtanítható még a késleltetett válaszadás is.
- Ha nem kapunk választ, ismételjük meg pontosan, amit mondtunk vagy mondjuk el másképpen. Ha rossz választ kapunk ismételjük el amit mondtunk.
- Bízassuk a diákot, hogy a szokványos stratégiák segítségével és az általunk tanított mnemonikai eszközök alkalmazásával értelmezze, fejtse meg a környezetében előforduló lényeges, verbálisan kódolt jelzéseket.
- Az előadásaink tartalmazzanak vizuális és audio-vizuális elemeket.
- Engedjük meg, hogy a diák hangfelvételt készítsen az előadásról későbbi felhasználás céljából.

□ Mellékeljük a szóbeli anyaghoz írásos szövegeket, miközben ugyanannak a szövegnek a magnóra rögzített változatát végighallgatjuk. A diák esetleg megállhat minden "adag" (bekezdés, téma) után, hogy szóban és/vagy írásban összefoglalja az anyagrészt a saját szavaival.

Network News, 1997.

JÓTANÁCSOK GYEREKEKNEK

LÁSS HOZZÁ EGY SIKERES ISKOLA ÉVHEZ

Az iskolában elérhető siker titka kizárólag az igyekezet művészete.

Nem kell hozzá sem nagy intelligencia sem tehetség, csupán hajlandóság a kemény munkára.

A következőkben adunk néhány ötletet ahhoz, hogy az új tanévben hogyan szervezd meg a teendőidet.

1. Mindig legyen nálad egy füzet vagy előjegyzési naptár, tehát vidd magaddal minden órára, foglalkozásra. Ebbe azonnal jegyezz fel minden házi feladatot, házi dolgozatot, számonkérést és megbízatást.

NE BÍZZ AZ EMLÉKEZETEDBEN

Ne bízz az emlékezetedben! Írj le mindent azonnal amit a tanár felad!

2. Válassz ki egy kényelmes helyet ahol elvégezheted az otthoni munkát. Bocs, de a földön fekve, hangos zene mellett vagy a TV-vel a háttérben ez nem fog menni.

3. Minden este ülj le a csendes tanuló sarkodban és ellenőrizd a füzetedet.

KÉRD SZÁMON MAGADTÓL

Kezdd azzal, hogy a felteszed magadnak következő kérdéseket:

- Mit kell tennem?
- Mikorra kell ezt elvégeznem?
- Honnan szerezhetem meg a szükséges információkat?
- Hogyan végezzem el a feladatot?

4. Ha már tudod, hogy mit várnak el tőled, oszd be az idődet és fogj hozzá!

HASZNÁLJ EMLÉKEZTETŐKET A HÁZI FELADATHOZ

Az embernek jó az emlékezőtehetsége, már ha használja. A tanulás kulcsa az **emlékezés**. Adunk néhány ötletet, amelyek hasznosak lesznek a tanulási szokásaid javításában:

1. Kezdj minden órát úgy, hogy elhatározod: nagyon fogsz figyelni. Mormolj el magadnak egy emlékeztetőt, hogy mindent meg fogsz érteni abból amit a tanár magyaráz.
2. Kb. öt percenként csendben foglalj össze magadnak az anyagot. Miközben figyelsz, írd le egy-egy megjegyzést a főbb gondolatokról. A fontos szavakat húzd alá vagy emeld ki. Ha valamit nem értesz, jelöld meg, később kérj meg valakit, hogy magyarázza el neked.

VEDD ÉSZRE MIKOR TERELŐDIK EL A FIGYELMED

1. Figyeld meg, hogy mi tereli el a figyelmedet a tanulásról. Igyekezz azon, hogy ne történjen meg újra. Ha azt veszed észre, hogy ábrándozol, próbáld a figyelmedet visszaterelni a feladatra és igyekezz pótolni a kiesett részeket.
2. Mindennap vidd haza a főbb gondolataidról készült feljegyzéseket és bővítsd ki azokat tanuló jegyzettké - térj ki a részletekre is. Eleinte biztosan használnod kell a tankönyvet és az iskolai füzetet is. Később, a gyakorlattal emlékezni fogsz minden kulcs-fontosságú részletre.
3. Nézd át ezeket a feljegyzéseket két napon belül, hogy biztosan megértsd őket és még kétszer, mielőtt egy dolgozatra kezdesz készülni.

Oxford Learning Centre
8763 Bayview, Richmond Hill.

HOGYAN SEGÍTHET A SZÜLŐ A HÁZI FELADATÁT VÉGZŐ GYERMEKNEK

A tanulási képesség hiányával küzdő gyermek számára az iskola frusztrációt és csalódásokkal teli tapasztalatokat jelent. Annak érdekében, hogy az önbecsülést és a fejlődést elősegítsük, fontos, hogy az "otthon" ne jelentse az iskolában szerzett frusztráció és kudarcok folytatását. A "házi feladat - élményt" ezért óvatosan kell megközelíteni, olyan hozzáállással, ami a pozitivitást sugallja, segítő és sikerorientált. A gyermek otthona legyen az a hely ahol kényelemben érzi magát, ahol elfogadják őt és szeretik, olyannak amilyen. Tudnia kell, hogy a szeretetet nem veszélyezteti az iskolai vagy szociális "teljesítménye" !! Egy ölelés sokat jelenthet ennek a célnak az elérésében.

A következőkben néhány javaslatot teszünk azzal a céllal, hogy a házi feladat sikeres és kamatozó élménnyé váljon mind a gyermek mind pedig a szülő részére.

1. Különítsünk el egy olyan "helyet" a házi feladat számára, ami megfelel a **GYERMEK IGÉNYÉNEK**. Nem biztos, hogy a hálószoba csendje ugyanolyan jól megfelel erre a célra, mint például a konyha -asztal. Éppen, mert gyenge a gyermek

szervező képessége, az ábrándozásra való hajlam vagy a feladatból való kizökkenés stb. miatt, jobb ha a tanuló gyermek a konyhában végzi a feladatát, ahol Anyu és Apu is "ott van" és segít a munkában és a figyelem visszatérésében.

2. Válasszunk olyan időpontot a házi munkára, ami megfelel a gyermeknek és a szülőnek. Lehet, hogy iskola után szüksége van egy kis időre, hogy kiengedjen, pihenjen, játsszon vagy egyszerűen kiadja magából a feszültséget. Lehet, hogy egy jó étkezés után több hajlandóság lesz benne, hogy nekilásson a házi feladat elvégzéséhez. Olyan időpontot válasszunk amikor más elfoglaltságok -mint pl. vacsora - nem szakíthatja félbe a munkát.

3. A házi feladat időtartama alkalmazkodjon a tanulási képesség hiányban szenvedő gyermek rövid idejű összpontosító képességéhez. Fontoljuk meg annak a lehetőségét, hogy a házi feladatot "tömbökben" azaz 10 vagy 15 perces darabonként végezze, amelyet szünet követ. Így módon minden új tömbhöz megújult energiával tud hozzálátni.

4. Jelöljük ki elérhető célkitűzéseket az esti házi feladatban. Ha például 20 matek feladatot kell megoldania, helyesírást tanulnia és egy fogalmazást írnia, esetleg engedjük, hogy 5 vagy 6 feladat után térjen át valami másra. A házi feladat ne feltétlenül az anyag pótlása legyen. Ha a házi feladat mennyisége meghaladja a gyermek teljesítőképességét, beszéljünk a tanárral és kérjük, hogy csökkentse azt.

5. Mielőtt a gyermekünk nekilát a házi feladatnak, mondassuk el vele, hogy MIT fog csinálni, HOGYAN fogja elvégezni, és MENNYIT kell elvégeznie. Ezáltal megkímélhetjük őt egy nagy adag frusztrációtól és felesleges idővesztéstől.

6. A gyermek ellenőriztesse velünk a munkáját ha néhány feladattal elkészült. Dicsérjük őt meg az erőfeszítéséért és az eredményeiért. Esetleg kezdjen a legkönnyebb feladattal, ami azonnal sikerélményhez juttathatja és egyben meggyőződhetünk arról, hogy tudja mit kell csinálnia. Lehet, hogy szüksége lesz egy-két kisegítésre, hogy elérje az első sikerélményt!

7. Ezt a sikert építsük bele a házi feladatba. Ha két-három alkalommal kudarcot vallott, térjünk át valami másra. Majd később újból visszatérhetünk erre a feladatra, de lehet, hogy az iskola részéről kell segítséget kapnia hozzá.

8. A szülő szerepe a házi feladat elvégzésében támaszt jelentsen nem pedig nyomozói tevékenységet annak megállapítására, hogy mit NEM csinált meg a gyermek.

9. Fontoljuk meg egy "üzenőfüzet" rendszeresítését, amelybe mind a tanár, mind a szülő beírja a napi munkával kapcsolatos megjegyzéseit, utasításait stb.. Ezt a füzetet naponta hordja magával a gyermek az iskolába. A rendszerességgel küldött üzenetek biztosítják, hogy a kommunikáció nyílt legyen és potenciális problémáknak elejét lehessen venni.

10. Működjünk együtt a gyermek tanárával. Ha kooperatív, folyamatos és nyílt kapcsolatban vagyunk, ahol mindkettőnk számára első a gyermek érdeke, az mindenki számára előnyös lesz. Mindig a gyermek a vesztes ha konfliktusok adódnak, az ő érdekei szenvednek csorbát az ügyek közben.

SEGÍTSÉG A HÁZI FELADAT MEGOLDÁSÁBAN

Azoknak a gyermekeknek, akik elutasítják vagy megpróbálnak kibújni a házi feladat elvégzése alól meg kell érteniük, hogy mi a célja a házi feladatnak és hogyan közelítsék meg a úgy, hogy az hatékony legyen. Az alábbiakban néhány praktikus stratégiai módszert írunk le, amelyek alkalmazása révén a szülő segíthet a megfelelő házi feladat -szokások kialakításában.

- Minden nap ugyabban az időben végezzük a házi feladatot, vagy alkalmazzunk ismétlődő heti beosztást. Vegyük figyelembe a gyermekünk véleményét is a házi feladat készítés időpontjának megválasztásakor pl. közvetlenül iskola után, vagy később, vacsora után.

Ötlet:

• Ha beállítunk egy órát a házi feladat idejének jelzésére az segíthet a rutin kialakításában és csökkentheti a gyermek és a szülők közötti feszültséget.

- A gyermekeknek szükségük van egy kijelölt helyre ahol az otthoni tanulást végzik. Gyakran a legjobb hely a saját szobájukban elhelyezett íróasztal, de lehet az ebédlőasztal vagy a konyhaasztal is. Az ideális megoldás az, ha a gyermek egy csendes helyen tud dolgozni, ahol nem vonja el semmi más a figyelmét.

Ötlet:

• Olyan gyermek esetében, akinek nehezebb esik egy helyben ülni, érdemes megpróbálni egy álló pad alkalmazását.

- Minél kevesebb dolog van, ami elterelheti a figyelmét, annál jobb. Ide értendő a zene és a TV is. A legtöbb gyerek amúgy is éppen eleget nézi a TV-t, és nélküle jobban tud koncentrálni. A zene is elterelheti a figyelmet de ez függ a gyermektől.

Ötlet:

• Az a legjobb ha kiiktatjuk a TV-t és a zenét, kivéve, ha ez hozzájárul a jobb teljesítményhez.

- Úgy lehet a legjobban nekilátni a házi feladat megoldásának, ha gyermek figyelmesen meghallgatta a tanár utasításait és leírta a feladatokat. Mindennap rutinszerűen kezdjük a házi feladatot a lista átolvasásával. A gyermeknek a hosszútávú feladatokkal is kell foglalkoznia, meg kell terveznie, hogy hogyan fogja kisebb részfeladatokra lebontani a munkát.

Ötlet:

• A házi feladat végzése közben tanulási szüneteket iktassunk be: szívjon egy kis friss levegőt vagy egyen egy pár falatot, azután folytassa a munkát.

- A feladatok mennyisége az évfolyamok, a tanár és a tanulótól függően változik. A házi feladat általában növekszik a tanuló korának haladtával de a mennyisége naponta változó és gyermekeként eltérő. Nehéz megjósolni, hogy egy gyermek mennyi időt fog eltölteni otthon egy bizonyos feladattal egy adott napon.

Ötlet:

• A házi feladat megoldására fordított túl hosszú vagy túl rövid idő egyaránt jelentheti, hogy gond van.

- Előfordulhat, hogy ha egy gyermek túl sok időt tölt a házi feladat megoldásával, egyéb kapcsolódó gondok vannak amelyeket meg kell oldani. További utalások lehetnek, ha a gyermek nem tud önállóan dolgozni, ha a feladatokat az utolsó pillanatra hagyja, ha a megoldást későn adja be vagy ha a szülőknek azt mondja, hogy nincs házi feladat pedig van. Ha a szülő aggódik lépjen kapcsolatba az

iskolával. A tanárok értékelik a szülőktől kapott támogatást és a gyermek is profitál az iskola és a szülők között kialakult pozitív kapcsolatból.

Ötlet:

- Ha a tanár és a szülő közösen kialakít egy házi feladat-ellenőrző rendszert, a gyermeknek tisztában kell lennie vele, hogy a házi feladat azért továbbra is az Ő kötelessége.

- A házi feladattal addig nem végeztünk, amíg a gyermek időben be nem adja a tanárnak. A szülők segíthetnek abban, hogy a gyermeknél kialakuljon egy rutin ami magában foglalja az elkészített házi feladat bepakolását az iskolatáskába.

Ötlet:

- Az ajtóra függesztett lista emlékeztetheti a gyermeket, hogy mit kell magával vinnie az iskolba: uzsonna, kulcsok, könyvtári könyvek, tomaruha és házi feladat.

Leslie Hossack