

INTEGRÁCIÓ



Fejlesztő módszerekkel a köznevelés rendszerén belül a fogyatékkal élők integrációjáért, valamint szüleik és az őket oktató pedagógusok mentális egészségének megóvásáért és szakmai ismereteinek bővítéséért

PILOT PROGRAM

FOF2016/54
PROGRAMSOROZAT
DISSZEMINÁCIÓS KIADVÁNYA
2017.

Köszöntő

A 2016-ban sikeresen megvalósított szülősegítő programjának megrendezését követően Alapítványunk a felmerült igényekre reagálva kialakított egy érzékenyítő programsorozatot pedagógusok és leendő pedagógusok részére is. Hisszük, hogy a társadalom érzékenyítését a gyermekekkel kell „kezdeni”, hiszen ők a társadalom építő kövei, és a gyermekek befogadó és elfogadó képessége sokkal nagyobb, mint a felnőtteké. Hisszük, hogy a mentálisan, lelkileg és szakmailag is felkészült pedagógus szakemberek – akikre az integrált nevelési rendszer amúgy is plusz feladatokat ró – támogatása mindenki javára válik.

A komplex program részét képezik, az elengedhetetlen szülősegítő foglalkozások, melyet nem csak a sérült gyermekeket nevelő családok számára látunk szükségesnek, hanem azon szülők esetében is, akiknek az ép gyermeke integrált iskolába jár. A gyermekek számára mutatott iskolai jó példát nehéz rögzíteni, ha a család melyben nevelik, mindezt a szemléletet felülírja.

Örömmel készítjük ezt a disszeminációs kiadványt, hisz az Alapítvány célja egyre tágabb körben tud megvalósulni, melyet nagy érdeklődéssel fogadtak a programban részt vevő a pedagógusok.

Forgassák szeretettel és haszonnal.

Budapest, 2017. április hó.

Dr. Szolnoki János
Csodák Csodája Alapítvány
elnök

Tartalomjegyzék

A PROGRAM RÖVID BEMUTATÁSA	1
PEDAGÓGUSÉRZÉKENYÍTÉS	3
A. A GYÓGYPEDAGÓGUS SZEMÉVEL	6
B. KONDUKTORI TAPASZTALATOK.....	9
C. AHOGY A VÉDŐNŐ SEGÍTENI TUD AZ ISKOLÁBAN	11
D. HUMANOLÓGUS.....	12
E. MEDIÁCIÓ, STRESSZKEZELÉS, KONFLIKTUSKEZELÉS.....	14
SZÜLŐSEGÍTŐ FOGLALKOZÁSOK	17
A. SZÜLŐTTÁMOGATÁS A GYÓGYPEDAGÓGUS SZEMÉVEL.....	19
B. A SZÜLŐK KONDUKTORI MEGTÁMOGATÁSA	21
C. VÉDŐNŐ A SÉRÜLT GYERMEKEK ÉS AZ ISKOLA KÖZÖTTI EGÉSZSÉKAPOCS	23
D. HUMANOLÓGUS – SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS ÉS ÖNISMERET, MINT AZ INTEGRÁCIÓ EGYIK FONTOS MÓDSZERE	25
E. MEDIÁCIÓ A SZÜLŐK, GYEREKEK ÉS PEDAGÓGUSOK KÖZÖTT	27
INTEGRÁLT KONCERTEK.....	29
FELHASZNÁLÁS ÉS FORRÁS	32

A PROGRAM RÖVID BEMUTATÁSA

A FOF2016 pályázat keretében létrehozott **pilot érzékenyítő programunkat** komplexen kívántuk felépíteni a hatékonyság növelése céljából. Programunk komplexitását az adja, hogy a szemléletformálás a különböző szakterületek összefogásán keresztül (gyógypedagógia, konduktor, védőnő, humanológus terapeuta, mediátor) támogatja a pedagógusokat, a fogyatékos gyermekeket nevelő szülőket, valamint a fogyatékos gyermekek adott kortárs közösségét. Mindezt azzal a céllal, hogy a fogyatékos gyermek tágabb környezete megértse és figyelembe vegye az adott fogyatékossgal élő gyermek sajátosságait, és ezek figyelembe vételével támogatni tudja sikeres szociális alkalmazkodását. A programsorozatunknak keretet adó workshopok lehetőséget biztosítottak a sérült gyermeket nevelő szülők, pedagógusok, leendő pedagógusok, szakmabeliek és társszervezetek képviselői számára, hogy egymással és szakemberekkel történő találkozás által kapcsolatépítés, ismeret és információ átadása valósuljon meg.

Ezzel a komplex, egységet alkotó programsorozattal szeretnénk segíteni, nyílt platformot, találkozási lehetőséget biztosítani a sérült gyermekek könnyebb integrálódása érdekében, a szülői és pedagógusi oldal igényeinek és tevékenységeinek egymáshoz közelítésére. A teljes programsorozat fő célja, a sérült gyermekek tágabb környezetbe történő könnyebb integrálódásának elősegítése.

A programsorozat keretében tehát két, egymást támogató programrész került kialakításra és megvalósításra az Alapítvány által éves szinten megszervezett hagyományos integrált koncertek mellett:

- pedagógus érzékenyítés
- szülősegítő támogató foglalkozások

PEDAGÓGUS ÉRZÉKENYÍTÉS

A programrész célja, hogy fejlesztő módszerekkel segítsük a köznevelés rendszerén belül a fogyatékkal élők integrációját, az őket oktató pedagógusok mentális egészségének, javításával, megóvásával és szakmai ismereteinek bővítésével, egy 7 elemből álló érzékenyítő- és fejlesztő program keretében.

SZÜLŐSEGÍTŐ TÁMOGATÓ FOGLALKOZÁSOK

A 2015.-évben az FSZK és az EMMI támogatásával megvalósított szülősegítő programok folytatásaként, további szakemberek bevonásával, hatékonyabb mentális, gyógypedagógiai, védőnői, konduktori és konfliktuskezelési foglalkozásokat kívántunk megvalósítani, speciális megközelítéssel a sérült gyermeket nevelő szülők és családjaik számára.

A kiadvány célja, hogy a két programrészben megélt tapasztalatokat, élményeket, hasznos életszerű információkat megismertessük azokkal a szülőkkel, testvérekkel, szakemberekkel és leendő szakemberekkel, akik az élet e területén érintettek.

PEDAGÓGUSÉRZÉKENYÍTÉS

Az integrált iskolai környezetben nevelkedő fogyatékos gyermekek számára az „ép” közösség egyszerre jelent húzóerőt, mintát és befogadó környezetet, ami elősegítheti a későbbi sikeres beilleszkedésüket a társadalomba. Fontos ez a befogadó társas közeg számára is, mert lehetőséget ad az empátia, elfogadás, segíteni akarás és segíteni tudás gyakorlására, az önismeret erősítésére és a máság elfogadására. Így, a fogyatékos gyermekeket nevelő-oktató intézményi környezetben a sajátos nevelési igényű gyermekek oktatása, nevelése, lehetőséget ad a többi gyermek és felnőtt (elsősorban pedagógus) számára is, hogy szociális készségeik, érzékenységük, az élet értékének tisztelete fejlődjön, erősödjön bennük.

Mindez akkor eredményes, ha a gyermekek és a felnőttek megfelelő érzékenységgel és természetességgel közelítenek fogyatékos társaikhoz. Ezt a folyamatot kívánta támogatni, segíteni a különböző iskolai színhelyeken lebonyolított érzékenyítő programsorozat.

A programrész elsősorban a pedagógusokra irányult, mintát és ötletet adtunk nekik ahhoz, hogy hogyan segítsék ők is a többi gyermekben és szüleikben a fogyatékos társaik elfogadását, a velük való sajátos, mégis természetes bánásmódot.

A program a pedagógusok érzékenyítésével a fogyatékos személyek iránti elfogadást, együttérzést, megértést szolgálta, továbbá a pedagógusok felé is elhivatott szándék volt a megértés és az elismerés kinyilvánítása.

A fogyatékos gyermeket, tanulót nevelő, oktató pedagógusoknak is szükségük van a mentális támogatásra, elismerésre. A fogyatékoság típusától és súlyosságától függően a pedagógusra felelősségteljes, gyakran megterhelő feladat hárul, mert tisztában kell lennie a rá bízott tanuló sajátosságaival, különleges bánásmód-igényével és a módszertannal. Erre a többségi iskolák pedagógusai nem mindig felkészültek, módszertani hiányosságokkal kell megküzdeniük, és gyakran az intézmény-vezetés döntése, nem pedig a saját választásuk a fogyatékos tanulók oktatása.

Sajnos az utazó gyógypedagógiai hálózat túlterhelt, szakember hiánnyal küzd, ezért az integrációt felvállaló intézmények speciális végzettséggel nem rendelkező pedagógusai gyakran egyedül maradnak a fogyatékos tanulókkal kapcsolatos problémáikkal. Ezért tartjuk fontosnak az érzékenyítés mellett (és annak érdekében) a szakmai támogatásukat és mentális állapotuk fejlesztését, megóvását.

Érzékenyítő workshop témakörei

1. "Az integráció és inklúzió fogalma, gyakorlati lehetőségei"
Kovács Éva, Gyógypedagógus, Pedagógiai Szakszolgálat
Nyíregyházi Intézményvezető
2. "A sérült gyermek támogatásának lehetőségei a konduktor szemével a köznevelés keretein belül"
Szakács Andrea, Konduktor
3. "A mediáció és coaching, mint konfliktuskezelő, önismeret fejlesztő módszer a szakmai kiégés veszélye ellen"
Kerecseny Marcell, Mediátor, Tréner

4. "Az önismeret fogalma, jelentősége, hiányának esetleges mentális veszélyei (monotonitás, dehumanizáció, kiégés)
Halász Iván, Humanológus Terapeuta
5. "Az egészség, amire mindenkinek szüksége van"
Csikós Péter, Igazgató, Egészségügyi Alapellátási Igazgatóság
Nyíregyháza

Az érzékenyítő programrész felépítése

1. Filmvetítés és beszélgetés a másság szerepéről, lehetséges értékeiről
2. Veressné Kovács Éva gyógypedagógus- Az integráció és inklúzió fogalma, gyakorlati lehetőségei
3. Védőnői tanácsok – Horváth Ernőné védőnő
4. Egy konduktor tapasztalatai a mozgásfogyatékos gyermekek neveléséről, fejlesztéséről - Szakács Andrea konduktor
5. Kiégés, stresszkezelés és mediáció – Kerecseny Marcell mediátor, tréner
6. Gyakorlati tanácsok, technikák a lelki egészség megőrzésére – Halász Iván humanológus terapeuta
7. Érzékenyítő gyakorlatok - saját élmény szerzése a különböző fogyatékoságok területeiről

A. A GYÓGYPEDAGÓGUS SZEMÉVEL

„Az integráció és inkluzív nevelés lehetőségei a mai köznevelési-közoktatási rendszerben”

Az érzékenyítő foglalkozás a "Pillangócirkusz" film vetítésével kezdődött, mely érzelmi motivációs bázist nyújt a másság megértéséhez, elfogadásához. A film azokat a kérdéseket feszegeti erős képi és érzelmi effektekkal, amelyek a mai magyar köznevelésben is megjelennek:

- Hogyan fogadjuk a másságot?
- Mire taníthat bennünket a „más”, a másík?
- Milyen lehetősége van a többségtől eltérőnek, hogy önmagát kibontakoztatva, felfedezve saját erejét, a különlegességéből fakadó egyediségét?
- Hogyan formálhatja egy pedagógus a tanítványainak szemléletét a másság elfogadásában?

Az elméleti blokkban az integráció és inklúzió fogalmának körüljárása volt a cél. Rövid áttekintést tettünk az integráció és inklúzió társadalmi összetevőiről, illetve megjelenésükről a magyar közoktatási-köznevelési rendszerben.

Kiket integrálunk?

Az interaktív beszélgetés célja a konkrét gyakorlati segítségnyújtás volt, mint helyzetelemzés, intézményi nehézségek feltárása, illetve a folyamatban mi múlik a pedagóguson. Teher-e számára az integráció, meddig terjed a kompetenciája, és hogyan tudja saját önismerete támogatni, akadálymentesíteni ezt a folyamatot.

Ismerniük kell integrációs modelleket, melyek szükségesek a sikeres megvalósításhoz

Fontos cél volt, a saját élmény megszerzése a „másság” megtapasztalásáról a különleges bánásmódot igénylő, tanulók speciális eszközei által. A pedagógusok a „saját bőrükön” tapasztalhatták meg egy-egy érzékszervi, mozgás fogyatékosághoz kapcsolódó korlátozottság érzetét, nemcsak a kerekesszékek, vakvezető botok segítségével, hanem a tanulási akadályozottságból eredő feladatértési, kódolási nehézségeket. Sikerült az élményeket visszacsatolni a fogyatékos gyermekek mindennapjaihoz az intézményekben, és otthoni környezetükben.

Játékos gyakorlatok során a pedagógusok belehelyezkedhettek a fogyatékkal élők iskolai világába. Megmérettethették képességeiket, készségeiket a látássérült, hallássérült, mozgássérült gyakorlatokon keresztül. A pedagógusok így szembesültek a sérült gyermekek „mint befogadó”, az oktatásban átélt, megtapasztalt nehézségekkel (pl. túl gyors beszéd, diktálás, túl halk beszéd, nem jól artikulált kommunikáció a pedagógus részéről). A közlekedés nehézségeit is átélhették a látássérült és mozgássérült fiatalok szemszögéből.

A résztvevők aktívan kapcsolódtak be a beszélgetésbe, majd a saját élmények megtapasztalásába. A foglalkozások során mindvégig nyitottan és probléma-érzékenyen nyilvánultak meg. Szinte minden résztvevő rendelkezett korábbi tapasztalattal a különleges bánásmódot igénylő tanulók oktatásában-nevelésében, szívesen osztották meg tapasztalataikat, sikereiket, felvállalták nehézségeiket. Ismert tény a szakgyógypedagógusok hiánya, minimális utazó gyógypedagógiai óraszámok, valamint a ”többségi” pedagógusok

képzési hiányossága a speciális szükségletű tanulók oktatásában-nevelésében. Szükségszerű lenne ez irányú előadások szervezése, szakszerű információ átadása, érzékenyítő élmények megtapasztalása, mert sikerült a foglalkozások előzetesen kitűzött céljait elérni, visszacsatolni.

B. KONDUKTORI TAPASZTALATOK

A program célja konduktorként a pedagógusok megismertetése a mozgássérült gyermekek pszichés jellemzőivel, korlátaival és azzal, hogyan tudnak segíteni abban pedagógusként, hogy kompenzálni tudják hátrányaikat.

Gyakorlati tanácsok hangzottak el, a tanítók, tanárok részére a mozgássérült gyermekek:

- oktatásával,
- nevelésével kapcsolatban.

Konkrét segítséget kaptak, hogyan tanítsák az írást, olvasást sérült gyermekeknél, mire kell figyelniük, mit várhatnak el, milyen speciális bútorok, íróeszközök, állnak rendelkezésre a sérülteknek az iskolai oktatás támogatására.

Mindannyiunkra nagy hatással volt a mozgássérült fiatal 18 éves lánnyal való beszélgetés, aki saját szemszögéből osztotta meg élményeit a pedagógusokkal az iskolai éveiben megtapasztalt nehézségeiről, befogadról, elfogadról és arról, hogy Ő miként látja a pedagógusok részére a „segítés” lehetőségét az iskolai közösségben.

Életöröm, élni akarás sugárzott róla kerekesszékeiből, ami tanulságos volt, és hálára készíti az embert. Verseket, novellákat, irodalmi blogot ír, rendszeresen találkozik kortárs írókkal. Hivatalos kritikus irodalmi témában azt hiszem, jobban használja talentumait, mint sokan közülünk, akik nem születünk hátránnyal, így elgondolkodtató és inspiráló volt a pedagógusok számára.

Apró, de reformértékű információ hangzott el az intézmények vezetői számára, hogy ennyire nincsenek tisztában a pedagógusok azzal, hogy a mozgássérült gyermekek és felnőttek számára is milyen fontos a mozgás. Oktatás közben, vagy szünetekben rendszeresen tudjanak kiszállni a kerekesszékből, lefeküdhessenek, és megpihenhessenek, kinyújtózhassanak, hiszen ízületi rögzültek alakulnak ki, már viszonylag rövid idő alatt.

Nagyon hasznosnak bizonyult a program, rendkívül pozitív visszajelzések születtek a pedagógusok részéről. Felmerült az igény, hogy a későbbiek folyamán is tartsuk a kapcsolatot és hasonló témában örömmel hallanának előadásokat, beszélgetéseket.

C. AHOGY A VÉDŐNŐ SEGÍTENI TUD AZ ISKOLÁBAN

A szakmai együttműködés pedagógus és védőnő között, az integrált köznevelési területen kiemelt fontosságú. A folyamatos védőnői jelenlét könnyebbséget jelenthet a pedagógusnak, a számára váratlan helyzetet jelentő, sérült gyermekek által megtapasztalható, iskolában előforduló egészségügyi problémák esetében.

Workshop, foglalkozások témái köznevelésen belül:

- Iskolai védőnői tapasztalatok meglátások, tanácsok és információk átadása
- Pedagógusok felkészítése a védőnői feladatok közé tartozó területek kapcsán
- Személyes tanácsadás, egyedi kérdések alapján, esetek, melyekkel a pedagógus már találkozott munkája során

Tapasztalatok:

A pedagógusoknak szükségük van védőnői segítségre, hogy helyén tudják kezelni a sérült gyermeket, tudniuk kell néhány egészségügyi tényt a gyermek betegségével, problémájával kapcsolatban. A kellő információ birtokában, már sikeresebben tudnak segítséget nyújtani a gyermek integrációjával kapcsolatban. Fontos, hogy megismerjék az egyes betegségcsoportok szervezetre, magatartásra gyakorolt hatását. A védőnői tevékenység egyik legfontosabb feladata, hogy felvállalja a kapcsolattartást a szülővel, ezzel teremtve hidat a pedagógus, a szülő, és az egészségügy között.

D. HUMANOLÓGUS

A program egyik legfőbb célja az volt, hogy hatékony segítséget nyújtsunk a köznevelés rendszerén belül dolgozó pedagógusok számára, akik a fogyatékkal élő gyermekeket oktatják, legyen szó korai fejlesztésről, vagy akár szakiskolák, szakgimnáziumok vonatkozásában is.

Előadásainkkal sikerült felhívni a figyelmet a pedagógusok körében az önismeret hiányának mentális veszélyeire:

- belső és külső konfliktusaink megoldatlansága
- depresszió
- dezintegráció
- kiégés, dehumanizáció

Az önismeret által kialakul a valós személyiség, és a helyes „én”-kép, fejlődik a kreativitás, hatékonyabbá, tényszerűvé válik a kommunikáció, javul az önkifejezés. Az önismeret fejlesztésének további célja, hogy tudatosabb, boldog, hatékony, egészségesebb életet élhessen és örökítsen tovább. Mivel a pedagógus legfőbb munkaeszköze a szaktárgyi tudáson kívül a saját személyisége, ezért fontos, hogy tisztában legyen egyéni fejleszthető területeivel, melyet a pedagógiai folyamat szolgálatába állít. Ezért fontos, a társas interakciókban alkalmazott viselkedésminták korrekciója, minőségi javítása mind a magánéletben, mind a munkahelyi kapcsolatok kialakításában, működtetésében.

Az önismeret hatékony segítséget nyújt a kiégés (burn-out szindróma) ellen. A kiégés (burn-out - szindróma), a krónikus érzelmi

megterhelések, stressz nyomán fellépő fizikai, emocionális, mentális kimerülés állapota, mely a reménytelenség, inkompetencia érzésével, célok elvesztésével jár, mely saját személyre, munkára, illetve másokra vonatkozó negatív attitűd jellemez.

Alkalmazott módszer:

- 1.Pilot program számára kialakított önismereti feltáró teszt megírása
- 2.Teszt kiértékelés
- 3.Eredményfüggő technikák ismertetése

A foglalkozásokon résztvevő pedagógusok önként jelentkeztek a személyiséget feltáró teszt megírására, és az azt követő analitikára.

A foglalkozásokat követően új motivációkat, új belső erőforrásokat, személyiségjegyeket ismertek fel önmagukban, mely által emberként, munkájukat stabilabban, türelemmel, és kellő motiváltsággal végezhetik tovább.

A kollegiális közösségen belül, kölcsönös és konfliktus-mentesebb légkört tudnak létrehozni, ezzel is növelve szakmai hatékonyságukat a mindennapi megterhelő oktatási feladatok ellátása közben.

E. MEDIÁCIÓ, STRESSZKEZELÉS, KONFLIKTUSKEZELÉS

A pedagógusérzékenyítő foglalkozás célja az volt, hogy a pedagógusok szakszerű tájékoztatást kapjanak a burn-out (kiégés) jelenség felismerésének fontosságáról, lehetséges okairól, prevenciójának jelentőségéről valamint, hogy kipróbálják egy konkrét problémának, vagy célnak a megbeszélését egy csoportos coaching módszer segítségével. Tény, hogy e munkaterületen a kiégés veszélye magasabb kockázati tényező, mert a pedagógusok jellemzően többet adnak önmagukból, energiájukból, ugyanakkor közel sem biztos, hogy ezt viszonzzzák, vagy megfelelően honorálják anyagi, akár erkölcsi értelemben. Az egyensúly megteremtése elsődleges feladat, hogy megelőzzük a bajt.

A kiégés néhány fontosabb jellemzői, melyet vizsgálniuk kellett magukban:

- folyamatos kimerültség, üresség
- csökkenő teljesítmény
- lelkesedés, motiváció hiánya
- állandó elégedetlenség
- kapcsolatok romlása; jellemzően sok a megoldatlan személyközi konfliktus

A foglalkozások során felhívtuk a figyelmet arra, hogy a leghatékonyabb megoldás a prevenció, és a tudatos, hatékony változtatás az életükben. A foglalkozásokon lehetőséget biztosítottunk csapatépítő, önismeret fejlesztő, problémamegoldó, a csoportos coaching módszerének, az action learning-nek gyakorlati alkalmazására.

Örömmel tapasztaltuk, hogy a résztvevők önként jelentkeztek, miután tájékoztattuk őket a csoportos coaching lényegéről, céljáról, jellemzőiről, előnyeiről.

A coaching sikerességét, pozitív hozadékát mindenki érezte saját bőrén, az egymás közti kommunikáció serkentve volt, másrészt megtapasztalták, hogy milyen egy problémáról nyíltan beszélni egy nyitott, segítőkész közegben, melyben még élő munkahelyi konfliktusok is megoldódtak.

A foglalkozások során a pedagógusok megismerkedhettek egy alternatív konfliktuskezelési módszerrel a mediációval, annak keretrendszerével és céljaival. A sérült gyermekekkel foglalkozó pedagógusok számára sokszor speciális eszközök alkalmazása nyújthatja a segítséget és a megoldáshoz vezető megfelelő utat akár sérült gyermek/szülő és a pedagógus, vagy akár sérült és ép gyermek közötti konfliktusról legyen is szó.

A mediációs konfliktuskezelő módszer technikai elemeinek alkalmazásával a pedagógusok a konfliktusban részt vevő feleket egy mindenki számára megnyugtató, közös megoldás felé tudják terelni. Bemutatva és megtanítva a konfliktusok úgynevezett win-win típusú feloldását.

Ezáltal az ép és a sérült gyermekek egyenlő felekként, közösen találnak megoldást konfliktusaikra, mely által a sérült gyermek is az épekkel egyenrangúan, azonos bánásmódban részesül, emelve bennük az önbecsülést, csökkentve a speciális helyzetükből adódó esetleges „én más vagyok, más elbánást kapok” érzését.

Bár ez a megoldás több időt és energiát vehet igénybe, hosszú távon stabilabb, kiegyensúlyozott, megértésen és mindenki részéről elfogadott – nem pedig nyertes-vesztes – megoldás valósítható meg, sértődöttség, esetleges érzelmi sérülések nélkül.

SZÜLŐSEGÍTŐ FOGLALKOZÁSOK

A tervezett létszámot meghaladva a projekt során összesen 6 alkalommal, különböző szakemberek bevonásával, sérült gyermeket nevelő szülők számára nyújtottunk támogatást. A program célja az volt, hogy segítse gyermekük és speciális helyzetük elfogadását és saját mentálhigiénéjük karbantartását. A csoportfoglalkozások nyitottak voltak, azokon bárki részt vehet.

A foglalkozások célja továbbá az volt, hogy a sérült gyermeket nevelő szülők számára ventillációs lehetőséget biztosítsunk a (mentális/pszichés, érzelmi) szakemberek segítségével, valamint elméleti és gyakorlati tanácsadást, segítséget adjunk, melynek alkalmazásával támogatásra kerül a sérült gyermek önálló életvitelének fejlesztése is.

Résztevő szakemberek: gyógypedagógus, pszichológus, konduktor, védőnő, humanológus terapeuta

A program keretében workshopokon vehettek részt a szülők is.
Workshopok témakörei:

1. "Az egészség, amire mindenkinek szüksége van"
Csikós Péter, Igazgató, Egészségügyi Alapellátási Igazgatóság
Nyíregyháza
2. "Az önismeret hiányának lehetséges veszélye,
konfliktusforrásai szülőként"
Halász Iván, Humanológus Terapeuta
3. "Mire tanít gyermekem-másság a szülők szempontjából"

Kovács Éva, Gyógypedagógus, Pedagógiai Szakszolgálat
Intézményvezető

4. "Egy konduktor tapasztalatai mozgássérült gyerekek neveléséről, fejlesztéséről"

Szakács Andrea, Konduktor

5. "Fogyatékkal élő gyermek egészségnevelése, helyes testképének alakítása védőnői attitűddel"

Horváth Ernőné, Védőnő

6. "Mediáció és coaching mint konfliktuskezelő, önismeret fejlesztő módszer a kiegész veszélye ellen családon belül"

Kerecseny Marcell, Mediátor, Coach

A. SZÜLŐTÁMOGATÁS A GYÓGYPEDAGÓGUS SZEMÉVEL

„Mire taníthat a gyermekem?”

Az előadás célja, hogy gondolatébresztő beszélgetést indítson a jelenlévő szülők és szakemberek között, melynek fókuszában a korai fejlesztésben részesülő gyermekek, és szülei állnak.

- Más-e speciális fejlődésű gyermeket nevelni?
- Látjuk-e gyermekeinkben a különlegességet, amiben egyediek? Mennyire tudunk ehhez mi magunk alkalmazkodni? Kell-e?
- Létezik-e a családi nevelésben is integráció, inklúzió?

A téma erős érzelmeket mozgatott meg, ezért nagyon fontos volt a biztonságos légkör és a körültekintő csoportvezetés. A legfőbb cél a szülői szerepek, kompetenciák erősítése, a szülők érzelmi és mentális támogatása volt.

Alkalmazott módszerként a foglalkozásokon a gyermekekkel együtt vettek részt a szülők, a beszélgetés a gyermekekkel kapcsolatos teendőkre, szakmai információkra irányult. A kötetlen légkör megteremtése és bizalom kiépülése nagyon fontos volt, az irányított kérdések segítettek az alábbi témák körüljárásában:

- A gyermek sajátos fejlődési íve – tapasztalatok a védőnői, orvosi segítségről.
- Nehézségek és ezzel kapcsolatos tabuk a gyermekek gondozásában, nevelésében. A szülőben segíteni annak tudatát, hogy gyermeke nevelése, gondozása közben

vállalhatja, ha fáradt, ha éppen elkeseredett. (Ettől még jó szülő.)

Ki segíthet a gyermek gondozásában, fejlesztésében?

Sok fogyatékos, sérült gyermeket nevelő szülőben (minél kisebb a gyermek, annál inkább) erősebb a bűntudat, ami megnehezítheti az egyébként sem könnyű hétköznapjaikat. A csoportos beszélgetés teret adott a közös feladat, hasonló sors élményében. Ez a közös élmény, segítheti a csoporthoz tartozás érzetét, ami az elszigetelődésre hajlamos fogyatékos gyermeket nevelő szülőknél nem mindig alakul ki.

A foglalkozások során a szülők nyitottabbá váltak a gyermekükkel, családdal, testvérekkel kapcsolatos beszélgetésre, de a szülés, születés, problémákkal kapcsolatos témák sokukban feszültséget keltettek. Csak azok beszéltek, akik szívesen osztották meg gondolataikat, viszont a többiek figyelemmel hallgatták. A beszélgetés nyugodt légkörű volt, a gyermekek is biztonságban érezték magukat, hagyták a szülőket beszélgetni. A foglalkozás után többen ott maradtak még beszélgetni. A foglalkozás a kitűzött célokhoz vezető út első lépcsőfoka volt, mert kialakult a közösséghez tartozás érzése, a szülők értelmi-érzelmi állapota javult, de hatékonyabb támogatásukhoz több alkalomra lenne szükség.

B. A SZÜLŐK KONDUKTORI MEGTÁMOGATÁSA

Fontos tény amely sajnos igen jellemző, hogy a szülők passzivitása több esetben megfigyelhető volt, mely aztán javult, és a résztvevők kezdtek „belemelegedni” és érdeklődést mutatni a téma iránt. Miután megérezték, hogy itt nem oktatásról, okoskodásról van szó, hanem együtt gondolkodásról, tiszteletről és a gyermekeik elfogadásáról, már nyitottabbak lettek és el merték mondani félelmeiket, aggodalmaikat, kérdéseiket.

A befogadás segítése, a nyitottság elérése a szülők részéről elsődlegesen fontos, hiszen csak így lehet számukra segítséget nyújtani. Sajnos sokan számoltak be korábbi rossz tapasztalatukról, a „rendszer” oldaláról megjelenő tehetetlenségről, információáramlás akadályáról, melyet a program során sikerült enyhítenünk.

A szülők számára nyújtott VALÓS segítség első lépése, VALÓS igényeik felismerése, mely nem egyszerű. Sokszor az anyagi és fizikai életkörülmény állapota sem teszi lehetővé számukra az elérhető segítség igénybe vételét. Egy sérült gyermek születése a családba, sokszor a családi „egység” felbomlásával is jár, így az amúgy is megnövekedett mentális, érzelmi, fizikai teher már egy személyre hárul.

A foglalkozások során a legfontosabb kérdés az volt, hogyan lesz a gyermekeik köznevelésbe való beilleszkedése és befogadása, együtt haladása a többi gyermekkel, boldogulásuk az életben. A szülők tanácsot kaptak, útmutatást, hogy ők ebben hogyan tudnak segíteni gyermekeiknek, megkönnyíteni a beilleszkedést.

A szülők, otthon végzendő hatékony feladatokat tanulhattak, melyek alapozó jellegűek, mozgás és idegrendszer fejlesztő hatásuk van, ezáltal a későbbi tanulási és viselkedési problémákat is csökkentheti, önállóságukat elősegíti és élménnyé teheti az otthoni szabad játékot szülő és gyermek számára egyaránt.

A programban részt vevő konduktor naponta találkozik szülővel immár 18 éve, mégis minden szülősegítő alkalom megerősítette benne, hogy a sérült gyermekek szüleivel még inkább tisztelettel és hozzáértéssel kell bánni, mert eleve érzékenyebbek a társadalom, gyermekeik felé irányuló megítélése, megkülönböztetése miatt.

Alapvetően sikeres és hasznos volt a program, sokat tanultak a szülők gyermekeikről, egymástól és egymásról, és nem utolsó sorban mi is tőlük és sérült gyermekeiktől.

C. VÉDŐNŐ A SÉRÜLT GYERMEKEK ÉS AZ ISKOLA KÖZÖTTI EGÉSZSÉKAPOCS

A szülők számára sérült gyermekük iskolai beilleszkedése sokszor aggodalommal teli, hiszen úgy vélik (s talán tapasztalják), hogy az iskolai rendszerben a pedagógusok egészségügyi ismeretei, felkészültsége, akár az intézmény infrastruktúrája nem feltétlenül megoldott.

A védőnők szerepe rendkívül fontos azon köznevelési intézményekben, ahol integrált oktatás-nevelés folyik.

Workshop, szülősegítő foglalkozások témái:

- Otthoni ápolás védőnői támogatása, ismeretátadás, tanácsadás
- Iskolai védőnői tapasztalatok meglátások, tanácsok és információk átadása
- Szülők felkészítése a védőnői feladatok közé tartozó területek kapcsán.

A szülősegítő foglalkozások sikeressége abban nyilvánult meg, hogy a sérült gyermekek szülei magukra vannak hagyva, ezért szívesen vették az új és hatékony védőnői tanácsokat. Nagyon örültek a szakember észrevételeinek.

A segítő foglalkozások alkalmával a védőnő megfigyelte gyermekeik viselkedését, játékát, mozgását, így alkalom nyílt észrevenni például egy kislány rejtett epilepsziás kis rohamait. Javaslatot tett ideggyógyászati kivizsgálásra, ennek köszönhetően, az egyhetes

kórházi kezelés, gyógyszeres beállítás után sikerült a rohamok számát napi néhányra csökkenteni. Egy másik esetben sikerült táplálkozási tanácsokkal segíteni egy autista gyermek szüleit, akik nyitottá váltak a védőnő tanácsaira.

A szülősegítő programrész keretében a védőnő számára lehetőség nyílt arra, hogy ismeretekkel lássa el a szülőket az iskolai integráció elősegítése érdekében azokról a teendőkről, mely megkönnyíti a pedagógusok és iskolai védőnő munkáját. Megismertette a szülőkkel, hogy melyek azok az információk, melyeket már iskolakezdekskor érdemes átadni a gyermekkel foglalkozó szakemberek számára.

D. HUMANOLÓGUS – SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS ÉS ÖNISMERET, MINT AZ INTEGRÁCIÓ EGYIK FONTOS MÓDSZERE

A fogyatékkal élő, sajátos nevelést igénylő gyermek(ek)et nevelő szülők körében fokozottan érvényes a fizikai megterhelés mellett, a mentális/lelki kimerülés és kiégés veszélye. A gyermek születését követően a szülőknek, megterhelő pszichikai fázisokat kell átélniük, úgymint bűntudat, düh, kirekesztettség érzete, életmódváltás, stb.

A foglalkozások célja az volt, hogy a szülők, az önismeret fejlesztése által, a személyiségük feltárását követően, jobban megismerjék önmagukat, rejtett mentális belső erőforrásokat szabadítsanak fel, újra motiváltak legyenek. Ezért a foglalkozásokon alkalmazott csoportosan megírt teszt, az interaktív beszélgetések, fontos életszerű feladatokra irányultak, a szülők választ kaphattak saját mentális egészségük fejlesztésére, fenntartására. A tesztírást követően alkalmat biztosítottunk arra, hogy személyes, egyéni konzultációk által, a szülők specifikus támogatást, technikákat ismerjenek meg, melyet mindennapi életükbe zökkenőmentesen tudnak beépíteni, alkalmazni, ezzel javítva mindennapi életük érzelmi minőségét. A család, mint egység csak akkor tud szeretetben, hatékonyan, konfliktusmentesen létezni, ha az egységet alkotó egyének megfelelő mentális állapotúak, mert csak így tudják kölcsönösen támogatni egymást.

A záró workshop keretében a korábbi szülősegítő önismereti foglalkozásokon nyújtott segítség, úgymint személyiség feltárás, kiégés elleni mentális gyakorlatok otthoni elvégzéséből fakadó pozitív

változások kielemezése volt a fő cél, interaktív beszélgetés keretén belül.

A szülők általi elmondásból kiderült, hogy enyhült büntudatuk, türelmük, motiváltságuk, életkedvük javult. Családon belül javult az érzelmi kommunikáció minősége, több olyan belső konfliktust oldottak meg, amiről eddig még beszélni sem mertek.

Egyéni mentális, érzelmi állapotuk javult, stabilabbnak érzik magukat. A gyermeküket fejlesztő pedagógusok irányába nagyobb bizalmat helyeztek, például a Korai Fejlesztő Centrumban, még ha rövid időre is, de egyedül merték hagyni gyermeküket a gyógypedagógussal a hatékonyabb fejlesztés érdekében.

Azok a szülők, akiknek már kamaszkorú fogyatékkal élő gyermekük van arról számoltak be, hogy újra tudnak örülni, és nem csak a fájdalmat, nehézséget és keserűséget élik meg a mindennapokban.

E. MEDIÁCIÓ A SZÜLŐK, GYEREKEK ÉS PEDAGÓGUSOK KÖZÖTT

A szülősegítő foglalkozások során, a megjelent résztvevők megismerték a kiégés, mint jelenség felismerésének fontosságát, lehetséges okait, prevenciójának jelentőségét.

Célunk volt, hogy ismerjék fel a kiégésre jellemző általános tüneteket, mert a magánéletben ez ugyanúgy megjelenhet, nem csak a munkahelyen.

A főbb jellemzők, melyeket vizsgálniuk kellett önmagukban:

- folyamatos kimerültség, üresség érzése
- lelkesedés, motiváció hiánya
- csökkenő teljesítmény
- állandósult elégedetlenség
- kapcsolatok romlása, megoldatlan folyamatos konfliktusok kialakulása.

Érzékelni és mielőbb tenni ellene rendkívül fontos, mert ezzel nem csak a saját, hanem a családon belüli, közvetlen környezetünk életminőségét is pozitívan befolyásoljuk. A kiégés, mint kockázati tényező, fokozottabb, az olyan élethelyzetekben lévő családoknál, ahol a gyermekvállalás kapcsán, nem csak az általános és mindennapi problémával kell megküzdeni, ugyanis a gyermek speciális helyzete több energiát igényel a szülőktől, akár egy életen át.

Szakmai útmutatást kaptak, hogy mit tehetnek emberként, szülőként a változtatás, változás tekintetében, mely javít mentális és érzelmi állapotukon.

A résztvevők számára meg kívántuk mutatni, hogy az egyszerű apró hétköznapi változástól elkezdve, önismereti tréningen át, a munkahelyváltásig bármi hasznos lehet, mert mindenkinek más és más lehet a hatékonyabb, célravezetőbb út.

A szülőknek lehetőségük volt kipróbálni egy önismeret fejlesztő, problémamegoldó módszert, egy csoportos coaching módszert az action learning-et, melyet családon belül és pedagógusokkal kialakult konfliktusok, feszültséggel teli helyzetekben is alkalmazhatnak.

A csoportos coachingban résztvevő szülők átérezhették, hogy egy-egy megoldandó feladattal, élethelyzettel nincsenek egyedül. Tanulhattak egymástól, tapasztalataikat megoszthatták egymással.

A szülők is megismerkedhettek a mediációs technikával és lehetőségük volt azt gyakorolni szituációs gyakorlatokban. Az elsajátított konfliktuskezelő módszer nagy segítséget jelenthet számukra a családon belüli és az iskolában előforduló konfliktusok hatékony kezelés során.

Célunk többek között az is volt, hogy felismerjék az egymást segítő közösség erejét. Nagyon hasonló problémák várnak ránk nap, mint nap, de ritkán adódik lehetőség ezt megbeszélni környezetünkkel. Reményeink szerint a kialakult mikroközösségek tovább segítik egymást a közös élethelyzet adta úton.

INTEGRÁLT KONCERTEK

A zene mindenké, a zenehallgatás mindenki számára örömforrás. Az zene megszólaltatása összetett, igényes és felemelő érzés. Az integrált koncertben nincsenek falak, melyek megakadályozzák az épek és a sérültek közös élményét.

A Csodák Csodája Alapítvány az elmúlt évekhez hasonlóan immár hagyományosan integrált koncertet szervez, amennyiben lehetőség van rá, akár több alkalommal is. A 2016-2017. évi koncertek újdonságát az adja, hogy lehetőségünk nyílt olyan koncert szervezésére, ahol a koncertet ép és sérült előadók közösen adták.

A Fof2016/54 pályázat kapcsán megvalósuló **első integrált koncert** karácsony idejére esett.

Karácsony érzelmileg, tartalmilag gazdag ünnep. Erre az alkalomra számtalan szépséges dallam született, melyet népi hangszereken lehet megszólaltatni. Koncertünket a népiesebb dallamok gyűjteményéből választottuk, de jeles irodalmi művekkel színesítettük. Bella Péter tekerőlantos dallamait a megjelent közönséget bevonva is megszólaltattuk. Sérült gyermekek, előadók irodalmi műveket adtak elő. Színjátészó körünkkel előadtuk Max Lucado: Különleges ajándék c. meséjét, mely az ünnep üzenetét hordozza. A karácsonyi koncerten ép és sérült zenészek és vendégek részvétele közös élményben részesít. Meghívottjaink között nem csak gyermekek voltak, hanem idősebb vendégek is megjelentek, akiknek a gyermekek játéka, és jelenléte különös ajándék. Kicsik, nagyobbak, sérültek, épek közös játéka,

egymásra válaszos módon felhangzó dallamok egészen különleges élményt nyújtottak.

Az előadás végén lehetőség volt egymással találkozni, beszélgetni. Idősek, fiatalok, épek, sérültek sok felejthetetlen gondolattal, emlékekkel és élménnyel, de leginkább sok szeretettel távoztak az előadástól. Igyekeztünk az ünnepre hangolni a jelenlévőket, akik nem kis megfeszítéssel mentek tovább otthonukba folytatni a szép ünnepi készüléteket.

A második koncertünket a Tavasz köszöntése jegyében terveztük.

Az idei hideg tél után a várva várt napsütés mellett a magyar népzene dallamcsokrával ünnepeltük az új élet ébredését. Verseink, tavaszköszöntőink hatalmas tárháza bőséges anyagot nyújt ilyen jellegű programok számára. Népi játékok, mondókák segítenek a gyermekeknek, fiataloknak az önfeledt szórakozásban.

Olyan játékokat kerestünk, ahol nem jelent hátrányt a mozgásban akadályozottság. Kezdetben felmelegítésnek közös népdaltanulás volt. Fogyatékkal élő zenészek is társultak a dallamok megszólaltatásában. Képzett népi játékmester vonta be a gyerekeket játékokba. Pihenésképpen versekkel, mondókákkal ajándékoztuk meg a megjelenteket. Játék, dal, irodalom mindenkinek örömforrás lehet. Jól szervezve épek és fogyatékkal élő fiatalok sok élménnyel gazdagodnak.

A közösen megtanult, együtt énekelt dallamokkal, játékokkal, énekekkel, versek megszólaltatásával tettük színessé programunkat, ahol a fiatalok (és kevésbé fiatalok) vidám hangulatban töltötték a délutánt.

Mindig levonható az a tanulság, hogy szabadidős programokon, versenyhelyzet nélkül feloldódnak, eltűnnek a gátak sérült és ép emberek között.

FELHASZNÁLÁS ÉS FORRÁS

- Borítókép - logoopenstock.com
- Fszk logó – Fof2016 kötelező tartalom
- Emmi logó – Fof2016 kötelező tartalom
- Creatív commons - wikipedia

A kiadványban megjelenő tartalom a Csodák Csodája Alapítvány kizárólagos tulajdonát képezi.

A kiadvány a Creative Common licenz alapján szabadon felhasználható:



Nevezd meg! — A szerzőt megfelelően fel kell tüntetned, hivatkozást kell létrehoznod a licencre és jelezned, ha a művön változtatást hajtottál végre. Ezt bármilyen ésszerű módon megteheted, kivéve oly módon, ami azt sugallná, hogy a jogosult támogat téged vagy a felhasználásod körülményeit.



Ne add el!



Így add tovább! — Ha feldolgozol, átalakítod, vagy gyűjteményes művet hozol létre a műből akkor a létrejött művet ugyanazon licencfeltételek mellett kell terjesztened, **mint az eredetit.**

A kiadvány az



Fogyatékos Személyek
Esélyegyenlőségéért
Közhasznú Nonprofit Kft.

és az



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

támogatásával valósult meg.

CSODÁK CSODÁJA ALAPÍTVÁNY

1139 Budapest,

Kartács utca 17/b

www.csodak-csodaja.hu

**A disszeminációs kiadvány az Alapítvány weboldaláról ingyenesen
letölthető a Creative Common licenz alapján**

Csodák Csodája Alapítvány
2016-2017.