

# Szemléletformálás

Kézikönyv

a fogyatékosügy területén megvalósuló szemléletformáló alkalmak szervezéséhez



SLACHTA MARGIT  
NEMZETI SZOCIÁLPOLITIKAI INTÉZET

### Szerkesztők

Farkasné dr. Gönczi Rita  
Szemők Krisztina

### Szerzők

Farkasné dr. Gönczi Rita  
Fülöp Tibor  
Petrus József  
Szabados Miklós  
Szemők Krisztina  
Tantó András  
Tóth Gábor  
Veress Éva Ilona

### Szakmai Lektor

Kovács Zsuzsanna

### Nyelvi lektor

Cs. Bánhalmi Andrea  
Katona Krisztina

### Grafikus

Tóth Melinda Eszter

### Arculat és borítóterv

Farkasné dr. Gönczi Rita

A borító és kiadvány képek a pixabay.com és az istock.com felületről származnak.

ISBN 978-615-82367-0-6

### Felelős kiadó

Dr. Tóth Tibor  
Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézet  
Minden jog fenntartva.

2023



# Tartalomjegyzék

Bevezető .....	6
A szemléletformálás fogalma és irányultsága .....	7
A szemléletformálás keretei.....	11
Módszertan a szemléletformáláshoz .....	17
<b>Óvodás korosztály (4–7 évesek)</b> .....	17
<b>Általános iskola alsó tagozatos korosztály (7–11 évesek)</b> .....	22
<b>Általános iskola felső tagozatos és középiskolás korosztály (12–18 évesek)</b> .....	29
<b>Felnőtt korosztály (19 éves kortól)</b> .....	34
1. Szituációs gyakorlatok.....	41
1.1 Mozgássérülés .....	42
1.1.1 A festő.....	42
1.1.2 Két keréken, négy keréken.....	42
1.1.3 Öltözködés ujjak nélkül.....	43
1.1.4 Egy lyukon bebújsz, két lyukon kibújsz. Hogy is van ez?.....	43
1.1.5 Szívószálcsata .....	43
1.1.6 Szendvicsezzünk! .....	44
1.1.7 Kerekecske, gombocska .....	44
1.1.8 Foci, kicsit másként.....	44
1.1.9 Szlalom, ahogy még nem próbáltad .....	45
1.2 Látássérülés.....	45
1.2.1 Láthatatlan előadás .....	45
1.2.2 Kockaépítés .....	46
1.2.3 Gyöngyfűzés .....	46
1.2.4 Hol a párja?.....	46
1.2.5 Illat a konyhában .....	47
1.2.6 Illatok a fürdőszobában .....	47
1.2.7 Rend a szobában .....	47
1.2.8 Színezzünk! .....	48
1.2.9 Puzzle .....	48
1.2.10 Segédeszköz-bemutató.....	48
1.2.11 Mit eszünk?.....	49
1.2.12 Aláírókeret.....	49
1.2.13 Nem is olyan titkos titkosírás .....	49
1.2.14 Vásárlás a fűszerboltban .....	50
1.2.15 Kérek 20 forintot!.....	50

1.2.16	Közlekedj ügyesen! .....	50
1.2.17	Ügyintézés .....	51
1.3	Hallássérülés.....	53
1.3.1	Hallatlan történet .....	53
1.3.2	Nézd csak! Mutatom.....	53
1.3.3	Mit mond? Csak egyszerűen! .....	54
1.3.4	Mit mond? Haladóknak.....	54
1.3.5	Kezes kis pletyka .....	54
1.3.6	Mit mond? Segít a számítógép.....	55
1.4	Értelmi fogyatékoság (intellektuális képességzavar).....	56
1.4.1	Csodabolt.....	56
1.4.2	Adok, kapok, elfogadok? .....	56
1.4.3	Fogalmazz KÉK-en! .....	57
1.4.4	Bandzsa Halamandzsa Halandzsa.....	57
1.5	Autizmus (autizmus spektrum zavar).....	58
1.5.1	Napirend .....	58
1.5.2	Tanuljunk együtt!.....	58
1.5.3	Szó szerint .....	58
1.5.4	Mi van a képen?.....	59
1.5.5	Káosz-köszö.....	59
1.5.6	Olló forgó .....	59
1.6	Beszéd- és nyelvi fogyatékoság .....	60
1.6.1	Nem forog a nyelv .....	60
1.6.2	Zöldség – gyümölcs .....	60
1.6.3	Szabadulóasztal.....	61
1.7	Súlyos-halmozott fogyatékoság esetén alkalmazott augmentatív és alternatív kommunikáció (AAK) .....	61
1.7.1	Locsi-fecsi.....	61
1.7.2	Kimondani a kimondhatatlant .....	62
1.7.3	Érd el! .....	62
1.7.4	Boardmaker chit-chat .....	62
2.	A specifikus szituációs feladatokon túlmutató tréninggyakorlatok.....	63
2.1	Együttműködést támogató gyakorlatok.....	63
2.1.1	Névtanuló játék labdával.....	63
2.1.2	Névtanuló játék asszociációval.....	63
2.1.3	Atomokból molekulák .....	64
2.1.4	Közös csomó.....	64
2.1.5	Változási görbe .....	65

2.1.6	Papírtorony .....	65
2.1.7	Figyelem és összpontosítás .....	65
2.1.8	Hogy érzed magad? .....	66
2.1.9	Összenőve .....	66
2.1.10	Varázs Garázs, az autójavító műhely .....	67
2.1.11	Konstruktív hallgatás .....	67
2.1.12	Zin Obelisz .....	68
2.2	Energetizáló gyakorlatok .....	69
2.2.1	Álljunk csoportba! .....	69
2.2.2	Beszél a kéz.....	69
2.2.3	Álljon fel, aki! .....	69
2.2.4	Stop! .....	70
2.2.5	Élőképek .....	70
2.2.6	Joe, a vadnyugat réme.....	71
2.3	Előítélettel és egyenlő eséllyel foglalkozó gyakorlatok.....	71
2.3.1	Leírás, értelmezés, minősítés – LÉM .....	71
2.3.2	Leila és Mohamed .....	72
3.	Film- és könyvszemle .....	74
3.1.	Filmajánló.....	74
3.2	Könyvajánló az NSZI polcáról .....	75
4.	Mellékletek .....	77
5.	Felhasznált irodalom .....	120



# Bevezető

Az egyenlő esélyű hozzáférés biztosításának legfőbb feltétele a társadalmi elköteleződés a fogyatékosok területén megjelenő hátrányok csökkentése érdekében. A fogyatékos személyek akadálymentes társadalmi részvételét a többségi társadalom kirekesztő szemlélete gátolhatja. A fogyatékosüggyel kapcsolatos tudatosság azt jelenti, hogy az emberek megismerkednek a fogyatékos személyek életét érintő kérdésekkel, sikerekkel és nehézségekkel. Történhet ez a folyamat sokféle formában, akár hosszabbtávú evidencia alapú pedagógus tevékenység során vagy akár alkalmanként tudatosan tervezett tevékenységek formájában.

A kiadvány a fogyatékosügyi szemléletformáló eseményeket szervező és megvalósító szakembereknek készült, akik tudatos ismeretátadással kívánják segíteni az emberek fogyatékosügyi ismeretszerzését. A szakember fogalmát tágan értelmezzük, ezért egy külön fejezetben foglalkozunk a szemléletformálás eredményes megvalósításához szükséges kompetenciákkal.

Az elfogadás folyamatát a tudatos szemléletformálási tevékenység biztosítja, amihez nélkülözhetetlen néhány, a pszichológiában ismert fogalom elsajátítása, amelyeket más szakmák is átvettek és alkalmaznak hatékonyságuk növelése érdekében. Ilyen például a holdudvarhatás alkalmazása a marketingben, aminek segítségével növelni tudják a kereskedelmi forgalmat. Fontos kiemelnünk, hogy a jelen szakmai kiadványt nem pszichológusokkal együttműködve és nem a pszichológia tárgykörére készítettük. A gyógypedagógia területének egyik tevékenységéhez nyújtunk ismereteket, ehhez más tudományterületek eredményeit, kompetenciáit is beemelve, tiszteletben tartva az érintett szakágakat.

A Szemléletformáló kiadványcsomag egy módszertani útmutatót tartalmaz, melyhez három különböző korosztálynak szóló munkafüzet kapcsolódik. A módszertani útmutató két nagy egységből épül fel. Az első a szemléletformálás egy vagy néhány alkalmas megvalósítás módszerének leírása, amely korosztályonként bemutatja a teljes felkészülést, megvalósítást, foglalkozási tervvel és feladatötletekkel. Ennek következtében a különböző korosztályoknak szóló módszertani ajánlások között néhol átfedés tapasztalható. A kiadvány második egysége a gyakorlatban megjelenő feladatok leírását és az ahhoz kapcsolódó mellékleteket tartalmazza. A munkafüzeteket úgy készítettük el, hogy füzetként vagy akár önálló feladatlaponként is használhatók legyenek a szemléletformálási programban, illetve az eseményt követően is hasznos legyen az érintett célcsoport számára. Például a korcsoport pedagógusával vagy otthon, a szülőkkel közösen is használhassák a gyermekek, hogy így további ismeretekhez jussanak.

A módszertani útmutató a 2020-ban, a Nemzeti Fogyatékosügyi és Szociálpolitikai Központ és az általa működtetett MONTÁZS projekt Információs és Koordinációs Pontjaiban működő fogyatékosügyi tanácsadók szemléletformáló tevékenységének tapasztalatai alapján készült, ezért azonnal használható, gyakorlatias ismereteket tartalmaz. Mindemellett az útmutató és a munkafüzetek nem helyettesítik a saját élményt, a saját tapasztalatot és a szakma ismereteinek tudatos elsajátítását. A kiadvány felépítése és a benne található technikai megoldások a szemléletformálás tervezéséhez szükséges háttér-információk tematizált gyűjtését és az azok közötti könnyebb tájékozódást szolgálják.

# A szemléletformálás fogalma és irányultsága

Farkasné dr. Gönczi Rita

A szemléletformálás mindig tudatos tevékenység, aminek során a fő célunk, hogy pontosan megfogalmazott üzeneteket közvetítsünk, és így támogassuk a sokszínűség felismerését, elfogadását közös tevékenységek során. A tudatos tevékenységhez szükségünk lehet némi pszichológiai és önismeretre, amely nem egyenlő a pszichológusok részletes és mély tudástartalmával. Ismernünk kell, hogyan épül fel és működik általában az attitűd, hol tudunk csatlakozni, mik befolyásolhatják a szemléletünket.

A szemlélet szó szinonimája a nézőpont, megközelítés, hozzáállás, viszonyulás, vagyis valamivel kapcsolatos véleményünk. A norma keretein belüli tartalmakhoz való viszonyulás, melyeket már jól ismerünk, megszoktunk, nem okoz különösebb problémát, viszont az aktuális normán kívül eső területektől idegenkedhetünk. A normától való eltérés bizonytalanságot okoz a megszokott helyzetekben, mert nem ismerjük a működését. Az ismerethiány idegenkedést eredményez, vagyis az elfogadás gyengüléséhez vagy hiányához vezet. Mindezt tovább bonyolítja többek között a már említett holdudvarhatás vagy más néven halo-effektus, amely kognitív torzításként a minket ért benyomás alapján befolyásolja a témával kapcsolatos gondolatainkat, ítéletünket. Ez esetben hogyan lehetünk reálisak, igazságosak?

Az **attitűd**, amelynek szinonimája a szokás, a viselkedés, a magatartás, a hozzáállás, a viszonyulás, Allport (1979) megfogalmazásában pontosan a tárgyakra és helyzetekre adott egyéni reakció irányítójaként szerepel, vagyis egy mentális készenléti állapot. Az attitűd három elemből épül fel. Az első a **kognitív összetevő**, amely meghatározza a tárgyakhoz, helyzetekhez való viszonyunkat az arról meglévő tudásunk, ismeretünk alapján. Ez a tudás sohasem egyetemes, hanem az általunk objektívnek, elfogadhatónak vélt tudás. A második az úgynevezett **affektív összetevő**, amely a céltárgyra vagy helyzetre adott kedvező vagy kedvezőtlen érzésünk. A harmadik a **konatív összetevő**, amely az attitűd tárgyával vagy a helyzettel kapcsolatos viselkedésünket határozza meg (Budavári-Takács, 2011).

A fogyatékoságügyben ennek szerveződése lehet – többek között – a következő:

- kognitív összetevő: *sztereotípiá*
- affektív összetevő: *előítélet*
- konatív összetevő: *diszkrimináció*  
(Galambos et al. 2017, 6)

A fentiek alapján érthető, hogy amikor a diszkrimináció fogalomkörével foglalkozunk a szemléletformálás során, akkor a szándékozott attitűdváltásnak az csak az egyik lába. Amennyiben csak az egyik lábat célozzuk meg, elérhetünk egy kis elmozdulást a szemléletben, de semmiképpen sem hosszú távú, maradandó változást.

Mit kell még ismernünk, hogy a szemléletformálási törekvésünk sikeres lehessen?

Szemléletünket a bennünk működő szelektív szűrők befolyásolják, vagyis az, hogy figyelünk-e az adott témára, hogyan viszonyulunk ahhoz. A szűrők segítenek, hogy már átélt helyzetben gyorsan tudjunk reagálni. A szűrők kettős helyzetet teremtenek a szemléletünkben. Egyrészt gyorsá tesznek minket, másrészt szűkítik a témához kapcsolódó viszonyunkat. Ennek mentén a szűrők a megjelenésük ideje és fajtája szerint csoportosíthatók.

A szűrők fajtái megjelenési formáik szerint az adott egyénnél:

- tudás, amit már megismert,
- tapasztalás, amit már átélt,
- hit, nézet, amiben hisz,
- kultúra, amelyben felnőtt (Svelta, 2014).

A szűrők fajtái megjelenési idő szerint:

- *explorációs fázis*: a témával kapcsolatosan a figyelmi szakasz előtt hozunk döntést, hogy érdekel-e a téma vagy sem;
- *szelektív figyelmi fázis*: a téma ugyan érdekes, de az egy időben érkező különböző ingerek kioltják egymást. Például érdekel egy műsor, de ha beszélnek hozzám, nem tudom, hogy pontosan mi történik benne;
- *megértési fázis*: a témára tudunk figyelni, viszont valamilyen megértést akadályozó körülmény miatt azt nem tudjuk befogadni;
- *elfogadási fázis*: amikor megértjük a témát, akkor még mindig lehetséges, hogy a szűrőink által nem tudjuk elfogadni azt (Svelta, 2014).

A szűrők tudat alatt működnek, és nagyfokú tudatosságra van szükség, hogy a szűrők működését kismértékben befolyásolhassuk. Ennek megfelelően hatással van a sztereotípiára és az előítélet kialakulására.

A szemléletünk nemcsak egy témával, hanem mindig önmagunkkal is kapcsolatos. Önmagunkkal szemben a szemlélet kétféle formáját ismerjük dr. Carol Dweck óta, aki iskolások körében végzett kutatásai alapján elkülönítette a rögzült és a fejlődési szemléletet

([https://www.ted.com/talks/carol\\_dweck\\_the\\_power\\_of\\_believing\\_that\\_you\\_can\\_improve?language=hu](https://www.ted.com/talks/carol_dweck_the_power_of_believing_that_you_can_improve?language=hu) – angol nyelvű előadás, magyar felirat beállítható).

A rögzült szemlélet az önmagunkhoz való olyan hozzáállás, amelynek során nem vagyunk képesek különböző dolgok véghezvitelére, míg a fejlődési szemlélet esetén látjuk magunkban a lehetőséget, hogy elérjük a céljainkat. A szemléletformálás sikerének egyik kulcsa a saját tevékenységünk által keltett hatásba vetett hit, és a másik ember megismerését követően az ő fejlődési szemléletének támogatása.

*A szemléletformálás az a tevékenység vagy tevékenységsorozat, amely az érintett személy vagy csoport adott témához, személyhez, dologhoz való hozzáállását, viszonyulását valamilyen mértékben befolyásolja vagy módosítja.*

A szemléletformálással kapcsolatosan Magyarországon eleinte a szituációs helyzetek biztosítása volt a mérföldkő, ahol a résztvevők szimulációs eszközök segítségével



saját élményt szereztek. Később többen is érzékenyítés néven végezték ezt a munkát. A szituációs helyzetek alkalmazásának előnye, hogy a résztvevők bepillantást kapnak a sajátos döntési helyzetekbe. Emellett - kétélű fegyverként - veszélyes is lehet, mert a negatív megtapasztalás erősítheti a fogyatékos személyekkel kapcsolatos sajnálat érzetet, a tehetetlenség képzetét, amely a morális és medikális szemléletű kapcsolódást mélyítheti. Napjainkig sokféle szervezet, intézmény, cég, magánszemély végzett – és végez ma is – érzékenyítő tevékenységet, amiben talán az egyik legjelentősebb az érdekvédelmi és más civil szervezetek mai napig tartó aktivitása a fogyatékoságügy területén. Kiemelkedő volt a 2003 júniusában indult Ability park, amely eleinte csak rendezvényeken jelent meg, majd egy ideig saját kiállítótérrel is rendelkezett (Nonprofit.hu, 2007). Ez volt az eddigi legkomplexebb és a foglalkoztatás területén is példamutató, egyenlő esélyű hozzáférést biztosító kezdeményezés. Azóta főleg a fogyatékoságügygel foglalkozó civil szektorban erősödött az érzékenyítő foglalkozások biztosítása, különböző korosztályok és célcsoportok számára. A sikeres munkákról a szervezetek által készített különböző kiadványokban olvashatunk.

Az érzékenyítés fogalmát az elmúlt években a szemléletformálás vette át, amely pontosítja a tevékenység célját. Jelen időszakban még mindkét fogalom használatban van, melyek közül a kiadvány a szemléletformálás kifejezést alkalmazza konzekvensen. Ahogy a fogalom változik, úgy változik a tevékenység formája, módszer- és eszköztára. Az egy vagy pár alkalmas tevékenységek mellett megjelentek a hosszabbtávú rendszeres kutatáson alapuló módszerek: szemléletformáló alkalomsorozatok, képzések, workshopok.

Az evidencia alapú programok közül kiemelkedik az MTA-ELTE Autizmus Szakmódszertani Kutatócsoport által kidolgozott és hatásvizsgálattal alátámasztott Csillagbusz Inklúziós Intervenciós Program (CSIIIP), mely már rendszerben támogatja a többségi iskolába járó alsó tagozatos gyermekeket az integráltan tanuló, autizmussal élő osztálytársaik megértésében. A fél éves program keretében a különböző tevékenységek során stratégiákat tanulnak, amely generalizáltan más területeken is hasznukra válik. A programhoz kapcsolódik részletes útmutató, mesekönyv, feladatgyűjtemény, pedagógusképzés (MASZK, 2020).

A szemléletformálás célcsoportja is meghatározza a megvalósítás formáját, idejét, módszereit és eszközét. A Vakok Állami Intézete például egészségügyi dolgozók felkészítése során mutatja be a mintalakását annak érdekében, hogy szinte valós környezetben tapasztalják meg a később akár védőnőként dolgozó szakemberek a vak személyek gyermekgondozási kompetenciáit. Ebben az esetben kiemelten a hospitálás, megbeszélés módszerét alkalmazzák, amely során szakmai kérdések és válaszok alapján szereznek ismeretet.

Az ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Kar keretei között megvalósuló DAT program a piaci környezet számára 3 alkalmon keresztül nyújt szemléletformáló tevékenységeket stratégiai építettséggel, melyben többek között megjelenik a közös gondolkodás, „élőkönvtár”, kooperatív tevékenykedtetés módszerei. <sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> A DAT projektről a következő linken olvashat részletesebben: <https://www.elte.hu/content/kozeliteni-kell-az-egymastol-kulonbozo-tarsadalmi-csoportokat.t.27030>

A fogyatékosügy témáival foglalkozó szemléletformáló egyszeri vagy több alkalomból álló tevékenységeket országos szinten szervezetek, intézmények végeznek eltérő módszerekkel, eszközökkel, így ennek a területnek a módszertani sokszínűsége tapasztalható.

A folyamatot támogatva már az Országos Fogyatékosügyi Programról szóló 10/2006. (II. 16.) OGY határozat (továbbiakban OFP) 2007–2013 közötti időszakra meghatározott szakpolitikai irányai között is szerepelt a társadalmi szemléletformálás szorgalmazása. A törekvést az Országos Fogyatékosügyi Programról a 2015–2025 közötti időszakra szóló H/3586. számú országgyűlési határozati javaslat *III. Beavatkozási területek, tematikus célok. 1. A fogyatékos emberek társadalmi befogadását támogató szakmai fejlesztések* című egységében pontosította, így a fogyatékos személyek társadalmi befogadása érdekében kutatások eredményeire is alapozott, országos szemléletformáló programok indítását javasolja. A 3. pontjában, mely a korai fejlesztés, oktatás, képzés területével foglalkozik, külön kiemeli a köznevelésben részt vevő gyermekek személyes tapasztaláson alapuló ismeretszerzését, amely felnőttkorukban meghatározza a fogyatékos személyekhez való viszonyulásukat. A határozat szorgalmazza az óvodás és iskolás korosztály megszólítását hiteles tapasztalati szakértők bevonásával, ami a közös élményekre alapozottan a résztvevőkben erősíti az emberjogi megközelítést. Az új határozat a fentiek alapján komplex módon közelíti meg a társadalmi szemléletformálás feladatkörét.

A szemléletformálás fogalma a 2007-es OFP-ben már szerepel, viszont a köznyelvben még az érzékenyítés, érzékenyítő foglalkozások megnevezést használták. A 2010-es években kezdődött az érzékenyítés kifejezés elhagyása és a szemléletformálás fogalom használatának elterjedése.

A fogyatékosügygel kapcsolatos szemléletformáló alkalmak céljai:

- a résztvevőket saját élményeiken keresztül megismertetni a témával,
- pontos üzeneteken keresztül az elfogadást kialakítani, valamint
- a mindennapokban használható tudást, együttműködési praktikákat bemutatni.

A különböző szemléletformálást végző személyek eltérő célok mentén dolgoznak. Az általános információnyújtáson túl megjelennek kimondottan az együttműködésre vagy kommunikációra specializálódott személyek. A résztvevők a szerepükben is igen eltérőek lehetnek, például tapasztalati szakértő, szakember, segítő, családtag. Létszámát tekintve az egy főtől a csoportos foglalkozás vezetéséig minden forma megtalálható köztük.

# A szemléletformálás keretei

Farkasné dr. Gönczi Rita, Fülöp Tibor, Petrus József, Szabados Miklós, Szemők Krisztina, Tantó András, Tóth Gábor, Veress Éva Ilona

Az ember egyik sajátossága az ismeretlennel kapcsolatban, hogy fél tőle. A társadalom perifériájára szorult csoportokkal kapcsolatban sok tévhit merülhet fel, amelyeket nehéz feloldani. Néhány ember számára érthetetlen lehet, hogy nem kell félni a marginalizálódott csoportok tagjaitól. Az, hogy kitaszítottá válnak a társadalomban, olyan teher, amit a társadalom tagjai együttesen tudnak csökkenteni. Ehhez viszont ismeretre van szükség, amelyet a szemléletformálással lehet megadni. Ebben a fejezetben a szemléletformálás „hogyan”-ját járjuk körbe.

## A szemléletformálás feltételei

A szemléletformálás tudatos, tervezett tevékenység. Ennek mentén a terv elkészítéséhez először áttekintjük a kereteinket és lehetőségeinket. A szemléletformálás sikerének elemei, amelyeket meg kell határoznunk:

1. a téma vagy üzenet
2. a szemléletformálásban kompetens személy
3. a szemléletformálás célcsoportspecifikus, időbeli, lokális, motivációs behatárolása
4. a szemléletformálás során alkalmazandó módszerek, munkaformák
5. a személyi és tárgyi feltételek biztosítása
6. a szemléletformálás folyamatának tudatos építése

A következőkben ezeket vesszük sorra annak érdekében, hogy transzparenssé tegyük a szemléletformálással kapcsolatos feladatok hálóját.

### 1. Téma, üzenet

A szemléletformálás célja a célcsoport számára egy vagy több üzenet közvetítése az érintett témával kapcsolatban. Pontosan megfogalmazott üzenet az, amely instant formában beépül és hosszú távon mélyebb és szélesebb hatást ér el a célcsoportban. Az üzenetet mindig a célcsoport által használt és értett nyelvi kódon adjuk át, hogy maga az üzenet a téma ismeretének érzetét biztosítsa. A nyelvi kód sok szempontból eltérő lehet: például korosztálytól vagy képzettségtől függően. Másként fogalmazunk egy óvodai csoportnak és másként egy középiskolás szemléletformáló alkalmon. A célcsoport számára érthető üzenet egyben az előző fejezetben megfogalmazott félelem az ismeretlentől érzet ellenpólusát adja. Az üzenet célja szerint többféle lehet, például ismeretnyújtó, érzelmekre ható, cselekvést módosító. Ismeretnyújtás az, ha egy adott csoportot minél szélesebb körben bemutatunk és ezáltal megismertetünk a társadalom tagjaival. Érzelmre ható lehet, ha együttérzést vagy azonosulást váltunk ki vele. Végül cselekvést módosító lehet az, ha együttműködés kezdeményezését eredményezi.

Nézzünk egy példát! A téma és az ahhoz pontosan megfogalmazott üzenetek:

Témánk: *hallássérült személyekkel való együttműködés*

Üzenetek:

- *Gondoskodjunk arról, hogy megfelelő látási viszonyok legyenek!*
- *Biztosítsunk jó szájról olvasási képet!*
- *Biztosítsunk a hallássérült személlyel történő kommunikációhoz megfelelő környezetet!*<sup>2</sup>

## **2. A szemléletformálást végző személy kompetenciája**

A szemléletformálást végző személy a szemléletformálás témáját (ebben az esetben a fogyatékoságügyet) a célcsoportra adaptáltan olyan módon mutatja be, hogy azáltal a célcsoport attitűdjének eltérő összetevőiben változást idéz elő. A munkája során figyelembe veszi a résztvevők igényeit, szükségleteit, és azok alapján alkalmazza vagy módosítja a módszerét és eszközét, hogy a kitűzött céljai megvalósuljanak (az üzenet célba érjen). Szemléletformáló személy lehet tapasztalati szakértő, szakember, családtag, fogyatékos személlyel kapcsolatban álló személy. Fontos, hogy a különböző szempontból szerzett tapasztalatokat, megismert információkat tudatosan adja át.

Csak az tudja jól bemutatni az általa képviselt csoportot, aki maga is tagja annak és/vagy szakembere ennek a témának. Az a leghatékonyabb, ha tapasztalati szakértő mutatja be a csoportot. Ebben megoszlanak a vélemények, mert van, aki az adott csoport tagját is annak tekinti, és van, aki csak azt, aki amellet, hogy tagja a bemutatandó csoportnak, még szakmai ismeretekkel is rendelkezik a témában.

A szemléletformálással foglalkozó személy olyan kompetenciákkal (hozzaértés) kell, hogy rendelkezzen, amelyek lehetővé teszik, hogy az általa bemutatott témáról – a közvetített üzenet mentén – a partnerek szemléletében változás induljon el. A szemléletformáló személy kompetenciahálója leginkább talán a tréneri munkához szükséges kompetenciákhoz hasonlít.

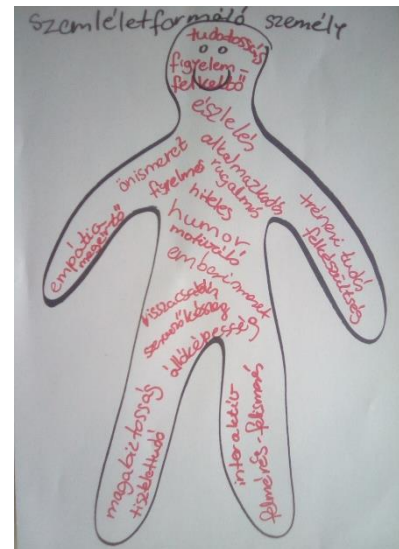
**Témában szerzett ismeret.** A szemléletformáláshoz a témával kapcsolatos **elméleti és gyakorlati tudás** szükséges, továbbá annak elhelyezése az azt érintő szélesebb rendszerekben. A szemléletformáló személy a témaválasztás példája kapcsán ismerje a hallássérülésből eredő sajátos élethelyzeteket, speciális kommunikációs lehetőségeket. Mindemellett rendelkezzen **alapvető ismeretekkel a fogyatékoság fogalomrendszeréről**, a további sérülésspecifikus területekről, a társadalmi befogadást előmozdító egyenlő esélyű hozzáférést támogató tevékenységekről (például nagyothalló személy esetén a jó szájról olvasási kép biztosításának szempontjairól). A szemléletformáló személy képes legyen az élete során szerzett **tapasztalatok** és begyűjtött **ismeretek tudatosítására** (saját megtapasztalás és azon túl az ahhoz kapcsolódó további egyéni különbségek árnyaltságának ismerete). Éppen ezért fontos, hogy az, aki a szemléletformálást célzó eseményt tartja, megfelelő

---

<sup>2</sup> A fenti üzenetekhez hasonló további üzenetek, javaslatok megtalálhatók a 2019-ben megjelent Fogyatékos személyek a KÖZszolgáltatás ÜGYfelei. Komplex kisokos a fogyatékos emberekkel történő kommunikációhoz című kiadványban. A kiadványhoz az irodalomjegyzékben található elérhetőség.

szakmai felkészültséggel rendelkezzen, vagyis a bemutatni kívánt célcsoporttal kapcsolatosan megfelelő tudás birtokában legyen. Ez azért is elvárás, mert ellenkező esetben, ha valaki csak felületes tudással vagy ismeretek nélkül kezd bele a szemléletformálásba, éppen ellenkező hatást ér el, és negatív benyomást kelt az esemény résztvevőiben. Éppen ezért, ha valaki nem rendelkezik kellő információval, ne tartson szemléletformálást célzó eseményt, mert többet árt, mint használ! Irreleváns információkat közöl és terjeszt a többségi társadalom felé, ezzel megnehezíti azok munkáját, akik valós, hiteles információt közvetítenek. A szemléletformáláskor az adott információknak súlyuk van. A szemléletformáló személy ezek közvetítésével és megosztásával, megtanításával a bemutatni kívánt célcsoportról olyan tudást oszt meg, amelynek segítségével a sokszor diszkriminatív, elutasító magatartást megpróbálja elfogadóvá tenni.

**Készségek – jártasságok.** A szemléletformáló személy esetében előnyös, ha **tréneri** készségekkel rendelkezik, ami jó alapot ad a munkához. A téma ismerete mellett rá kell hangolódnia az együttműködő személy(ek)re, így alkalmazkodva a munka során felmerülő igényekhez. Ehhez szükséges az **empátia**, vagyis beleérző képesség. A szemléletformálás során fontos a **helyzetfelismerés** és a megfelelő **reagálás**, a **problémamegoldó** és a jó **kommunikációs** készség. A kommunikáció során figyelni kell a megfelelő hangnemre, hangmagasságra, hangszínre, ritmusra, beszédtempóra. Szükséges a jó artikuláció, nem szabad motyogni. A megjelent résztvevők reakciói informatívak, legyenek azok verbális vagy nonverbális jelzések, és azok ismeretében – akár az előadás során vagy a feladathelyzeten – tudni kell változtatni. Az információ átadása a fontos, nem az, hogy csak „lenyomjuk” az adott alkalmat!<sup>3</sup>



**Személyes értékek.** A szemléletformáló személy egyik értéke a **hitelessége**, ami egyben a témában átadott üzenet hitelessége. Továbbá a személye **informatív**, **figyelemfelkeltő**. A hitelesség elérhető a témát érintő saját élmények megosztásával vagy az azzal kapcsolatos tudás bemutatásával.

**Attitűd.** A szemléletformálás egyben példamutatás is, így **elfogadó**, **szociálisan érzékeny**, **nem minősítő** hozzáállásra van szükség.

**Személyiségvonások.** Az ön- és társselfogadó személyiségvonáshoz társul az elfogadó attitűd, amely így a szemléletformáló személyben egy egységet alkot, ami szintén biztosíthatja a hitelességét. A szemléletformálás során hasznos személyiségvonás lehet – a teljesség igénye nélkül – a **magabiztosság**, a **nyíltság**, a **türelem**, a **humor**, a **vállalkozószellem**, a **kitartás**, a **dinamizmus**, az **interaktivitás**, a **felelősségvállalás**, a **szerepmegtartás**, a helyzetekben a **háttérbe vonulás**.

<sup>3</sup> A képen látható rajz a jelen fejezet írása során készült. A tapasztalati szakértőkkel a „szerep a falon” nevű drámajáték segítségével dolgoztuk ki a szemléletformáló személy kompetencialistáját. Ez képezte a mostani fejezetben olvasható kompetencialista alapját.



Továbbá szükséges az **alázat, türelem, kedvesség**. Például oldani lehet a hangulatot kedvességgel, finom humorral. Ekkor a résztvevők is nyitottabbá válnak, megnyílik az út az információk befogadása felé, hiszen erre van szükség a későbbi elfogadáshoz, a célcsoporttal kapcsolatos diszkriminatív álláspont formálásához. Ha valaki ezt erőből, esetleg durván, erőszakosan próbálja megvalósítani, akkor falakba fog ütközni, és a szemléletformáláson részt vevők passzívvá válnak, bezárkóznak, így az előadótól és a csoporttól is elzárkóznak. Mindig megfelelő hangnemben, inkább kérve, mint követelve érdemes a szemléletformálást tartani.

**Motiváció.** Kérdés, hogy mi mozgatja a szemléletformálást végző személyt. Milyen motivációk mentén végzi a munkáját? Például siker- vagy önkifejezés-orientált lehet. A tevékenységhez szükséges továbbá erős vágy a tanulás és megértés iránt, kíváncsiság és érdeklődés, valamint pozitív életszemlélet.

A **kompetenciahatárok betartása** biztosítja, hogy szemléletformáló tevékenységet folytatunk, és nem nyúlunk át más tevékenységformákba. A kompetencia elemeinek fenti rendszere kevés emberben található meg egyszerre, de rendszeres gyakorlással, tanulással, önfejlesztéssel az ismeretek és az alkalmazott módszerek bővíthetők. A **feladattal kapcsolatos kompetenciahatárok betartása** a tevékenységgel kapcsolatos **felelősségvállalás** és az **önismeret** alapjain nyugszik. Példánk alapján a szemléletformálás során a szemléletformáló személynek nem kompetenciája a jelnyelv oktatása.

### **3. A szemléletformálás célcsoportspecifikus időbeli, lokális és motivációs behatárolása**

A szemléletformálás megkezdése előtt mindenképpen egyeztetni kell annak kereteit. Ahogy az első pontban az üzenet kapcsán már említettük, a célcsoport jellemzőinek ismerete kiemelten fontos az üzenet célba érkezése miatt. Például más módszer és feladatok összeállítása szükséges egy általános iskolás csoport és egy munkahelyi szabadidős program esetén. A célcsoport kapcsán a következőket érdemes ismerni:

- létszám,
- korosztály,
- összetétel,
- előismeret vagy
- érintettség a témában,
- motiváció.

A megrendelő lehet a célcsoport része vagy kívülálló, aki az aktív tevékenységben nem jelenik meg. A megrendelő adja a szemléletformálási tevékenység keretét, így kulcsfontosságú a vele való egyeztetés és folyamatos együttműködés.

A szemléletformálásra rendelkezésre álló idő is jelentősen befolyásolja a módszer és feladatmennyiség megválasztását. Egészen más feladat egy egész napos esemény feladatainak összeállítása, mint egy 45 perces osztályfőnöki óráé.

A lokális behatárolás maga a szemléletformálási tevékenységet meghatározó helyszín, amely lehet offline vagy egy része online. Offline esetén lehetséges, hogy egy standnál kis helyen vagy nagy területen, például egy tornateremben kell

tevékenykedni. Az offline helyszínnel kapcsolatosan nélkülözhetetlen információ: *méret, felosztás, fedett/szabad tér, szeparált/integrált a többi térrel, helyszín által biztosított berendezések, egyenlő esélyű hozzáférés, balesetvédelem*. Részben online lehet például a szemléletformáló alkalom, ha egy tapasztalati szakértőt online eszközzel vonunk be a foglalkozásba. Az online térrel kapcsolatos nélkülözhetetlen információk: *platform és lehetőségei, kép- és hangátvitel, létszámnak megfelelő megjelenítés, megosztási lehetőségek*.

#### **4. A szemléletformálás során alkalmazandó módszerek és munkaformák**

A szemléletformálás a tréneri munkához hasonlóan széles módszertárt használ. A módszerek és munkaformák megválasztását mindig az előző pontban részletezett keretek szabják meg. Egy szemléletformálási alkalmon belül, a célunknak megfelelően, többféle módszer is alkalmazható. Néhány példa a módszerekre:

- előadás, mesélés, elbeszélés
- elemzés (film, kép, hangjáték, mese, történet, cikk)
- esetfeldolgozás
- fogalomalkotás, fogalomgyűjtés
- magyarázat, értelmezés
- kérdés-felelet (például villámkérdések – 20 kérdés)
- vita, mediálás
- feladat, játék
- szimulációs helyzet (például életvezetés, sport)
- szemléltetés
- szerepjáték
- projektmunka
- otthoni munka
- közös élményű alkotás (például rajz, festés, ragasztás, vers vagy történet írása)
- közös zenélés, éneklés

A szemléletformálás során többféle munkaforma is alkalmazható, erre néhány példa a munkában részt vevők létszáma alapján:

- egyéni munka
- páros munka
- csoportmunka (kis csoport, nagy csoport)
- frontális (a foglalkozást tartó személy által irányított foglalkozási forma, melyben a résztvevők párhuzamosan végzik ugyanazt a tevékenységet)

#### **5. A szemléletformálás személyi és tárgyi feltételei**

A szemléletformálás céljához és az üzenetátadáshoz választott módszereket a célcsoport, a helyszín és az idő mellett az is meghatározza, hogy milyen személyi és tárgyi feltételek adottak a munkához. A tárgyi feltételek egyik csoportját a már említett tréneri eszközök adják, a másikat a témánk speciális eszközei.

Tréneri eszközök	Témaspecifikus eszközök
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ film</li> <li>▪ hanganyag</li> <li>▪ poszter, kép, roll-up</li> <li>▪ rajz</li> <li>▪ szöveg</li> <li>▪ mese</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ segédeszközök (hosszú bot, fényjelző)<sup>4</sup></li> <li>▪ segítő vagy terápiás állat</li> <li>▪ képernyőolvasó szoftver (Jaws for Windows, NVDA)</li> <li>▪ kisegítő lehetőségek okostelefonra (TalkBack – Android, VoiceOver-iOS)</li> <li>▪ appok (önálló életvitel, AAK-ra Fell!)</li> </ul>

A személyi feltételeket is a szemléletformálás keretei szabják meg: például hányan lesznek a célcsoportban, egy csoportban tudnak dolgozni vagy bontásban, mennyi idő áll rendelkezésükre. A szemléletformálás során sokszor dolgoznak forgó rendszerű kis csoportokban, ahol egynél több, legtöbbször 3–5 személy vezeti, moderálja a feladatokat. A szemléletformálást végző(k) mellett megjelenhetnek a témában jártas vagy érintett személyek, akik bizonyos feladatokban vesznek részt: például a szemléletformálásra meghívott előadó vagy tapasztalati szakértő, aki az érdekvédelmi munkájáról mesél röviden.

#### 6. A szemléletformálás folyamatának tudatos építése

A tevékenység három fázisra bontható (előkészület, megvalósítás és a lezárás), amelyek mindegyike további részegységekből épül fel. Fő szempont a tudatos tevékenység. A következő fejezetben a különböző korosztályoknak szóló szemléletformáló alkalom tudatos felépítésére nézünk gyakorlati példákat.



<sup>4</sup> Segédeszközök kölcsönözhetőek az NSZI-n keresztül.

# Módszertan a szemléletformáláshoz

Farkasné dr. Gönczi Rita

Ebben a fejezetben a szemléletformálás megismert kereteit figyelembe vevő módszertani ajánlások olvashatók korosztályokra bontva, amelyeket gyakorlati tervek és ötletek bővítene. Négy különböző korosztály számára megvalósítható, általunk már kipróbált, több foglalkozási tervet mutatunk be, amelyek mindig a célcsoport egyedi szükségleteire vagy igényeire szabhatók.

## Óvodás korosztály (4–7 évesek)

Az **óvodás korosztály** fő tevékenysége a játék, hát **játsszunk velük!** Szervezzünk számukra cselekvéses szemléletformáló feladatokat. A kiscsoportosok többségének az első időszak a beszokással telik, számukra új a környezet, az óvó nénik. Később a szabályok megismerésével, megértésével és megtanulásával foglalkoznak, és persze játszanak. Emiatt a középső csoportban ajánljuk a szemléletformáló alkalmak szervezését. A vegyes korosztályú óvodai csoportok ezt felülírják. A gyerekek az óvodában a **funkcionális játékok** (pakolás, rakosgatós) mellett **szerepjátékokat** (például főzős, eladós), **konstruáló** (építő) és **szabályjátékokat** játszanak. A szemléletformáló alkalmat érdemes a már ismert gyermeki játékokhoz igazítani. Hasznos lehet az óvodai **napirend** betartása és a **csoportszoba tereinek rutinokhoz igazodó használata**. Például a csoportbeszélgetést érdemes a megszokott közös kör területén megvalósítani. Sok esetben ez egy szőnyeg, ahova az óvónő a gyermekekkel körben leül. Ilyenkor egy témát szoktak feldolgozni mondókával, beszélgetéssel, esetleg fejlesztő játékot játszani. Természetesen az **udvarra** is szervezhetünk feladatokat, ilyenkor számolni kell az **átöltözési** idővel. A napirend kapcsán fontos az óvónővel történő egyeztetés, hiszen sok óvodában a gyermekek 9 óráig érkehetnek be, majd reggeliznek, így 10 órától 11.30-ig szoktak foglalkozást tartani, amit kézmosás, terítés követ az ebédig. A gyermekek napirendjéhez igazodás azt a biztonságot adja nekik, hogy a megszokott időben történnek az események.

Az óvodás korosztályban általában a **beszéd – amely a gondolkodás kifejezőeszköze – ugrásszerűen fejlődik**. A kiscsoportos gyermekekre a **szituatív beszéd** (amit csinál, azt el tudja mondani), míg a nagycsoportos gyermekekre a **kontextusos beszéd** jellemző. A kontextusos beszéd esetében már nincs szükség a konkrét cselekvésre, hogy a tapasztalatait mondatokba foglalja. A szemléletformáló alkalom cselekvéses feladatai az óvodás gyermekek számára megszokott információszerzési lehetőség, amiről saját tapasztalataik alapján beszélgetni is tudnak. A 4-5 éves korosztályra jellemző a „**miért?**” **korszak**, ami alapján várhatóan sok „azért” típusú válasszal kell tudnunk reagálni.

Érdemes olyan játékokat vinni a szemléletformáló alkalomra, amelyeket már ismernek, így az újszerű megvalósításra figyelnek majd. Például a **boltos szerepjátékban** (a kiadvány feladatgyűjteményében található 1.2.5 Illat a konyhában című játék szerepjátékká alakítása) vihetünk illatmintákat műanyag tárolóban, aminek alapján

venniük kell valamit. A szemüket eltakart gyermekek a vásárlók, akik műanyag edényekben kapnak illatmintákat, és ha megtalálták, amit venniük kell, jelentkeznek. Ha ügyes a csoport, akár a kijelölt pénztárig is eljuthatnak, ahol megveszik a terméket. A pénztárig való eljutás lehet nyílt terepen vagy vezetősáv (például széksor) biztosításával. Ezekről az élményekről a beszélgetős körben megoszthatják tapasztalataikat. Lehet **óvó nénit játszani**, hogy a szemléletformáló személy az óvó néni, és utasításokat ad hang nélkül. Az a gyerek, aki le tudja olvasni a szájáról a feladatot, megcsinálja. Később a gyerekek is lehetnek óvó nénik. A **konstruáló játékok** sora végtelen, hiszen minden építőjáték alkalmas lehet a különböző sérülésspecifikus feladatok kipróbálására. Például Lego, dupló, Jenga, Babilon, Csillagépítő, óriás korongépítő, Babi építő vagy az ügyesebbeknek Pötyi kirakó használata eltakart szemmel, hangirányítással, vagy hang nélkül, az utasítás szájról olvasásával, vagy csak egy perspektívából látható fotó segítségével, vagy csak lábbal építéssel.

## Előkészület

Az előkészület során pontosítjuk a szemléletformáló alkalom kereteit, áttekintjük a szükséges személyi és tárgyi feltételek biztosítását, és megtervezzük az alkalmat. A tervezés tudatos felkészülést jelent a tevékenységre. Nem lehet ugyanazt a foglalkozást egy óvodás csoportnak és egy hivatal ügyintézőinek megtartani.



Nézzünk néhány szempontot, amire érdemes figyelni!

- ✓ *Kinek?*
  - ✓ *Mit?*
  - ✓ *Mikor?*
  - ✓ *Hol?*
  - ✓ *Ki?*
  - ✓ *Mivel?*
  - ✓ *Hogyan?*
- **Gyűjtsünk információt** az óvodás csoportról (érdeklődés, szokások, érintettség a témában) és a helyszínről!
  - Az **üzenetünket** fogalmazzuk meg az óvodások nyelvén!
  - Válasszunk olyan **játékokat**, **szituációs feladatokat**, amelyek az üzenet megértését segítik!
  - A kiválasztott feladatokat szabjuk a helyszínre és az időkerethez!
  - A feladatokat állítsuk **sorrendbe** (például fokozatosság, általánostól a pontos információig vagy fordítva)!
  - A tevékenységünk egyben **példamutatás** lesz, amit az óvodások követnek, ezért figyeljünk a mozdulatainkra, mondatainkra!
  - A kiválasztott feladatokhoz nézzük át, hogy megvannak-e a **személyi és tárgyi feltételek!** Vonjuk be az óvónőt a tervezésbe, így rá is számíthatunk a foglalkozás során, és elő is tudja készíteni a csoportot.
  - A foglalkozási tervet érdemes egyeztetni az óvónővel, aki jól ismeri a gyerekeket.

## Megvalósítás

A megvalósítás alapvető célja az óvodások játékos felkészítése a fogyatékos emberekkel történő bátor kommunikációra és az egyenlő esélyű hozzáférés szemléletének megértésére.



A megvalósítást az elkészült terv alapján, a spontán helyzetekre rugalmasan reagálva végezzük. Az óvodásokkal is érdemes először ráhangolódó tevékenységet folytatni: például **bemutakozás keresztnévvel és ovis jellel, képekkel kísért tájékoztatás a programról, mondókázás, szógyűjtés**. Az alkalom lebonyolítása során fontos az ovisok testi, lelki biztonsága és balesetvédelme. Szükség esetén a kiadvány második felében található feladatokat az ovis korosztályra adaptáljuk. Például a helyszínen derül ki, hogy több gyermek nem tud ollóval vágni. Ebben az esetben a vágást tépéssel helyettesíthetjük.

A szemléletformáló személy részéről kellő alázat szükséges az óvodások irányába. A gyermekek a saját nyelvükön pontosan megfogalmazzák a feladattal kapcsolatos gondolataikat és érzéseiket. Érdemes ezekre építeni, és az üzenetet ezekből kibontani.

A megvalósítás öt szakasza óvodás csoportban:

- 1) **Helyszíni közvetlen előkészület:** ilyenkor **ellenőrizzük**, hogy minden **személyi és tárgyi feltétel** adott a megvalósítás következő szakaszához. Például kellő számú lapot másoltunk az óvodásoknak szóló munkafüzetből. A csoportszobában elhelyezzük a szükséges eszközöket, figyelve, hogy mi legyen elérhető, mi az, amihez még ne jussanak hozzá az ovisok. Mindig csak az a dolog legyen elől, amivel dolgozunk, mert a többi eltereli a figyelmüket, illetve balesetet, meglepetést okozhat. A terem helyszíneit a gyermekek által megszokott tevékenységekre használjuk, például a rajzolás, színezés a csoportasztaloknál történjen.
- 2) **Ismerkedés, a téma bevezetése:** ilyenkor érdemes a már említett névtanulós kört csinálni, és röviden mesélni a programról. Akár egy témát feldolgozó mesével is kezdhetünk (a Szemléletformáló óvodásoknak szóló munkafüzetben található egy mese és további mesejavaslatok).
- 3) **A szemléletformálás konkrét témájának és üzenetének kifejtése:** az óvodás csoportban cselekvéses feladatokat végzünk, a tervünk alapján. Például a látássérülés kapcsán a gyermekek **csukott szemmel a csoportszobában található tárgyakat adnak körbe**, amelyeket már ismernek. Ha a tárgy körbeért, akkor megbeszéljük, hogy mi volt, miről ismerték fel, hogyan adták egymásnak a tárgyat. Például megszólították egymást vagy hadonásztak. A következő tárgy körbeadásánál már lehet alkalmazni a megbeszélte ötleteket, javaslatokat. A hallássérülés szimulálása történhet úgy, hogy **szavakat mondunk hang nélkül a gyerekekkel szemben, a kezünket a szánk elé tartva, egy papírért lehajolva**. Megbeszéljük, hogy ki mit értett és milyen helyzetben.
- 4) **Zárás:** a tervezett üzenetet ilyenkor direkt módon, együtt fogalmazhatjuk meg. Például a hallássérüléssel kapcsolatosan: *egyenesen a hallássérült ember felé fordulva beszéljünk! Beszéd közben ne tegyük a kezünket a szánk elé!* Akár mondókába is foglalhatjuk, amit a foglalkozás végére megtanulunk. *(Beszéljessünk szemtől szemben, elhajolni nem kellene. A számat nem takarom, lehajolni nincs okom.)* Az alkalom végén a részvétel megköszönése mellett mindenképpen fogalmazzuk meg, hogy számunkra miért volt pozitív

élmény a közös munka. A gyermekektől megkérdezhetjük, hogy melyik feladat volt a legjobb, vagy mit mesélnek majd el otthon a szüleiknek.

- 5) **Elpakolás:** a foglalkozás eszközeinek és segédeszközeinek elpakolásakor az ovisok körülöttünk keringhetnek. Például valamit szeretnének még megnézni vagy nekünk segíteni. Pontos instrukcióval, egyszerű mondatokkal jól irányíthatók az óvodás gyermekek. Így valóban hasznos segítségünkre lehetnek a pakolásban.

## Lezárás

A lezárás fázisában gondoljuk végig a megvalósított szemléletformáló alkalmat, a gyermekek szóbeli visszajelzését. Amennyiben a szemléletformáló tevékenységet megrendelésre végeztük, úgy egy komplett összefoglaló készíthető, amely tartalmazza a témát, az üzenetet, az alkalom felépítését és a visszajelzéseket.

## Segédletek

Az **óvodásoknak szóló munkafüzet** iskola-előkészítő típusú játékos feladatokat tartalmaz (például pontösszekötő vagy párkereső feladatok). Így az óvodások a megszokott feladathelyzetben, ezáltal biztonságos feladatformában találkoznak a számukra esetleg új eszközökkel. A munkafüzet – a foglalkozás tervének megfelelően – egyben és lapjaira bontva is használható. A vegyes csoportokban a munkafüzet lapjai differenciált tevékenységet tesznek lehetővé. Például a kiscsoportosok kiszínezik a képet, a középső csoportosok és a nagycsoportosok összepárosítják az azonos képeket. A munkafüzet ábráit csak kontúrral készítettük, hogy mindegyik képet kiszínezhessék a gyermekek. A munkafüzet végén található beszélgető képek lehetőséget adnak, hogy a gyerekek a szemléltető foglalkozáson vagy később az óvónővel, szülőkkel is beszélgessenek a témáról. A feladatlapon szereplő, könnyen érthető kommunikációval készült rövid szövegek is ezt a célt szolgálják. A munkafüzet végén található napirend kivágható, így a napirendkészítő feladat is a korcsoportnak megfelelő differenciálással végezhető. Például a kiscsoportosok a kivágott képeket beragasztják a napirendbe, a középső csoportosok vagy ragasztanak vagy rajzolnak, míg a nagycsoportosok maguk rajzolják le a napirendet. A munkafüzetnek nem célja a teljes és alapos információnyújtás, inkább a gondolatébresztés.

A **jelen kiadvány gyűjteményéből a szituációs játékok közül** néhánynak a sorszama és címe szerepel, amelyek az óvodás korcsoporttal elvégezhetőek, a mellékletből pedig a **színezők** kiemelhetőek. Javasolt szituációs feladatok:

- 1.1.1 A festő
- 1.1.2 Két keréken, négy keréken
- 1.1.3 Öltözködés ujjak nélkül
- 1.2.1 Láthatatlan előadás
- 1.2.2 Kockaépítés
- 1.2.3 Gyöngyfűzés
- 1.2.4 Hol a párja?
- 1.2.5 Illat a konyhában

- 1.2.6 Illat a fürdőszobában
- 1.2.7 Rend a szobában
- 1.3.1 Hallatlan történet
- 1.3.2 Nézd csak! Mutatom
- 1.3.3 Mit mond? Csak egyszerűen!
- 1.5.1 Napirend

## Foglalkozási terv

A következő **foglalkozási terv** egy integrációs feladatot mutat be, ahol egy kerekesszékes kisgyermek érkezik a csoportba. A foglalkozás során kb. 5-10 perces feladategységekkel dolgozunk, hogy a gyermekek figyelmét folyamatosan lekössük. Egyszerű, jól érthető üzenetet közvetítünk a szemléletformálás során. A hangsúly az együttműködésen, a közösségi élményen van.

## Integráció támogatása

Korosztály: óvodai vegyes csoport

Foglalkozás ideje: max. 40 perc (a gyermekekhez igazítottan)

Téma: kerekesszékes kisfiú érkezik a csoportba, felkészülés

Üzenet: Ugyanúgy gyerekek vagyunk! Együtt játszunk

Feladat	Idő	Módszer	Eszköz	Megjegyzés
<b>Bemutakozás</b> <i>Mi a neved, mi a jeled?</i>	2 perc	csoportmunka	–	–
<b>Gyermek-kerekesszék megismerése</b> <i>Hoztam egy eszközt, megmutatom. Ki tudja mi a neve és mire jó?</i>	3 perc	csoportbeszélgetés	gyerekméretű kerekesszék	időt kell hagyni, hogy megtapogassák, körbejárják. Legyünk figyelmesek, nehogy baleset legyen belőle (például valaki becsípi az ujját)
<b>Szituációs helyzet</b> <i>Ki ült már ilyenben? Mire kell figyelni? Most kipróbáljuk vele a közlekedést a szobában. Figyeld meg, mi könnyű, mi nehéz!</i>	15 perc	egyéni munka	gyerekméretű kerekesszék	ha ügyesebb gyereket látunk, feladatot kérünk tőle: például hozd ide a polcra a könyvet, ezt a játékot tedd el, teríts meg ebédre. Ha a feladat nem megy, segítséget kaphat egy társától

<p><b>Feladatlap a munkafüzetből<sup>5</sup></b>  <i>Aki végzett, az asztalnál az óvó nénivel egy összekötős és egy színezős feladatot tud csinálni</i></p>	<p>szimuláció alatt</p>	<p>egyéni munka</p>	<p>feladatlapok az óvodás munkafüzetből</p>	<p>az óvónő bevonása segít, hogy ne legyen unatkozó gyerek. A gyerekek a várakozás ideje alatt kitöltik a feladatlapokat, ha szükséges, akkor majd később vagy otthon befejezik</p>
<p><b>Nehézségek és megoldások</b>  <i>Sorba megyünk, mondd el, mi volt nehéz, mi volt könnyű!</i></p> <p>Ha végigmentünk, kérdezzük meg, hogyan oldanák meg a nehézséget</p>	<p>10 perc</p>	<p>közös megbeszélés</p>	<p>–</p>	<p>az óvónő segít a megbeszélésben. Fontos, hogy megszólaljon, mert a következő egységet ő vezeti</p> <p>a nehézségek megoldási javaslatait azonnal ki is próbáljuk</p>
<p>Az új kisfiú érkezésének bejelentése  <i>Az óvó néni elmesélte nektek, hogy érkezik egy kisfiú, akít X-nek hívnak. Szerintetek hogyan tudnánk fogadni? Miben lehet szüksége segítségre? Segítsünk-e, ha nem kéri? Miben vagyunk egyformák?</i></p>	<p>10 perc</p>	<p>közös megbeszélés</p>	<p>–</p>	<p>az óvónő elmeséli, hogy jön egy új kisfiú, aki kerekesszékekben ül. Így közlekedik, amit most a csoport kipróbált</p> <p>üzenet megerősítése: a segítségnyújtás ötleteit ismételjük. Az azonosságokat is ismételjük</p>

## Általános iskola alsó tagozatos korosztály (7–11 évesek)

Az **általános iskola alsó tagozatában** az életkori övezetnek megfelelően igen eltérőek a tanulók képességei. Első osztályban a többségük olvasni tanul, így az első félévben még nem tudnak olvasni, a második félévben vagy akár a második osztályban már tudnak, de igen megterhelő lehet számukra. Viszont a harmadik és negyedik osztályban az olvasási készség fejlődése miatt már több írott információt képesek befogadni. Ugyanígy az első évfolyamon csak a megélt élményeket, látott dolgokat fogadják el, míg harmadik, negyedik osztályban már a tapasztalatok mögé néznek,

<sup>5</sup> A munkafüzet a Szemléletformáló kiadványcsomag óvodásoknak szóló darabja.

érdeklő, hogyan és miért éppen úgy működik a világ. A szemléletformáló alkalomra így a feladatok mentén az **összefüggés meglátását segítő magyarázattal, összeggésszel** érdemes készülni. Az iskola alsó tagozatában a tanuló **feladattudata** fejlődik, vagyis az első évfolyamon szükséges a munkavégzés teljes felügyelete, míg a negyedik osztályra a tanulók önálló munkavégzése mellett az **önellenőrzés** is elvárható. Érdemes a szemléletformáló alkalmon a feladatokat úgy szervezni, hogy önállóan vagy együttműködésben végezzük, és néhányszor az önellenőrzésre is legyen lehetőség. Például egy tapintás útján való eszközpárosító feladatnál maga az eszköz darabjai az önellenőrzés kulcsa (gyógyszeres doboz és levél, zsebkendő és zsebkendőtartó zacskó). Az első osztályban felismerik az iskola és az együttműködés szabályait, és egyre gyakrabban betartják, míg a negyedik osztályra már az alkalmazás mellett el is várják, így mindenképpen érdemes az osztályfőnökkel egyeztetni a megszokott **napirendről** és **órai szabályokról**. A fegyelmezettség az általános iskola alsó tagozatában már megfigyelhető, viszont a szemléletformáló alkalom mozgásos, kreatív feladatai lazítják a megszokott **fegyelmezettséget**. Ilyenkor motiváló fegyelmezést érdemes alkalmazni, például a kezdés időszakában megmutatjuk egy ritmus letapsolását, és arra kérjük a csapatot, hogy ha bármikor meghallja a tapssort, tapsolja vissza. Ez kihívás és pozitív motivációt adó feladat, miközben mindenki megáll, és a koncentráció által a figyelme újrendeződik. Ugyanez a feladat lehet egy dallam dúdolása, mondóka vagy a testünk különböző részeinek bevonásával adott ritmus (például 2 dobbantás, 4 taps, 6 térdre taps).

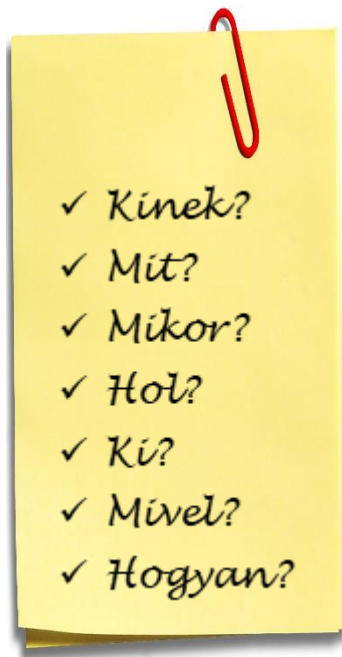
E korosztály számára – az iskolai órák időtartamához igazodva – 45 perces keretekben érdemes szemléletformáló foglalkozásokat tervezni (például 45 perc, 2x45 perc). Viszont a **koncentrált figyelmük kb. 15 perc**, így az órai 45 perc alatt **változatos figyelmi terhelést** kell biztosítanunk. Például egy puzzle-kirakó koncentrációs feladata után mozgásos feladatot érdemes adni. Az általános iskolás csoportok számára oktatási kereteken kívül, például táborokban is megvalósítható szemléletformáló alkalom. Ezekben a helyzetekben érdemes a tábor vezetőjével egyeztetni a gyermekek érdeklődési köréről, a figyelemmegtartásuk idejéről, a tábor témájáról. A foglalkozások során is javasolt a rövidebb feladatok egymásba fűzése. Megfelelő létszám esetén akár forgó rendszerű állomásokat alakíthatunk ki, amelyek 15-20 perces foglalkozásokat biztosítanak. A következő foglalkozásterv is ilyen forgó rendszerű állomásokra mutat példát.

## **Előkészület**

A foglalkozás tervezése tudatos felkészülés a tevékenységre. Ilyenkor vehetjük számba a szükséges személyi és tárgyi feltételeket, a lehetséges feladatokat, amelyek jól közvetítik az üzenetünket. A foglalkozási tervet az iskolás gyermekekre szabjuk, amihez az osztályfőnök adhat hasznos információkat.



Nézzünk néhány szempontot, amire érdemes figyelni!

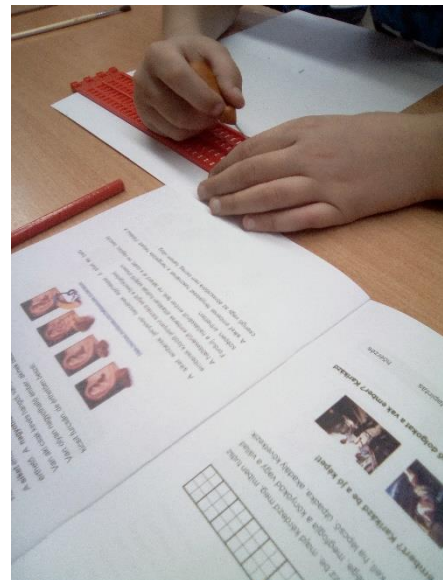


- **Gyűjtsünk információkat** a tanulókról (például érdeklődési kör, előismeret, érintettség a témában) és a helyszínről!
- Fogalmazzuk meg a szemléletformálással kapcsolatos **üzenetünket** az iskolások nyelvén!
- Állítsunk össze egy a tanulók számára motiváló, változatos **feladatsort!**
- Az összeállított feladatokat alakítsuk a személyi, időbeli és helyszíni keretekhez!
- A feladatok összeállítása során vegyük figyelembe a **fokozatosságot!**
- Olyan feladatokat tervezzünk, amelyekben **hitelesen** tudunk működni, mert a tevékenységünk példa lesz a tanulók számára!
- Tekintsük át, hogy a **személyi és tárgyi feltételek** megvannak-e, igazítsuk azokat a feladatokhoz!
- A foglalkozás tervét egyeztessük a szervezővel!

### Megvalósítás

A szemléletformáló alkalmat az elkészült terv alapján a spontán helyzetekre rugalmasan reagálva vezessük végig. A megvalósítás során fontos a résztvevők testi, lelki biztonsága és balesetvédelme. Kommunikáljunk tisztelettel és partneri viszonyban a tanulókkal! Számukra a mi kommunikációnk, viselkedésünk mintaértékű.

Ebben a korosztályban a szemléletformáló alkalmak inkább személyes formában zajlanak, viszont online feladatok is beépíthetők. Jelen kiadvány második felében személyes részvétellel működő feladatokat gyűjtöttünk össze, amelyek mellett hasznos lehet az online lehetőségeket is átgondolni, illetve kipróbálni. Az online feladat végzése esetén számba kell venni az online platform lehetőségeit, például hogy alkalmazható-e kiscsoportos formában. A <https://wordwall.net/hu> oldalon a szemléletformáló alkalommal kapcsolatos online feladatlapon alkothatók, amelyek akár személyes jelenléttel is megoldhatók, hiszen az alsó tagozatos diákok termében jellemzően található egy számítógép kivetítővel. A program által nyújtott szerencsekeréken – amelyet mindig egy tanuló az online felületen megforgat – kérdéseket tehetünk fel, és azokra egyénileg, kis csoportban vagy közös megbeszélés formájában válaszolnak. A program lehetővé teszi még a párosító, kvíz-, diagram-, kártyaosztó, lufipukkasztó feladatok kidolgozását.



Az általános iskola alsó tagozatában a megvalósítás öt szakasza:

- 1) **Közvetlen előkészület:** ellenőrizzük, hogy minden személyi és tárgyi feltétel adott-e a megvalósításhoz. Például egy filmrészlet bemutatásához működnek-e a számítástechnikai eszközök vagy fogalomgyűjtéshez a táblához van-e filc, esetleg kréta. A közvetlen előkészületnél felmerült hiányosságokat még a foglalkozás előtt korigálni tudjuk: például nagy papírlap hiánya esetén gyorsan össze tudunk ragasztani kisebb lapokat, vagy kérhetünk a helyszínen segítséget.
- 2) **Ismerkedés, a téma bevezetése:** kezdésként játszhatunk névtanuló, „jégtörő” játékokat vagy a témára fókuszáló feladatot. Például hasznos kezdés lehet egy filmrészlet levetítése, majd a film alapján fogalomgyűjtő és -tisztázó közös megbeszélés tartása.<sup>6</sup> (A kiadvány második felében található gyűjtemény 2. A specifikus szituációs feladatokon túlmutató tréninggyakorlatok című fejezetében lévő feladatokból válogatva.)
- 3) **A szemléletformálás konkrét témájának és üzenetének kifejtése:** az általános iskola alsó tagozatán cselekvésbe ágyazott ismeretszerzés a megszokott. A saját élményű tapasztalatszerzésből építik fel annak elméletét. Például a matematika törvényszerűségeit is saját tapasztalat útján sajátítják el (színesrúd-készlet segítségével ismerik meg a szorzás alapját). A tanulók ezt az ismeretszerzési formát jól ismerik, ezt érdemes követni. A diákok számára jól elsajátítható ismeret a kommunikáció vagy segítségnyújtás. Például hogyan segítsünk mozgássérült személynek? Hogyan kommunikáljunk autista személlyel? Ilyen kérdések mentén szervezzük a szituációs feladatokat, melyekhez – korcsoportra bontva – a kiadvány gyűjteményének 1. Szituációs gyakorlatok című pontjában található feladatok. Több szemléletformáló személlyel forgó rendszerű kis csoportos foglalkozások is szervezhetők, ahol a diákok járnak körbe a standokat. A feladatok kivitelezését segíti a kiadványhoz kapcsolódó Szemléletformálás munkafüzet általános iskola alsó tagozatos tanulói számára. A munkafüzet feladatai jól integrálhatók a szituációs feladatokba.
- 4) **A szemléletformáló alkalom lezárása:** a szemléletformáló alkalom végén összegző beszélgetést szoktunk tartani, ahol kiderül, hogy kinek mi volt az elképzelése és milyen új ismeretekre tett szert. A tanulóknak elbúcsúzáskor fogalmazzuk meg, hogy miért volt hasznos és élvezetes a közös munka.
- 5) **Elpakolás:** előre tervezzük meg, hogy miben engedjük segíteni a tanulókat (például olcsóbb eszközök elpakolása, terem visszarendezése tanuláshoz). A drágább segéd- és technikai eszközöket mi pakoljuk el, hiszen a következő alkalommal is szükségünk lesz rá.



<sup>6</sup> Az elfogadott kifejezések megtalálhatók a 2019-ben megjelent Fogyatékos személyek a KÖZszolgáltatás ÜGYfelei. Komplex kisokos a fogyatékos emberekkel történő kommunikációhoz című kiadványban.

## Lezárás

A szemléletformáló alkalomról – a tanulók személyes visszajelzése mellett – szervezett formában a tanártól is kérhetünk visszajelzést. A válaszok alapján tudjuk értékelni és továbbfejleszteni a meglévő feladatállományt. A pedagógussal egyeztethetünk, hogy a szemléletformáló alkalomhoz kapcsolódó projektfeladatban segítünk, így a tanulóknak tovább érlelődik a megszerzett ismeret. Ajánlhatunk szemléletformálással kapcsolatos szabadidős eseményeket is.

## Segédletek

Az **alsó és felső tagozatos, középiskolás tanulóknak szóló munkafüzetek** a szemléletformáláson részt vevő csoporton belüli differenciálást teszik lehetővé. Például az általános iskola alsó tagozatára készített munkafüzet alapvetően az elsőtől a negyedik osztályig hasznosítható. Amennyiben a tanulók több írott információt igényelnek, számukra a Fogyatékos személyek a KÖZszolgáltatás ÜGYfelei. Komplex kisokos a fogyatékos emberekkel történő kommunikációhoz című tájékoztató kiadvány nyújt megfelelő mennyiségű információt. Továbbá az arra épülő általános iskolai felső tagozatosoknak és a középiskolásoknak készített munkafüzet használható az ismeretek összegzéséhez és ellenőrzéséhez.



A **jelen kiadvány gyűjteményéből** a 2. A specifikus szituációs feladatokon túlmutató tréninggyakorlatok. 2.1 Együttműködést támogató gyakorlatok jól hasznosíthatók a szemléletformáló alkalom kezdetén és zárórészeiben. A **szituációs feladatokból** itt néhány feladat sorszáma és címe szerepel, amelyek az általános iskola alsó tagozatán elvégezhetők, a mellékletből pedig a **színezők** kiemelhetők. Javasolt szituációs feladatok, amelyekhez az óvodás korosztálynál felsorolt feladatok is beemelhetők:

- 1.1.3 Öltözködés ujjak nélkül
- 1.1.4 Egy lyukon bebújsz, két lyukon kibújsz. Hogy is van ez?
- 1.1.5 Szívószálcsata
- 1.1.6 Szendvicsezzünk!
- 1.1.7 Kerekecske, gombocska
- 1.1.8 Foci, kicsit másként
- 1.1.9 Szlalom, ahogy még nem próbáltad
- 1.2.8 Színezzünk!
- 1.2.9 Puzzle
- 1.2.10 Segédeszköz-bemutató
- 1.2.11 Mit eszünk?
- 1.2.12 Aláírókeret
- 1.2.13 Nem is olyan titkos titkosírás

- 1.2.14 Vásárlás a fűszerboltban
- 1.2.15 Kérek 20 forintot!
- 1.3.4 Mit mond? Haladóknak
- 1.3.5 Kezes kis pletyka
- 1.3.6 Mit mond? Segít a számítógép
- 1.4.1 Csodabolt
- 1.4.2 Adok, kapok, elfogadok?
- 1.4.3 Fogalmazz KÉK-en!
- 1.4.4 Bandzsa Halamandzsa Halandzsa
- 1.5.2 Tanuljunk együtt!
- 1.5.3 Szó szerint
- 1.5.4 Mi van a képen?
- 1.5.5 Káosz-köszí
- 1.5.6 Olló forgó
- 1.6.1 Nem forog a nyelv
- 1.6.2 Zöldség-gyümölcs
- 1.7.1 Locsi-fecsi
- 1.7.2 Kimondani a kimondhatatlant
- 1.7.3 Érd el!
- 1.7.4 Boardmaker chit-chat

## Foglalkozási terv

A következő foglalkozási terv az oktatásban szokásos 45 perces időkeretet veszi figyelembe. Az osztály 23 fős létszámához igazodva 3 állomásos forgó rendszert működtetünk, ahol a résztvevők különböző játékos szituációs helyzetek mentén ismerik meg az együttműködés alapszabályait. A feldolgozás során kérdésekkel támogatjuk a megszerzett ismeretek összefüggéseinek felismerését és megértését. A kiadvány második egységének 1. Szituációs gyakorlatok című fejezete elején található a feladatokhoz használható általános kérdések, amelyeket mi is használtunk.

## Forgó asztalok<sup>7</sup>

Korosztály: általános iskola alsó tagozat

Foglalkozás ideje: 2x45 perc – 2 környezetismeret-óra

Téma: együttműködés fogyatékos emberekkel (látássérülés, hallássérülés, értelmi fogyatékos)

---

<sup>7</sup> A játékok a könyv gyűjteményében megtalálhatók. A felhasznált munkafüzet az általános iskola alsó tagozatának szól, része a SzemÉLETFormáló kiadványcsomagnak.

Üzenet: Kommunikáljunk érthetően! *Biztosítsunk jó szájról olvasási képet! A személy számára tegyük biztonságossá a körülményeket! Minden változást közöljünk velük! Az értelmi fogyatékos embernek tegyük érthetővé a szabályokat!*

Feladat	Idő	Módszer	Eszköz	Megjegyzés
<b>Tájékoztató</b> Miért érkeztünk, hogyan épül fel az alkalom, mik a közös szabályok	7 perc	csoporthmunka	–	–
<b>Filmvetítés</b> Így neveld a sárkányod – filmelőzetes <i>Mit vettél észre a szereplőkön?</i> <i>Milyen megoldásokat láttál?</i>	10 perc	csoporthmunka	számítógép, kivetítő, hangtechnika, film	cél, hogy a résztvevők rájöjjenek, jó megoldásokkal a hátrány előnyé változtatható
<b>Fogalomtisztázás és csoportalkotás</b> <i>Hallottam, hogy környezetismeret-órán beszélgettek a fogyatékosokról, a fogyatékos emberekről. Mit gondoltok erről a témáról, mire emlékeztek?</i> A válaszokért minden gyerek színes lapot kap	10 perc	csoporthbeszélgetés	tábla, íróeszköz, kis színes lapok 4 színben a csoporttagok számának megfelelően, véletlenszerűen kiosztva	minden választ beemelünk, közben a fontosabb fogalmakat csoportosítva feljegyezzük. Csak a pontosan használt fogalmakat írjuk fel. Játsható post-it ragasztással is  minden gyerek kapjon egyenlő arányban színes lapot, ami a csoportba rendeződést szolgálja
Csoportba rendeződés az azonos színű lapok alapján, és a munkafüzet kiosztása	3 perc	csoporthmunka	az általános iskolai munkafüzetek	a csoportba rendeződés időbeli nyomással történjen (például 10-ig számolás vagy zene lejátszása)
1 asztal (látássérülés): – aláírókeret segítségével név felírása a munkafüzet elejére – tárgyak párosítása – illatfelismerés	15 perc és 2X15 perc	egyéni és csoporthmunka	1 db aláírókeret 2 doboz párosítani való	a feladatok során a látássérüléssel kapcsolatos tapasztalatok rövid megbeszélése
2 asztal (beszédsérülés): – Mit mond? – Nem forog a...	15 perc és 2X15 perc	egyéni és csoporthmunka	munkafüzetben képek, nyelvtörők, cukorka	a feladatok során a beszédsérüléssel kapcsolatos tapasztalatok rövid megbeszélése

3 asztal (KÉK?): – Csodabolt  – Közmondások kicsit másként	15 perc és 2X15 perc	egyéni és csoport- munka	kártyák, pénztárgépek, füzetben képek, mondatok	a Csodabolt játékban a szabály felismerése mellett rendszeresen kérdezzük meg, hogyan érzik magukat. Eleinte izgalmas, majd egyre frusztrálóbb lehet. Ebből az érzelmi helyzetből jól levezethető a szabályismeret hiányának érzelmi terhe
<b>Zárógondolatok</b> szájjal festés közben (mozgássérülés)	15 perc	közös beszélgetés	kifestő a munkafüzetben, ecset, festék, az ecset végére folpack	minden asztalnál festenek. Fontos az üzenetek ismétlése, erősítése

## Általános iskola felső tagozatos és középiskolás korosztály (12–18 évesek)

Az **általános iskolai felső tagozatos** és a **középiskolás** korosztály a kamaszkoron és a felnőtté váláson megy át, ami a felnőttekről való leválással és a kortárscsoporthoz való igazodással is együtt jár. Vagyis az a „menő” diák, akit a többiek valamilyen okból követnek. Gondolkodásuk az absztrahálás szintjén van. Egyre több **feltevést fogalmazznak meg**, amelyeket később **megerősítenek** és akár **cáfolnak is**. Érdeklődnek a **szabályok**, az **erkölcs** és a **norma** témája iránt, és egyben felmérik a felnőttek ezekhez való viszonyát, akár azoktól való eltérését. **Szeretnék megmutatni**, hogy ezek mentén **hogyan kell jól csinálni** a dolgokat, így sok esetben **kreatív megoldásokat** alkotnak (Fúzi, 2015). A biológiai és hormonális változásoknak köszönhetően erőteljesebb az **érzelmeik uralma** (Domokos, 2013). Felnőtt szemléletformáló személyként szervezzünk kötetlen, laza hangulatú, informatív, pörgős szemléletformáló alkalmat, ahol hitelesek lehetünk. A feladatok során érdemes elgondolkodtató, kreativitást igénylő feladatokat felkínálni. Például a következő foglalkozástervben a könnyen érthető kommunikációt nemcsak bemutatjuk és a szabályrendszere alapján írjuk, hanem félreérthető instrukciók alapján építő játékot játszhatunk. A diákok számára kihívás, hogy rájöjjenek, miért nem tudják felépíteni a várukat. Megértik, hogy egy dolgot minden perspektívából meg kell mutatni, hogy átláthassuk az egészet.



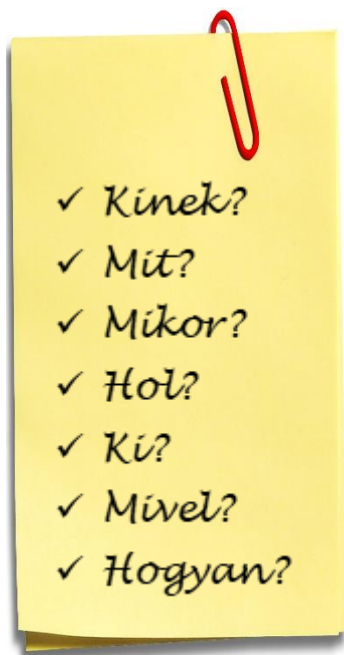


## Előkészület

Az előkészületi fázisban a szemléletformálási alkalom kereteinek pontosítása, a szükséges személyi és tárgyi feltételek biztosításának áttekintése, a tevékenység megtervezése zajlik. A tervezés felkészülést jelent a tudatos tevékenységre.

Figyelnünk kell a célcsoport motivációjára, hogy a szemléletformáló személy megnyerje a résztvevőket, és önként vegyenek részt a feladatokban. A középiskolások több rendezvényen önként vettek részt a standon felkínált lehetőségekben, míg egy iskolai program keretében ez nem mindig így történik. Emiatt érdemes olyan feladatokat tervezni, amelyek a saját élményen, tapasztalaton túl elgondolkodtatnak, segítik az összefüggések meglátását, vagy éppen meghökkentenek. A kiváltott érzelmekkel már lehet dolgozni, így kiépíteni a bizalmat és később értéket közvetíteni.

Nézzünk néhány szempontot, amire érdemes figyelni!



- **Információk gyűjtése** a fiatalokról, a helyszínről és az időbeli keretről.
- A **téma üzenetének** pontos megfogalmazása.
- Az üzenethez kapcsolódó **tevékenységformák** kiválasztása.
- A **tevékenységek adaptálása** a személyi, időbeli és helyszíni keretekhez.
- A **tevékenységek sorrendjének** kialakítása (például gondolatfűzés).
- A kommunikációnk, tevékenységünk egyben **példamutatás**.
- A **személyi és tárgyi feltételek** feladatokhoz igazítása.
- A **foglalkozásterv** kidolgozása és egyeztetése a szervezővel.

## Megvalósítás

Célunk a résztvevők témával kapcsolatos sztereotípiáinak lazítása, az előítéletek csökkentése, az együttműködéshez szempontok biztosítása.

A résztvevőkkel először ráhangolódo tevékenységet folytatunk: például bemutatkozás, tájékoztatás, névtanulás, jégtörő játékok. A megvalósítás során fontos a résztvevők testi, lelki biztonsága és balesetvédelme. Szükség esetén a tervezett tevékenységet a diákokra adaptáljuk.

A szemléletformáló alkalom offline, online vagy vegyes formában is megvalósítható. Jelen kiadvány alapvetően a megszokott személyes részvétellel működő szemléletformálásra mutat példát. Mégis érdemes – akár elemeiben – online játékot is beépíteni, amit mobilalkalokációk segítségével tudnak használni az adott alkalmon. Az ismeretek ellenőrzésére a Kahoot! (<https://kahoot.com>) alkalmazható, amellyel többválasztós kérdéseket adhatunk a résztvevőknek. A [www.mentimeter.com](http://www.mentimeter.com) felületen a résztvevők egy kód segítségével tudnak csatlakozni az általunk megadott



linken, és közösen egy, az alkalommal kapcsolatos szöveghőt készíteni. Az alkalom zárásaként a Google-kérdőív vagy más program segítségével egyszerű szabadulószooba készíthető, amelyekről már több honlapon olvasható leírás, vagy YouTube-film is megtekinthető. Előadás-tartalmat PowerPoint helyett a [www.prezi.com](http://www.prezi.com) oldalon dinamikusabb felületen is létrehozhatunk, és online eléréssel levetíthetünk. Természetesen a digitális térben sokkal több lehetőség adott, amit érdemes kihasználni. Ha online kell egy alkalmat megtartani, figyelembe kell venni, hogy milyen lehetőségeket ad a közös online platform: például alkalmazható-e kis csoportos chatszooba, képernyőmegosztás, közös írás a képernyő felületén. Nézzük meg, hogyan zajlik egy személyes kontakt szemléletformáló alkalom!

A megvalósítás öt szakaszra bontható.

- 1) **Közvetlen előkészület:** ilyenkor ellenőrizzük, hogy minden személyi és tárgyi feltétel adott-e a megvalósítás következő szakaszához. Például a szemléletformáló alkalom elején derül ki, hogy a tervezettnél kevesebben vesznek részt a programon. Ez esetben a feladatok egy részét nem több kis csoportban, hanem nagy csoportban oldjuk meg.
- 2) **Ismerkedés, téma bevezetése:** bevezetésként egyeztetjük az alkalom menetét, együtt lefektetjük a közös szabályokat, meghatározzuk az elvárásokat, és a csoporttal rövid bemutatkozó játékokat játszunk. Sok esetben a részt vevő diákok már ismerik egymást, így nekünk mutatkoznak be. A névtanulást segíti a beszélő nevek játék, amikor a vezetéknevet a kedvenc tevékenység adja, a keresztnév pedig a diák valós keresztnéve (például fotós Jácint – tehát Jácint, aki szeret fotózni). Ezt követi a témára fókuszáló feladat. Például a fogyatékos személyekkel történő kommunikációs lehetőségek témát egy előítéllettel foglalkozó tréneri játékkal vezethetjük be (Leila és Mohamed vagy Egy lépést előre) (Lázár, 2015). A közös ráhangolódás után már minden közös tevékenység a kezdőjáték szempontjából értelmezhető, és a résztvevőknek mindig visszacsatolás a saját előítéletük megtapasztalásához.
- 3) **A szemléletformálás konkrét témájának és üzenetének kifejtése:** az alkalom tervezete alapján haladunk, figyelembe véve a megismert résztvevői igényeket, szükségleteket. Például ha csukott szemmel vagy szemtakaróval szimulációs feladatot végzünk, lehet olyan résztvevő, aki ezt a helyzetet nem bírja, akár pánikrohamot is kaphat. Kerekesszékkal egy akadálypályán végighaladni nem mindenki számára biztonságos érzés, sőt félelemkeltő lehet. Ezért minden feladatnál felhívjuk a résztvevők figyelmét, hogy ha rosszul érzik magukat, kiléphetnek a feladatból. A feladatok végén megbeszéljük a tapasztalatokat, azokat visszavezetve a mindennapi életre. Az a célunk, hogy a feladatban részt vevők élményeken keresztül jussanak tudáshoz. Ilyenkor tudjuk a tervezett üzenetet közvetíteni. Az üzenet akár többször is előkerülhet azonos megfogalmazásban, és így a csoport saját mondatává alakulhat az alkalom során. Például a bevezető időszakban megismert Leila és Mohamed története, amely az előítéletről szóló játék, egy szemléletformáló alkalmunkon többször is előkerült, mint emlékeztető az előítélet megjelenésére. A nap végén a résztvevők már csak annyit mondtak egymásnak, hogy „Leila”, ha rajtakapták társaikat egy előítéletes megnyilvánuláson.

- 4) **Lezárás:** megfogalmazzuk a témával kapcsolatos üzenetet. Ebben a fázisban kérdezzük meg a résztvevőket, hogy milyen információval, ismerettel, tapasztalattal gazdagodtak, mit visznek magukkal.
- 5) **Elpakolás:** a diákoktól nem szoktuk elvárni, hogy segítsenek elpakolni, a felajánlást viszont örömmel elfogadjuk.

### **Lezárás**

A lezárás fázisában végiggondoljuk a megvalósított szemléletformáló alkalmat, illetve elemezzük a résztvevőktől kért visszacsatolást. Például az alkalom végén adott visszajelzések feljegyzéséből a szemléletformáló feladatok hatékonyságát elemezhetjük, hogy fejlesszük a módszertanunkat és eszköztárunkat.

### **Segédletek**

Az általános iskolai felső tagozatos és a középiskolás korosztálynak készített **munkafüzet** alapvetően ismeretfeltáró kiadvány, amely témánként összegző, önellenőrző tesztek, beszélgetések kezdeményezéséhez képeket és projektötleteket tartalmaz. A munkafüzet a szemléletformáló alkalom eredményes ismeretátadását és az alkalmat követő további témafeldolgozást tesz lehetővé. A szemléletformáló alkalomra az általános iskola alsó tagozatára készített munkafüzetek egyes fejezetei, lapjai is jól használhatók.

A kiadvány második felében megtalálható játékgyűjteményben a 2. A specifikus szituációs feladatokon túlmutató tréninggyakorlatok. 2.1 Együttműködést támogató gyakorlatok jól hasznosíthatók a szemléletformáló alkalom kezdetén és zárórészeiben. A **szituációs feladatok**ból itt néhány feladat sorszáma és címe szerepel, amelyek az általános iskola felső tagozatán vagy középiskolában elvégezhetők. Javasolt szituációs feladatok, amelyekhez az óvodás és általános iskola alsó tagozatos korosztálynál felsorolt feladatok is beemelhetők:

- 1.2.16 Közlekedj ügyesen!
- 1.2.17 Ügyintézés

### **Foglalkozási terv**

A foglalkozás három egységből épül fel. A bevezetőt követően az attitűddel, az előítéllettel és a fogalomtisztázással foglalkozunk, a forgó rendszerű programokon a résztvevők majd erre építve szereznek saját tapasztalatot. Az alkalom végén összegezzük az ismereteket és tapasztalatokat.

## Az előítélettől az együttműködésig

Korosztály: középiskolások

Foglalkozás ideje: 2x45 perc

Téma: előítélet lebontása, együttműködési technikák elsajátítása

Üzenet: Ismerjük fel az előítéletet! Kommunikáljunk érthetően! *Szembe fordulva, a hallássérült személy felé beszéljünk, jó szájról olvasási képet adva! Ne tegyük a kezünket a szánk elé beszéd közben! A vak személynek köszönjük előre, mondjuk meg a nevünket! Tárgyat úgy adjunk a kezébe, hogy elmondjuk, mit adunk neki, és a kinyújtott kezébe tesszük! Minden változást közöljünk vele! Az értelmi fogyatékos embernek segíteni kell a szabályok megértésében. Használjunk egyszerű szavakat és mondatokat!*

Feladat	Idő	Módszer	Eszköz	Megjegyzés
<b>Bemutatkozás</b> , ismerkedési kör – bemutatkozás, ki honnan, melyik évfolyamból, melyik szakról érkezett – személyes tapasztalatok fogyatékos emberekkel	15 perc	csoportbeszélgetés	–	–
<b>Leila története</b> (a feladatléírás a kiadvány gyűjteményében található)	20 perc	kis, nagy csoportos és egyéni munka	Leila leírása, tábla, íróeszköz	játék az előítéletekről, az objektív véleményformálásról
<b>MONTÁZS AAK film</b> vetítése <sup>8</sup>	15 perc	közös megbeszélés	vetítési technika, film	–
SZÜNET				
<b>Szituációs feladatok</b> kis csoportokban	60 perc	kis csoportos munka	–	4 standon forgó rendszerrel kis csoportos feladatok. 15 perc/csoport
1. csoport: könnyen érthető kommunikáció	–	egyéni és csoportmunka	laminált mondatok, törlő, filcek, kerek építőelemek	a könnyen érthető kommunikáció alapszabályainak megismerése

<sup>8</sup> [www.youtube.com/watch?v=M7QpRYRyJOk](http://www.youtube.com/watch?v=M7QpRYRyJOk) (0-1,17' vetítendő)  
[www.youtube.com/watch?v=MEryurXrxkM](http://www.youtube.com/watch?v=MEryurXrxkM)

2. csoport: feladatok szimulációs szemüveggel	–	egyéni és csoportmunka	szimulációs szemüvegek kirakós képek	a látássérüléssel kapcsolatos tapasztalatok rövid megbeszélése
3. csoport: szájról olvasás és jelnyelv tanulása	–	egyéni és csoportmunka	NSZI szájról olvasási szoftver <sup>9</sup> , számítógép	jelnyelvi jelpélda: helló, bemutatkozás, köszönöm, kérem stb. A hallássérüléssel kapcsolatos tapasztalatok rövid megbeszélése
4. csoport: Csodabolt a szabályértésért	–	egyéni és csoportmunka	kártyák, pénztárgépek	a szabályvesztettség érzésének megbeszélése
<b>Közös zárás</b> üzenetek megfogalmazása, együttműködési módszerek gyűjtése	10 perc	közös megbeszélés	–	a megbeszélés során akár egyesével körbe is mehetünk, vagy motiváció alapján szólaljanak meg a gyermekek

## Felnőtt korosztály (19 éves kortól)

A **felnőtt** korosztály három szakaszra bontható. A korai felnőttkort a társadalmi beilleszkedés, a **teljesítőképeség maximalizálódása**, a szerepek kialakulása jellemzi. A középfelnőttkorban a **stabilitás** jellemző, ebben az **aktív életszakaszban** a felnőtt személy társadalmilag beilleszkedett. Szakmai munkája során a **tettek jellemzik**. A késő felnőttkor átmenet az időskorba, azaz **válságperiódus**. A felnőtt korosztály számára a szemléletformáló alkalom tevékenységeihez kapcsolódó gyakorlatias információk a Fogyatékos személyek a KÖZszolgáltatás ÜGYfelei. Komplex kisokos a fogyatékos emberekkel történő kommunikációhoz<sup>8</sup> című kiadványból ismerhetők meg. A jelen korosztálynak szóló foglalkozástervünk pár éve könyvtári munkatársak számára szóló szemléletformáló alkalomhoz készült, ahol az együttműködéshez szükséges praktikus ismeretek elsajátítása volt az elvárás. A foglalkozás tervében saját élményalapú ismeretszerző tevékenységek szerepelnek, minden eleme a könyvtári szakmához kapcsolódik (például a szabályzat a könyvtár használatáról szól, a nyomtatvány egy kölcsönzési lap).

<sup>9</sup> Az NSZI-től kölcsönözhető.

## Előkészület

Az előkészületi fázisban pontosítjuk a szemléletformálási alkalom kereteit, áttekintjük a szükséges személyi és tárgyi feltételeket, megtervezzük a tevékenységet. A tervet úgy állítjuk össze, hogy a tevékenységek mindig az együttműködéshez adjanak új információt.

Betartjuk a tematika résztvevő-specifikus összeállításának szabályát. Ezáltal olyan tematikát állítunk össze, amelyben a résztvevők otthonosan érezhetik magukat, és valóban a saját munkájuk egyenlő esélyű hozzáférésehez kapnak ismeretet a tapasztalataik és azok elemző megbeszélése által. Nem lehet ugyanazt a foglalkozást megtartani egy könyvtárosokból és egy egészségügy dolgozókból álló csoportnak. A résztvevők szakterületéhez igazított feladatok segítik, hogy valóban használható élményszerzés legyen számukra az érzékenyítő alkalom.

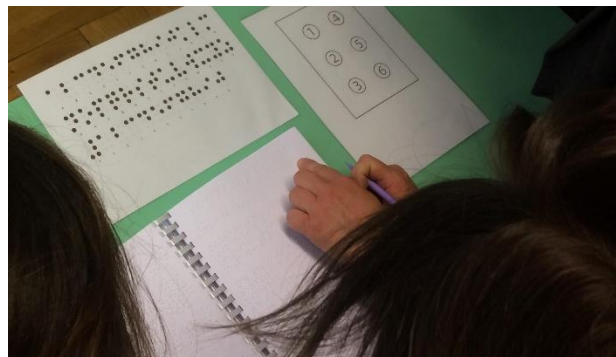


Nézzünk néhány szempontot, amelyekre érdemes figyelni!

- **Információk** a célcsoportról, helyszínről, időkeretről.
- A **téma és a kapcsolódó üzenet** pontos megfogalmazása.
- Az üzenethez kapcsolódó **tevékenységformák** kiválasztása.
- A **tevékenységek adaptálása** a személyi, időbeli és helyszíni keretekhez.
- A tevékenységek **sorrendjének felállítása**.
- A **személyi és tárgyi feltételek** feladatokhoz igazítása.
- **Foglalkozási terv** összeállítása és egyeztetése a szervezővel.

## Megvalósítás

A szemléletformáló alkalmunk során a résztvevői létszámnak megfelelő teremre van szükség, technikai felszerelésekkel (laptop, hangosítás, kivetítő, internet). A résztvevők általában ismeretlenek, így az együttműködést megalapozó feladatok kapnak hangsúlyt. Az ismerős résztvevő esetében a csoporttal közöljük, hogy miért tegezzük az érintett személyt. Amennyiben olyan résztvevő van jelen a csoportban, aki hangadó vagy nehezen enged másokat megnyilvánulni, a konfrontálódás helyett olyan gyakorlatokat adunk, ahol a jelenlévők a hallgatást, értő figyelmet gyakorolják. Ezzel példát mutatunk, és a szemléletformálást is megalapozzuk, amit a nap során elvárunk. A könyvtári alkalom forgatókönyvén keresztül tekintsük át a megvalósítás különböző fázisait!



A megvalósítás öt szakasza:

- 1) **Közvetlen előkészület:** az előkészítő szakaszt követően a helyszínen is újra ellenőrizzük, hogy minden feltétel adott-e, illetve a helyszínhez alakítjuk a programunkat. Az iskolapados elrendezésű terem könnyen átrendezhető, hogy alkalmas legyen a tréningünknek. Néhányszor találkoztunk azzal a problémával, hogy az asztalokat fixen a padlóhoz rögzítették. Ilyenkor a csoportfeladatoknál felkínálhatjuk a lehetőséget, hogy a résztvevők egymás felé fordulnak vagy másik helyet keresnek maguknak, ahol dolgozni tudnak.
  - 2) **Bevezetés:** megbeszéljük az alkalom felépítését, a technikai részletekkel (szünetek, étkezés stb.) együtt. Kezdeként bemutatjuk az általunk kínált programot. Ezt követően a résztvevőkkel együtt tréningmódszerrel bemutatkozunk, elmondják az elvárásaikat és az érkezésük motivációját. A fontos információkat a csoport számára táblán rögzítjük. Kezdeként többször bevált az előítélettel, attitűddel kapcsolatos feladatok végzése és azok közös elemzése, ami az egész alkalomhoz való hozzáállást segítette a résztvevők számára. Például a Leila és Mohamed története jól használható, amely megtalálható a kiadvány második felének tréneri feladatgyűjteményében, vagy az Egy lépést előre című játék (Lázár, 2015).
  - 3) **A szemléletformálás konkrét témájának és üzenetének kifejtése:** a legtöbb szemléletformáló alkalmat többen valósítjuk meg, így kis csoportos forgó rendszerű standokat állítunk fel. Kis csoportban több idő van a feladatokkal kapcsolatos tanulságok levonására, így könnyebb közös kommunikációt megvalósítani. A szimulációs feladatokat úgy állítjuk össze, hogy a résztvevők szakterületébe egyre pontosabban beilleszthető legyen, és így instant használható gyakorlati ismereteket kapjanak.
- 
- 4) **Lezárás:** a szemléletformáló alkalom végén a résztvevőkkel megbeszéljük az egyéni és közös tapasztalatokat, főbb ismereteket. Amennyire a szemléletformálás hosszabb időn keresztül, akár többalkalmas eseménysorozatként valósítható meg, akkor jó alkalmazható feladat a közös terv készítése, vagyis az, hogy milyen feladatok várnak a résztvevőkre. A feladatok közül mit tudnak azonnal megvalósítani és mit később, esetleg mihez szükséges bizonyos feltételek megléte. Például az alkalmon megismert egyenlő esélyű hozzáférést biztosító megoldások közül a könnyen érthető kommunikáció szóbeli használata vagy pár mondatos könnyen érthető kommunikációval írt tájékoztató elkészítése azonnal vagy rövid időn belül megvalósítható. Vezetősáv kialakítása már hosszabb szervezési időt igényel, és több szükséges feltételt is biztosítani kell. A tervvel történő zárás esetén a résztvevők egy listával térhetnek vissza a szakterületükre. A záró körben minden résztvevő elmondja, hogy mit visz magával, így segítenek minket a szemléletformáló alkalmak fejlesztésében. A felnőtt korosztálynál a kérdőív kitöltése is bevált módszer, ami később jól elemezhető, így abból tájékoztató vagy beszámoló állítható össze.
  - 5) **Elpakolás:** az elpakolás során sokszor még egyéni beszélgetések folynak a résztvevőkkel, akik közben segíthetnek nekünk pakolni.

## Lezárás

A lezárás szakaszában értékeljük a szemléletformáló munkát, a felhasznált módszereket és eszközöket. Az értékelésben segít a résztvevők által kitöltött elégedettségi kérdőív és az abban szereplő javaslatok. Megrendelt szemléletformáló alkalom esetén a szempontok szerinti értékelésből (téma, üzenet, alkalom felépítése, visszajelzések) komplett összefoglalót tudunk összeállítani.

## Segédletek

A kiadvány második felében megtalálható játékgyűjtemény 2. A specifikus szituációs feladatokon túlmutató tréninggyakorlatok és a 2.1 Együtműködést támogató gyakorlatok fejezetekben található bármelyik feladat jól alkalmazható a felnőtt korosztálynál. A 4. Mellékletek című egységben a feladatokhoz kapcsolódó képek, ábrák, nyomtatványok tölthetők le, illetve másolhatók.

A felnőtt korosztály számára nem készült munkafüzet. Felelősséggel az általános iskola alsó tagozatán tanuló diákoknak, a felső tagozatosoknak és a középiskolásoknak készült munkafüzetek egyes feladatai, lapjai célzottan használhatók a felnőtt korosztálynál. Például az általános iskola alsó tagozatos tanulóinak szóló Braille-ábécé és kitölthető táblázat kiemelve gyakorlati ismeretet nyújt a Braille-írásról, illetve a megszerzett ismeretek feltérképezésére csoportos formában kitölthető a középiskolásoknak szóló munkafüzetből az egyik totó. Fontos, hogy a felnőtt korosztály számára csak a feladatot tartalmazó lapot adjuk oda, hogy ne legyen zavaró a korosztályi eltérés.

## Foglalkozási terv

A fenti leírás alapját képező szemléletformáló alkalmunk foglalkozási terve az Ismeretmorzsák címszó alatt található meg. Az alkalom a közös kezdést követő, forgó rendszerű tapasztalatszerzésen alapuló egységét egy közös megbeszélés zárja.

## Ismeretmorzsák<sup>10</sup>

Korosztály: felnőtt

Foglalkozás ideje: 6x45 perc

Téma: előítélet lebontása, együttműködési technikák elsajátítása

Üzenet: Előítéletek és elfogadás megjelenése. *Kommunikáljunk érthetően!* A Fogyatékos személyek a KÖZszolgáltatás ÜGYfelei. Komplex kisokos a fogyatékos emberekkel történő kommunikációhoz című kiadványból üzenetek emelhetők ki.

---

<sup>10</sup> A játékok a könyv gyűjteményében megtalálhatók. A felhasznált munkafüzet az általános iskola alsó tagozatának szóló Szemléletformáló kiadványcsomag része.



Feladat	Idő	Módszer	Eszköz	Megjegyzés
<b>1. Bemutakozás</b> Elvárások, szabályok tisztázása	15 perc	csoportheszélgetés	–	–
<b>2. Filmelemzés</b> Can című film megtekintése	15 perc	közös megbeszélés	vetítési technika, film	megbeszélés kérdései lehetnek: mit gondoltunk a fiúról a film elején? Most a film végén mik derültek ki róla? Az édesapa milyen szerepet vállal a fia életében? Mik ennek az előnyei és hátrányai?
<b>3. Leila története</b> Előítélet témájának feldolgozása	15 perc	egyéni és csoportos feladat	Leila története, tábla, filc	előítélettel kapcsolatos önismereti játék. Érdemes megbeszélni az attitűd fajtáit és a szűrők működését
SZÜNET	–	–	–	a szünet alatt 2 csoport alakítása, a 2 csoport forgó rendszerrel működik
<b>4. Látássérülés</b> 4.1 Gyengénlátás Szöveg olvasása szimulációs szemüveggel  4.2 Vakság Bekötött szemmel pénz- és fűszerfelismerés, szakterületnek megfelelő szövegezésű kártya kiválasztása más szövegek közül	45 perc	egyéni munka  egyéni munka	szimulációs szemüveg, szöveg  szemtakaró vagy kendő	a résztvevők számára jelezni, hogy ha kellemetlennek érzik a gyakorlatot, rosszul érzik magukat, hagyják abba a feladatvégzést  a látássérüléssel kapcsolatos tapasztalatok rövid megbeszélése
<b>5. Értelmi fogyatékoság</b> (Intellektuális képességzavar) 5.1 Csodaváros (a játék leírása a játékgyűjteményben található)  5.2 Könnyen érthető szabályzat A könnyen és nem könnyen érthető	45 perc	egyéni és csoportmunka	számítógép, kivetítő, internet, szabályzat köznyelvi szöveggel és könnyen érthető szöveggel	a szabályvesztettséggel kapcsolatos tapasztalatok rövid megbeszélése  a könnyen érthető kommunikáció alkalmazhatóságának megbeszélése

szakterületi szabályzatok szövegegységeinek párosítása				
<p><b>6. Hallássérülés</b></p> <p>6.1 Zenehallgatás A különböző szintű hallássérülést bemutató videófilm-hallgatás</p> <p>6.2 Szituációk A résztvevők 3 szituációban élhetik át a hallássérülés különböző negatív élményét Sztuáció 1: ketten hang nélkül beszélgetnek és nevetnek, miközben néha ránéznek a 3. „hallássérült” személyre (nem róla beszélgetnek) Sztuáció 2: a szakterület képviselője hang nélkül és néha hátat fordítva mondja el a „hallássérült” résztvevőnek a szabályokat Sztuáció 3: egy kiválasztott könyv történetének elmondása zárt artikulációval</p>	45 perc	egyéni és kis csoportos munka	számítógép, internet, hangosítás  szituációk leírása	a hallássérüléssel kapcsolatos tapasztalatok rövid megbeszélése
EBÉDSZÜNET				
<p><b>7. Mozgássérülés</b></p> <p>7.1 Ökölbe szorított kézzel pénztárcából pénz elővétele 7.2 Nyomtatvány kitöltése ökölbe szorított kézzel vagy szájjal</p>	45 perc	egyéni munka	nyomtatvány, íróeszköz	a mozgássérüléssel kapcsolatos tapasztalatok rövid megbeszélése
<p><b>8. Autizmus spektrum zavar</b></p> <p>8.1 Napirend, folyamatábra összeállítása kép- és szövegkártyákból Szakterületi feladatsor lerajzolása vagy írása</p>	45 perc	csoportmunka	napirendszablon, képek, lapok, íróeszköz	az autizmus spektrum zavarral kapcsolatos tapasztalatok rövid megbeszélése
<p><b>9. Beszéd- és nyelvi fogyatékoság</b></p> <p>9.1 Szakterülethez kapcsolódó kérdés</p>	45 perc	csoportmunka	képkártyák	a beszéd- és nyelvi fogyatékosággal kapcsolatos

<p>megfogalmazása képkártyák segítségével</p> <p>9.2 Szituációk A résztvevőknek a szakterülettel kapcsolatos feladatot kell kommunikálniuk Személy 1: se nem mutogathat, se nem beszélhet Személy 2: csak nonverbális jeleket használhat Személy 3: csak magánhangzókkal kommunikálhat Személy 4: csak „tá” szótaggal kommunikálhat Személy 5: csak tátogva, hangzó beszéd nélkül kommunikálhat Személy 6: csak zárt szájjal kommunikálhat</p>			<p>szituációs leírások</p>	<p>tapasztalatok rövid megbeszélése</p>
SZÜNET				
<p><b>10. Ismeretek integrálása a szakmai munkába</b></p>	<p>25 perc</p>	<p>közös megbeszélés</p>	<p>számítógép, kivetítő, hang, internet</p>	<p>a résztvevők saját szakterületükre rövid és hosszú távú ötleteket állítanak össze az akadálymentesítés területén</p>
<p><b>11. Lezárás</b> Milyen gondolatok jutnak most eszükbe max. 1 mondatban Mit visznek magukkal? Mi változott? Mi lenne a mai napra az üzenet?</p>	<p>20 perc</p>	<p>közös megbeszélés</p>	<p>–</p>	<p>fontos, hogy mindenki szót kapjon</p>

## A fejezet zárásaként

A különböző korosztálynak szóló fenti foglalkozástervek instant használhatók, vagy a célcsoportra, helyszínre, időkeretre szabhatók. A tervekben szereplő játékok a kiadvány játékgyűjteményében található meg. A munkafüzetek a SzemléLETformlás című kiadványcsomag részét képezik.

# 1. Szituációs gyakorlatok

A szituációs gyakorlatok gyűjteménye az NFSZK MONTÁZS projekt közszolgáltatásban dolgozó szakembereinek képzéséhez kapcsolódó tréneri kézikönyv feladatait, illetve *Ádám Bernadett, Baranyai György, Katona Zsanett, Petrus József, Plank Beáta, Sárkány Krisztina, Stekler-Pallósi Katalin* fogyatékoságügyi tanácsadók és a szerzők által alkalmazott szemléletformáló feladatokat tartalmazza. A következő szituációs gyakorlatokhoz kapcsolódóan az okoseszközök alkalmazásának bemutatásával is érdemes foglalkozni: például a látássérüléssel kapcsolatos Vásárlás a fűszerboltban című feladat végén egy pénzfelismerő alkalmazást vagy a MGVYOSZ Távszem szolgáltatását bemutatni. Néhány feladat akár több terület sajátosságát is magában foglalhatja: például a cipőfűző bekötése kézzel vagy szemtakaróval, illetve a következőkben felsorolt feladatokkal, kombinált formában, komplett szituációs helyzetek állíthatók össze (például láthatatlan szoba). Minden gyakorlat célja – a tervezett üzenet átadása mellett – a gyakorlatias, együttműködést segítő praktikák bemutatása.

Megvitatásra javasolt kérdések

A gyakorlatokat mindig néhány kérdés feltevésével, megvitatásával zárjuk le.

Ilyen kérdések lehetnek:

- Mi jelentett segítséget?
- Mi lehetett volna még segítség?
- Mi okozta a nehézséget?
- Mi volt a legnehezebb?
- Mi volt a segítség?
- Milyen érzések jöttek elő a feladat közben?
- Milyen lett az elkészült alkotás?
- Milyen praktikák segítettek a feladat megvalósítását?
- Milyen tanács segített a legtöbbet?
- Mire kellett figyelni az eszközök használata közben?
- Mivel lehetett a kiesett funkciót kompenzálni?

## **Használati útmutató a kiadvány belső linkjeihez**

*A kiadvány módszertani részét követő feladatgyűjtemények egyes feladatainál, amennyiben szükséges, melléklet található. Például a feladattárban található Braille-írás gyakorlását célzó feladathoz a szövegben megjelenő aláhúzott, kék Braille-ábécé szóra Ctrl és bal gomb megnyomásával a 4. Melléklet fejezetre jutunk. Itt le kell görgetni a Braille-ábécé-ig, vagyis a játék számát tartalmazó mellékletig. A melléklet megtekintése, nyomtatása után a melléklet kék színű számára klikkelve visszajutunk a feladat leírásához. Ezekkel a kiadványban megtalálható kereszthivatkozásokkal szeretnénk támogatni a kiadvány különböző fejezetei közti átjárhatóságot.*

## 1.1 Mozgássérülés

### 1.1.1 A festő

*Szükséges eszközök:* ecsetek, szívószálak vagy folpack, festékek, [kifestők](#), üres papírlapok, víz, törülköző, gyurmaragasztó a lapok rögzítéséhez.

*Feladat:* vágjuk fel a szívószálakat kb. 3 cm-es darabokra és húzzuk rá az ecset végére vagy tekerjük be folpackkal. A résztvevők üljenek a kezükre, vegyék a szájukba az ecsetet a szívószálas végével, válasszanak egy kifestőt vagy saját elgondolás szerint fessenek egy képet. Először ne rögzítsük le a papírlapot, hadd csúszkáljon egy kicsit.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* milyen lett az elkészült alkotás? Hogyan látta a készülő képet (perspektívaátalakítás)?

*Tervezett idő:* 20 perc

*Résztvevők száma:* 10–20 fő

*Résztvevők életkora:* 4–99 év

### 1.1.2 Két keréken, négy keréken

*Szükséges eszközök:* mankók, járókeretek, kerekesszékek, egyéb járást segítő, könnyítő eszközök.

*Feladat:* a mozgássérültek számára készült, helyváltoztatást lehetővé tevő, segítő, könnyítő eszközök kipróbálása. Készíthetünk berendezési tárgyakkal vagy bóják, rámpák, rögzíthető küszöbök segítségével akadálypályát, esetleg használhatjuk a helyszín adottságait (küszöbön át, ajtón ki, rámpán le-fel, liftezni stb.). Minden résztvevő mellé kell egy személy, aki elmagyarázza az eszközök helyes használatát, valamint végigkíséri a pályán, vigyázva, hogy ne történjen baleset.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mire kellett figyelni az eszközök használata közben? Melyik eszközzel volt a legnehezebb és a legkönnyebb közlekedni? Mire volt szükség az eszköz biztonságos használatához?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Résztvevők száma:* 3–6 fő

*Résztvevők életkora:* 4–99 év

### 1.1.3 Öltözködés ujjak nélkül<sup>11</sup>

*Szükséges eszközök:* egy pár kesztyű, amelynek az ujjait egymáshoz varrták, 2-3 különböző méretű gyermek-, női és férfiing.

*Feladat:* a résztvevő vegye fel a kesztyűket. Már a második kesztyű felvétele is komoly feladat lesz. Ezután válasszon ki egy inget, vegye fel, gombolja be ujjak nélkül.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* hogyan lehetett a második kesztyűt felvenni? Mennyi ideig tartott az első és az utolsó gomb begombolása?

*Tervezett idő:* 5 perc

*Résztvevők száma:* a kesztyűk számának függvénye

*Résztvevők életkora:* 6–99 év

### 1.1.4 Egy lyukon bebújsz, két lyukon kibújsz. Hogy is van ez?

*Szükséges eszközök:* gumiszalag, különböző ruhadarabok, hajtogatást, gombolást, felhúzást segítő eszközök (például zokni-, harisnyafelhúzó, gombolássegítő, ruhahajtogató, karhosszabbító kabáthoz, inghez).

*Feladat:* a gumiszalaggal rögzítsük a résztvevő domináns kezét a teste mellett. Vegyen fel egy inget a karhosszabbító segítségével, és gombolkozzon be a gombolást segítő eszközzel. Majd gombolja ki, vegye le az inget, és hajtogassa össze a ruhahajtogatóval. Próbáljon meg a zoknifelhúzó segítségével zoknit felvenni úgy, hogy nem hajolhat a lábához.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* melyik eszköz volt már ismerős? Melyik eszközt használná szívesen otthon is?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Résztvevők száma:* 3–6 fő

*Résztvevők életkora:* 6–99 év

### 1.1.5 Szívószálcsata

*Szükséges eszközök:* csomag szívószál, hurkapálcák, szemtakaró, összevarrt ujjú kesztyűk, madzag vagy gumiszalag a térfél jelzéséhez.

*Feladat:* két személy az asztal két oldalán összevarrt kesztyűben a hurkapálcát a szívószálba dugja, majd annak segítségével a szívószálát a másik térfelére dobja, ejti. A csata adott ideig tart. Az győz, akinél kevesebb szívószál marad. A játék játszható szemtakaróval vagy egyszerre a két szimulációs eszközzel, így átélve a halmozott sérülés helyzetét.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* a szívószálak átemelése során mi jelentett segítséget?

*Tervezett idő:* 5 perc

*Résztvevők száma:* 2 fő

*Résztvevők életkora:* 6–99 év

---

<sup>11</sup> Szemők Krisztina fejlesztése.

### 1.1.6 Szendvicsezzünk!

*Szükséges eszközök:* gumiszalag, egykezes deszka, kés, kenyér, vaj, sajt, párizsi, paprika vagy zsír, hagyma stb. tetszés szerint.

*Feladat:* egy speciális deszkára felhelyezzük a kenyeret, a felvágottat, egyéb hozzávalókat. A résztvevő feladata levágni 1-1 szelet kenyeret, majd megkenni a vajjal vagy a zsírral, és úgy elfogyasztani, hogy közben a domináns kezét gumiszalaggal a testéhez rögzítettük.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* hogy sikerült a szendvics? Gusztusos lett?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Résztvevők száma:* 3–6 fő

*Résztvevők életkora:* 8–99 év

### 1.1.7 Kerekecske, gombocska<sup>12</sup>

*Szükséges eszközök:* kartonpapír [rajzzal](#), gomb, tű, cérna, egykezes olló és/vagy asztalhoz rögzíthető fix olló, mosogatószivacs, széles gumiszalag.

*Feladat:* a kartonpapírra rajzoljunk fel 1-2 virágot, bohócot vagy hóembert. A virágok közepe, a bohóc orra, a hóember gombjai helyére varrjunk fel egy kézzel egy-egy színes gombot.

A gumiszalaggal rögzítsük a résztvevő domináns kezét a teste mellé. A résztvevő a szabad kezével tegye maga elé a szivacsot, szúrja bele a tűt, az egykezes ollóval vágjon le egy darab cérnát és fűzze be a tűbe, tegyen a cérna végére csomót, majd vegye ki a tűt a szivacsból. A résztvevő helyezze a szivacsra a kartont, szúrja bele a tűt, az egészet fordítsa meg, és a szivacs segítségével húzza ki a tűt a kartonból. Tegye a lap alá a szivacsot. Fűzze rá a tűre a gombot, szúrja át a gomb másik lyukán a tűt, bele a kartonba, át a szivacsba, és mindezt addig ismétlje, amíg a gombot fel nem varrja.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mint az előző feladatnál.

*Tervezett idő:* 20 perc

*Résztvevők száma:* 3–5 fő

*Résztvevők életkora:* 8–99 év

### 1.1.8 Foci, kicsit másként<sup>13</sup>

*Szükséges eszközök:* mankók, járókeretek, gumi- vagy egyéb erős szalagok, foci- vagy gumilabda, focikapu.

---

<sup>12</sup> Tóthné Szemők Krisztina (2005): Kézműves foglalkozás hónapról hónapra, mozgássérült gyermekekkel (szakdolgozat).

<sup>13</sup> Szemők Krisztina fejlesztése.



*Feladat:* alkossunk két csapatot, az egyik kapja meg a mankókat, a másik a járókereteket. A mankós csapattagok hajlítsák be az egyik lábukat, amelyet a szalaggal felkötünk. A másik csapat derekához lazán rögzítsük a járókeretet. Csak annyira, hogy ne lehessen magasra felemelni. Helyezzük ki a kapukat, és kezdődhet a meccs!

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mire kellett figyelni az eszközök használata közben? Melyik eszközzel volt a legkönnyebb és a legnehezebb focizni?

*Tervezett idő:* 2x10 perc

*Részvevők száma:* 2x3–6 fő

*Részvevők életkora:* 10–99 év

### **1.1.9 Szlalom, ahogy még nem próbáltad<sup>14</sup>**

*Szükséges eszközök:* mankók, járókeretek, gumi- vagy egyéb erős szalagok, foci- vagy gumilabda, bóják.

*Feladat:* alkossunk két csapatot, egyik kapja meg a mankókat, másik a járókereteket. A mankós csapattagok hajlítsák be az egyik lábukat, amelyet a szalaggal felkötünk. A másik csapat derekához lazán rögzítsük a járókeretet. Csak annyira, hogy ne lehessen magasra felemelni. Helyezzük ki a bójákat. Először csak szlalomozzanak végig a csapattagok. Másodjára vigyenek végig oda-vissza egy labdát a szlalompályán. Az a csapat nyer, amelyik előbb visszaér a labdával.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mint az előző feladatnál.

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 2x3–6 fő

*Részvevők életkora:* 10–99 év

## **1.2 Látássérülés**

### **1.2.1 Láthatatlan előadás**

*Szükséges eszközök:* a szituációs feladat vezetőjének a hangja.

*Feladat:* a résztvevők csukják be a szemüket. Mi pedig 2-3 percben ismertessük, mit kell tudni a látássérültekről, milyen feladatokkal készültünk, milyen eszközöket szeretnénk bemutatni. Egy idő után játszhatunk a hangszínünkkel, halkabban, hangosabban, kiabálva, hátat fordítva, selypegve, hadarva, közben zajokat keltve, például tapsolva, csapkodva stb. mondhatjuk a mondandónkat.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* milyen volt így hallgatni az ismertetőt? Könnyebb vagy nehezebb volt így odafigyelni a tartalomra?

*Tervezett idő:* 5 perc

*Részvevők száma:* 10–20 fő

*Részvevők életkora:* 4–99 év

---

<sup>14</sup> Szemők Krisztina fejlesztése.

### 1.2.2 Kockaépítés

*Szükséges eszközök:* 2 doboz egymásba nyomható építőkockák, szemtakarók.

*Feladat:* az egyik dobozba előkészítünk egy letapogatható, kockákból készült építményt, amelyet letakart szemmel letapogat a résztvevő. A másik dobozban lévő kockákból ugyanezt az alakzatot kell felépítenie.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mire kellett figyelni az építéskor? Mik adtak jó támpontot?

*Tervezett idő:* 10-15 perc

*Résztvevők száma:* 2–10 fő

*Résztvevők életkora:* 4–99 év

### 1.2.3 Gyöngyfűzés

*Szükséges eszközök:* cérna, damil vagy fonal, eltérő formájú és méretű gyöngyök, doboz, szemtakaró vagy szimulációs szemüveg.

*Feladat:* a résztvevők felveszik a szemtakarót vagy a szimulációs szemüveget. A dobozban kitapintható egy lánc mintája, aminek alapján egy azzal azonos gyöngysort kell fűzniük.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mire kellett figyelni a gyöngyfűzéskor? Mik adtak jó támpontot a gyöngysor felismeréséhez? Mi segített a gyöngy fűzésében? Milyen vizuális információk hiányoztak?

*Tervezett idő:* 15-20 perc

*Résztvevők száma:* 2–10 fő

*Résztvevők életkora:* 4–99 év

### 1.2.4 Hol a párja?

*Szükséges eszközök:* kisebb hétköznapi tárgyakkól 2 egyforma darab, például kicsi labda, állatfigura, radír, kupak, hegyező, kiskanál, gyufásdoboz, iratcsipesz, teatojás, szivacs, dörzsi stb., 2 db doboz, szemtakaró.

*Feladat:* tegyük le a két dobozt egymástól kb. 2-3 méterre. Az egyik dobozba ömlesszük bele az összes tárgyat. A résztvevő szemtakaróval a szemén keressen 2 egyforma tárgyat, majd a verbális segítségünkkel találja meg az üres dobozt és helyezze bele őket. A cél adott idő alatt minél több tárgyat összepárosítani és átvinni a másik dobozba. Csoportban a résztvevő egyik társa is mondhatja az instrukciókat.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mi volt a nehezebb, a tárgyakat párosítani, vagy a másik dobozt megtalálni a térben?

*Tervezett idő:* 10 perc

*Résztvevők száma:* 3–6 fő

*Résztvevők életkora:* 4–99 év

### 1.2.5 Illat a konyhában

*Szükséges eszközök:* szemtakaró, kis fűszeresüvegek, amelyek különböző erős illatú fűszereket, továbbá kávét, kakaót, teát, egyéb élelmiszert, például mustárt, ecetet, hagymát, fokhagymát stb. tartalmaznak.

*Feladat:* kis fűszeresüvegbe készítsünk be különböző fűszereket. Az üvegbe vatta közé érdemes tenni, hogy a résztvevők a feladat előtt se lássák meg a fűszereket, a folyékony anyagokat (mustár, ecet) a vatta pedig felszívja. A résztvevőknek szemtakaróval a szemén az illatuk alapján fel kell ismerniük az üvegekben lévő alapanyagokat, fűszereket.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire voltak felismerhetők a jól ismert illatok? Mennyit nehezített a felismerésben a látásfunkció kiiktatása?

*Tervezett idő:* 10 perc

*Résztvevők száma:* 3–6 fő

*Résztvevők életkora:* 4–99 év

### 1.2.6 Illatok a fürdőszobában

*Szükséges eszközök:* szemtakaró, kis fűszeresüvegek, melyek különböző erős illatú pipere- és tisztítószeret (például parfümöt, fogkrémet, arcszeszt, sampont, Flóraszeptet, mosószert, öblítőt) tartalmaznak. Balesetvédelem miatt célszerű az üvegekbe vattát, kozmetikai korongot helyezni, amely magába szívja a folyadékot, így nem ömölhet ki se a ruhára, se a testre, de az illat intenzíven érezhető marad.

*Feladat:* a résztvevőknek szemtakaróval a szemén az illatuk alapján fel kell ismerniük az üvegekben lévő pipere- és tisztítószeret.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mint az előző feladatnál.

*Tervezett idő:* 10 perc

*Résztvevők száma:* 3–6 fő

*Résztvevők életkora:* 4–99 év

### 1.2.7 Rend a szobában

*Szükséges eszközök:* szemtakaró, gyerekjátékok, dobókocka, szemceruza, rúzs, dezodor, hajkefe, iratok, bankkártya, aprópénz, kocsibiléta, zokni, sál, póló, szemüveg, távirányító, női táska, pénztárca.

*Feladat:* építsük fel a rendetlen teret például egy asztalon, széken. Amikor kész vagyunk, mutassuk be szóban a feladatot és a teret. A résztvevő az instrukció alapján szemtakaróval a szemén rak rendet. Például tegye a táskába, ami odavaló, a pénztárcába az aprót, hajtogassa össze a ruhákat, válogassa ki a gyerekjátékokat.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire volt nehéz felismerni az adott tárgyakat? Melyik feladatrészt volt a legnehezebb és a legkönnyebb? Miért?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 3–6 fő

*Részvevők életkora:* 4–99 év

### **1.2.8 Színezzünk!**

*Szükséges eszközök:* szemtakaró, zsírkréták dobozban, domború festékkel vagy Braille-írógéppel előállított, kiemelkedő kontúrú rajzok.

*Feladat:* a résztvevők egy dobozból 1-2 zsírkrétát választanak tetszés szerint. Már ezt is bekötött szemmel teszik, hogy ne tudják, milyen színű zsírkrétát sikerül kivenniük. A kiválasztott zsírkrétával kiszínezik az ábrát, majd a feladat végeztével, a szemtakarót levéve, megnézik az alkotásokat.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire volt érezhető a kontúr? Mennyire volt felismerhető a rajz? Színezés közben mennyire volt követhető a kontúr? Milyen technikával sikerülhetett a színezés?

*Tervezett idő:* 10-15 perc

*Részvevők száma:* 2–10 fő

*Részvevők életkora:* 6–99 év

### **1.2.9 Puzzle**

*Szükséges eszközök:* szimulációs szemüveg, egy [kép feldarabolva](#).

*Feladat:* a szimulációs szemüveggel többféle látásromlás, csőlátás, stb. jeleníthető meg. A résztvevő úgy tegye ki a képet, hogy rajta van a szimulációs szemüveg. Lehetőség szerint több szemüveget próbáljon ki.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* melyik szemüveggel volt a legkönnyebb és melyikkel a legnehezebb a feladat végrehajtása? Miért?

*Tervezett idő:* 10 perc

*Részvevők száma:* 3–6 fő

*Részvevők életkora:* 6–99 év

### **1.2.10 Segédeszköz-bemutató**

*Szükséges eszközök:* beszélő szoftverek, Braille-írógép, Braille-jegyzetelő sablon, [Braille-ábécé](#), beszélő mérleg, óra, folyadékszintjelző, színfelismerő, pohár, víz, liszt, szemtakaró stb.

*Feladat:* tanulást, étkezést, öltözést segítő eszközöket mutatunk be a résztvevőknek, és biztosítjuk az eszközök kipróbálását. Például a Braille-írógéppel írjuk le a résztvevők nevét, vagy kaphassanak egy jegyzetelő sablont, egy ábécét, és írják le saját maguk. Ezt a papírt haza is vihetik. A résztvevők vegyék fel a szemtakarót és a beszélő mérlegen mérjenek ki adott mennyiségű, például 12 dkg lisztet. Töltsenek vizet egy pohárba, használva a folyadékszintjelzőt. A színfelismerő segítségével állapítsák meg, milyen színű a nadrágjuk, pólójuk, a társaik ruházata.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* melyik eszköz volt a legérdekesebb? Melyik használata volt a legbonyolultabb?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 5–10 fő, az eszközök számától függően

*Részvevők életkora:* 6–99 év

### **1.2.11 Mit eszünk?**

*Szükséges eszközök:* szemtakaró, banán/alma/süti/virslis/ csoki, kés, villa, tányér/ poharas joghurt, kanál.

*Feladat:* a résztvevő szemtakaróval a szemén ismerje fel az ételt az illata alapján, szeletelje fel az evőeszközök segítségével és fogyassza el. Az óra számlapjának megfelelően segíthetünk, hogy hol található még étel a tányéron. Minden résztvevőt meg kell kérdezni, hogy van-e bármilyen ételallergiája, hiszen ő maga nem látja, mi van a tányérján.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire volt könnyű az ételt megtalálni a tányéron? Mennyire volt egyszerű a megfelelő nagyságú falat levágása?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 3–6 fő

*Részvevők életkora:* 6–99 év

### **1.2.12 Aláírókeret**

*Szükséges eszközök:* szemtakaró vagy szimulációs szemüveg, toll, aláírás helyét tartalmazó lap, [aláírókeret](#) (készíthető kartonból).

*Feladat:* a résztvevő szemtakarót vagy szimulációs szemüveget viselve írja fel nevét a lapra. A vakon történő aláírást követően a résztvevő próbálja meg az aláírókeretet használni.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* milyen lett az aláírás? Mennyire hasonlít a megszokott aláírásra? Mennyire volt felmérhető az adott hely, elegendő lett az aláírás számára?

*Tervezett idő:* 5 perc

*Részvevők száma:* 3–6 fő, az aláírókeretek számától függően

*Részvevők életkora:* 6–99 év

### **1.2.13 Nem is olyan titkos titkosírás**

*Szükséges eszközök:* 6 db 6-os tojástartó, Kinder tojás belseje vagy pingponglabda, Braille-ábécé, 6-os felosztású táblázat papíron, ceruzák, radír.

*Feladat:* a tojástartókban a labdák segítségével mutatjuk meg a [Braille-ábécé](#) betűit. A résztvevők kapnak egy-egy nyomtatott ábécét és egy táblázatot, amelyen a Braille-betűt jelölve leírhatják például a nevüket. Vagy fordítva, megkapják egymás nevét Braille-betűkkel, és a Braille-ábécé segítségével ki kell találni, melyik társuk nevét kapták. Mindezt egy-egy tárgy szavával is végezhetjük, ahol a tárgyat kell kitalálni.

Akár rövidebb szövegek is használhatók kódfejtő feladatként. A feladat előtt vagy után érdemes a Braille-írás kialakulásáról mesélni.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire volt nehéz a kódfejtés? Mennyire volt nehéz leírni a saját nevet?

*Tervezett idő:* 10 perc

*Részvevők száma:* 3–6 fő

*Részvevők életkora:* 8–99 év

#### **1.2.14 Vásárlás a fűszerboltban**

*Szükséges eszközök:* szemtakaró, különböző fűszereket tartalmazó kis fűszeresüvegek, valódi pénzek.

*Feladat:* a résztvevők szemtakaróval a szemükön az illatuk alapján ismerjék fel az üvegekben lévő fűszereket, és az utasításban szereplő fűszert kiválasztva vásárolják meg. Ha a „vak” résztvevő kiválasztotta a megvásárolni kívánt fűszereket, akkor a pénztárban kell kifizetnie azokat. A boltba a „vak” személyt elkíséri egy segítő.

*Megvitatásra javasolt kérdések:* kinek melyik feladatrész volt nehezebb: a tájékozódás, az illatok alapján a kívánt fűszer kiválasztása vagy a pénz kikeresése? Miért?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 3–6 fő

*Részvevők életkora:* 8–99 év

#### **1.2.15 Kérek 20 forintot!**

*Szükséges eszközök:* szemtakaró, pénztárca, fémpénzek.

*Feladat:* a résztvevő szemtakaróval a szemén vegyen elő 20 forintot. 20 forint helyett más fémpénz is megnevezhető.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* sikerült végrehajtani a feladatot? Mennyire volt nehéz megkülönböztetni egymástól a fémpénzeket?

*Tervezett idő:* 10 perc

*Részvevők száma:* 3–6 fő

*Részvevők életkora:* 8–99 év

#### **1.2.16 Közlekedj ügyesen!**

*Szükséges eszközök:* szemtakaró, székek, asztalok, ajtók, lépcsők stb.

*Feladat:* a résztvevők álljanak párba. A pár egyik tagja vegye fel a szemtakarót, majd induljanak el a térben (szoba, folyosó, terem, utca) úgy, hogy a másik vezeti, figyelve, hogy semminek ne ütközzenek neki. A résztvevők kipróbálhatják a székre ülés segítségét is. Öt perc után cseréljenek. Amennyiben lehetséges, mutassuk meg a VERCS – Hogyan segíthetsz egy vak embernek? című 10 perces kisfilmet. Ha ez nem lehetséges, mindenképpen mutassuk meg a helyes vezetési technikákat.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mi volt a legnehezebb segítőként? Mi volt a legnehezebb „vak” emberként? Mi az a technika, tudás, amelyet vak személlyel találkozáskor maguk is alkalmazni tudnak majd?

*Tervezett idő:* 20-25 perc

*Résztevők száma:* 2–10 fő

*Résztevők életkora:* 14–99 év

### 1.2.17 Ügyintézés

*Szükséges eszközök:* asztal két székkal, nyomtatvány, [aláírókeret](#), toll.

*Feladat:* a résztvevők eljátszanak egy ügyintézési helyzetet. Szerepek: vak személy, aki ügyintézésre megy, segítő, ügyintéző. A feladat előtt érdemes beszélni az akadálymentesítés hiányosságairól, aminek nemcsak a fizikai, hanem az infokommunikációs eszközök bemutatásáról is szólnia kell. Mivel ezek szinte sehol nem állnak rendelkezésre (hangostérkép, beszélő sorszámkiadó automata, beszélő sorszámkijelző, vezetősávok stb.), a személyes segítség felajánlása nagyobb hangsúlyt kap.

- Amikor az önkéntes kijön a feladathoz, a helyes módon kell felajánlani a segítséget, amennyiben ez nem így történik, akkor finoman javítjuk, hogy megfelelő legyen.
- Megkérdezzük, hogy segítené-e helyet foglalni az ügyintéző asztalánál/ablakánál? Ekkor a helyes kísérést és leültetést is gyakorolhatjuk. (Ezt a feladatot ajánlott megelőznie a Segítség felajánlása látássérült személyek részére és a Látássérült személyek helytel kínálása, leültetése szituációs gyakorlatnak.)
- Az ügyintézés során jelezni kell az önkéntesnek, hogy amennyiben a látássérült személy nem kér segítséget, de azt látja, hogy bizonytalan, akkor nyugodtan ajánlja fel, hogy segít az iratok rendezésében, az adatlapok kitöltésében és aláírásában.
- Nagyon fontos, hogy soha nem szabad megkérdezni, hogy a látássérült személy tud-e írni! Inkább a kérdést úgy kell feltenni, hogy segíthet-e az adatlap kitöltésében, hogyan segíthet az aláírásnál.
- El kell mondani, hogy a látássérült személyek különböző módokon írnak alá. Valakinek csak a toll hegyét kell a vonal fölé helyezni, van, aki sorvezetővel (kis kemény lap, boríték, bankkártya stb.) és van, aki aláírókerettel ír alá.
- Továbbá azt is el kell mondani, hogy ha a látássérült személy kíséreléssel érkezik, akkor ő nem helyette jött az ügyet elintézni, hanem csak azért kísérte el, mert nincs megfelelő akadálymentesítés. A látássérült személy önrendelkezési jogát sérti, ha nem hozzá beszél az ügyintéző, nem vele akarja aláírni a dokumentumokat. A látássérült személyek általában cselekvőképesek, és nem állnak gondnokság alatt. (Ha valaki mégis, akkor annak más fogyatéka is van, és emiatt van gondnokság alá helyezve.)
- Amikor véget ér az ügyintézés, akkor érdemes segíteni a papírok rendezését, de ezt mindenképp előzze meg a kérdés, felajánlás, hogy segíthet-e. A látássérült személyek, hogy vissza tudják keresni a papírjaikat, a dokumentumaikat, irataikat, saját rendszert alakítanak ki maguknak, amely szerint rendezik azokat.
- A feladat végeztével meg kell köszönni az önkéntesnek a segítséget, és meg kell kérni, hogy fáradjon vissza a helyére.



*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* milyen volt a különböző szerepekben az ügyintézés? Mik voltak a biztos és bizonytalan pontok? Hogyan lehet hasznosan segíteni az ügyintézői és a segítői szerepben?

*Tervezett idő:* 15-20 perc

*Részvevők száma:* 3-4 fő

*Részvevők életkora:* 14–99 év

## 1.3 Hallássérülés

### 1.3.1 Hallatlan történet

*Szükséges eszközök:* egy oldal témához illeszkedő szöveg, mindenki számára egy pár füldugó, vatta vagy munkavédelmi zajvédő fültok. Rádió, tv, ventilátor vagy bármilyen eszköz, amely fehér zajt képes kelteni (olyan zaj, ami nem periodikus, minden frekvencia egyenlő mértékben van jelen, ezért nem lehet hangmagasságról beszélni).

*Feladat:* a résztvevők helyezték be/fel valamelyik zajcsökkentő eszközt. Kapcsoljuk be a fehér zajt keltő készüléket. Ha tv-t használunk, olyan csatornára állítsuk, ahol nincs jel (nem sugároz adást), és erősítsük fel, hogy a hang elég zavaró legyen, terelje el a résztvevők figyelmét. Ha rádiót használunk, két állomás közé állítsuk, hogy csak a sistergést halljuk. Ha ventilátort alkalmazunk, állítsuk a legmagasabb fordulatszámra. Olvassunk fel egy hosszabb szöveget, amelynek típusa illeszkedik az érzékenyítendő korosztály adottságaihoz (újságcikk, könyvrészlet, mese). Olvasás közben hadarjunk, szabálytalanul tartsunk szüneteket, beszéljünk halkán, egyhangúan, monoton stílusban. Tegyük fel az olvasottakkal kapcsolatban öt kérdést. Továbbra is beszéljünk gyorsan, halk, monoton hangon. Távolítsuk el a zajcsökkentő eszközöket, kapcsoljuk ki a zajforrást.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire volt érthető a felolvasott szöveg? Mennyire lehetett így koncentrálni? Mennyi információ maradt meg?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Résztvevők száma:* 5–15 fő

*Résztvevők életkora:* 4–99 év

### 1.3.2 Nézd csak! Mutatom

*Szükséges eszközök:* szemléletformáló feladatot vezető személy jelnyelvi tudással, [Jelnyelvi ábécé](#).

*Feladat:* minden résztvevő kap ajándékba egy jelnyelvi ábécét, amelynek segítségével bemutatkozik. Ha a jelnyelvi ábécét elhagyjuk, óvodásokkal is játszható. Megtanítjuk a köszönéseket, a férfi, a nő jelét, majd kortól és érdeklődéstől függően állatok, járművek, tárgyak, ételek, tulajdonságok jeleivel ismerkedhetnek meg a résztvevők. Segítségül hívható a [Hallatlan Alapítvány](#) videós jelnyelvi szótára. Ezt követően egyszerűbb mondatokat is jelelünk, ahol bemutatható a jelnyelv sajátos nyelvi szerkezete.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire voltak kitalálhatók a jelek? Mennyire könnyű, illetve nehéz megjegyezni őket? Melyik volt a kedvenc jel?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Résztvevők száma:* 5–8 fő

*Résztvevők életkora:* 4–99 év

### 1.3.3 Mit mond? Csak egyszerűen!

*Szükséges eszközök:* [kártyák](#) egyszerű szavakkal vagy képeivel.

*Feladat:* a résztvevőket párokra vagy csapatokra bontjuk. Az oktató hang nélkül felolvassa a kártyán szereplő szavakat. Szájról olvasással ki kell találni, kimondani vagy leírni, hogy mi volt az elhangzott szó. Kategóriák megadásával segíthetünk a játékosoknak. Például gyümölcs: alma, szőlő, körte, dinnye; zöldség: répa, retek, káposzta, paprika, hagyma; állat: macska, kutya, madár, disznó, pulyka; érzelem: boldogság, szomorúság, szerelem, vidámság, bánat.

A hasonló szájról olvasási képet adó szavak nehezen megfejthetők, például hal, vaj.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire volt nehéz felismerni a nem hallott szavakat? Melyik szó volt a legnehezebb?

*Tervezett idő:* 10 perc

*Résztvevők száma:* 2–10 fő

*Résztvevők életkora:* 4–99 év

### 1.3.4 Mit mond? Haladóknak

*Szükséges eszközök:* [kártyák](#) rövid mondatokkal.

*Feladat:* alkossunk párokat, az egyik fél húzzon egy kártyát és minél egyszerűbben próbálja – hang nélkül artikulálva, jeleket, gesztusokat használva – megértetni a másikkal, hogy mit szeretne mondani, mi áll a kártyán. A kártyákon rövid mondatok szerepeljenek, például: kérek szépen egy pohár vizet! Mennyibe kerül az alma? 35-ös fekete cipőt szeretnék. Én nem szeretem a tökfőzeléket. Kérlek, adj nekem három könyvet! Most neked kell a táblára írnod! Három cicám van otthon stb.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mi volt a nehezebb: megérteni, mit mutat a társunk, vagy megértetni, hogy mit szeretnénk? Miért?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Résztvevők száma:* 2–10 fő

*Résztvevők életkora:* 6–99 év

### 1.3.5 Kezes kis pletyka

*Szükséges eszközök:* hely, hogy mindenki egymás mögé állhasson.

*Feladat:* rendezzük egyenes sorba a résztvevőket. Álljunk be a sor végére. Megkopogtatjuk az előttünk lévő vállát, hogy az hátraforduljon, és mutatunk neki egy mozdulatsort. Például: álmosan nyújtózunk, beletúrunk a hajunkba, fejünkre csapunk és ugrunk egyet. Fontos, hogy ne keltsünk zajt! Mikor végeztünk, az, akinek mutattunk, visszafordul a sorba, megkopogtatja az előtte lévő vállát, és megmutatja a mozdulatsort. Addig folytatják, amíg a legelöl álló személy is megkapja és elismétli az „üzenetet”. Figyeljük meg a mozdulatsor változását, az eredeti és az utolsó „üzenet” közti különbséget.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mekkora lett a különbség a kezdő és az utolsó mozdulatsor között? Miből adódik az „üzenet” változása? Mitől lett több, illetve kevesebb?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 10–20 fő

*Részvevők életkora:* 4–99 év

### 1.3.6 Mit mond? Segít a számítógép

*Szükséges eszközök:* számítógép, szájrol olvasási szoftver (NSZI eszközkölcsönző), hangosítás.

*Feladat:* a szájrol olvasási szoftver alapján fel kell ismerni a programban beszélők által kimondott egyszerűbb és összetettebb szavakat, egyszerű és összetett mondatokat, szólásmondásokat, tájékoztató szövegeket stb.

Az egyszerűbb feladatoktól haladunk a nehezebbek felé: először hanggal, majd hang nélkül, megoldási javaslatokkal, majd azok elhagyásával (lásd: szoftver leírása).

*Szoftver leírása:* a szoftver letölthető a [http://gyite.barczy.elte.hu/szajrol\\_olvasas.html](http://gyite.barczy.elte.hu/szajrol_olvasas.html) oldalról. A szoftver kibontását követően (szajrol című mappából a másik szajrol mappa kibontása) a szajrol grafikus ikon kinyitásával nyílik meg a főmenü. A beállítások gombot nyomjuk meg, hogy bejussunk a beállítások közé, melynek funkcióit a módosítás gombbal élővé tesszük. A végén *Rendben* gombbal rögzítjük a beállításokat. A *Vissza a főmenübe* gombbal térünk vissza a főmenübe, ahol a *Gyakorlás* gombbal elindítjuk a szoftvert.

Beállítások:

- 1) *Feladattípusok engedélyezése:* pipával kijelöljük a szavak, egyszerű mondatok változatát: pl. időjárás, egyszerű mondatok, összetett mondatok, szólások-közmondások, kérdő és tagadó mondatok.
- 2) *Alkalmazható modellek:* 2-es modell, 3-as modell, 5-ös modell, 6-os modell.
- 3) *Gyakorlással kapcsolatos beállítások:* megoldás kiválasztása a felkínált lehetőségekből, majd a bemutatás későbbi részében javasolt ide visszatérni és ezen a beállításon változtatni, azaz a megoldás beírása segítség nélkül opciót választani. Felkínált lehetőségek száma: 3.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire volt nehéz szájrol olvasni? Mindent sikerült megérteni? Melyik szó, kifejezés volt a legnehezebb? Miért? Milyen opció segített?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 1–3 fő

*Részvevők életkora:* 10–99 év

## 1.4 Értelmi fogyatékosok (intellektuális képességzavar)

### 1.4.1 Csodabolt<sup>15</sup>

**Szükséges eszközök:** tábla, táblafilc vagy kréta, színes papírlapok, tollak, filcek.

**Feladat:** a résztvevők soroljanak fel különböző vágyott dolgokat, amiket felírunk a táblára, amíg meg nem telik a „csodabolt”. Ezután indulhat a vásárlás. A résztvevők a „megvásárolni” kívánt dolgok alapján kapnak vagy nem kapnak színes lapot tőlünk. A játék addig folytatódik, amíg a résztvevők nem találják ki a szabályt. A szabály egyszerű: azokért a szavakért, amelyek kezdőbetűje A–K-ig terjed, kapnak lapot, míg az L–Zs-ig terjedőkért nem. A játék során néha érdemes megkérdezni, hogy érzik magukat a résztvevők. Gyakori, hogy az izgalom érzetétől eljutnak a csalódás, frusztráció érzéséig. Az érzelmek fokozása érdekében olyan mondatokat is lehet mondani, hogy „Pedig ez olyan egyszerű!” „A másik csoport ilyenkor már rég kitalálta a szabályt!” Ezek a mondatok éppen olyanok, amelyeket akár egy gyerek, akár egy értelmi sérült személy szinte minden alkalommal megkap, ha nem ért valamit. Néha kell egy kis segítség, ilyenkor érdemes a lapot érő szavakat elismételni, esetleg az első betűt kicsit hangsúlyozni. Lényeg a szabályvesztettség érzésének megtapasztalása.

**Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:** mennyire volt nehéz rájönni a szabályra? Milyen volt szabályvesztetten szemlélni az eseményeket? Mi segített rájönni a megoldásra? Nehéz a szabály? Mi volt az, ami a leginkább bántott vagy rosszul esett a feladat közben? Hogy éreztétek magatokat, amikor azt hallottátok, hogy az előző csoport ezt már rég kitalálta?

**Tervezett idő:** 15 perc

**Résztvevők száma:** 10–20 fő

**Résztvevők életkora:** 8–99 év

### 1.4.2 Adok, kapok, elfogadok?<sup>16</sup>

**Szükséges eszközök:** az NSZI játéktárában megtalálható kártyacsomag vagy 20 db kártya, amelyből 10 db egy-egy azonos előtagú összetett szó második tagjának képét ábrázolja. Például: tűzlépcső – a képen egy lépcső; tűzmadár – a képen egy madár; tűzgyűrű – a képen egy gyűrű; tűzcsap – a képen egy csap stb. A másik 10 kártyán egyéb, ebbe a szabályba nem illeszthető képek szerepelnek.

**Feladat:** terítsük ki az asztalra a kártyákat. Kérjük meg a résztvevőket, hogy egyesével adják át nekünk. Az összetett szóhoz tartozó kártyákat elfogadjuk, míg a többi visszautasítjuk különböző vicces, kedves megjegyzésekkel. A játékosoknak ki kell találniuk a szabályt. A játékvezető az érzelmek fokozása érdekében többször is kérdezze meg, hogy érzik magukat játék közben, milyen szabályvesztettnek lenni, milyen megélni, hogy egy ilyen egyszerű dologra nem jönnek rá? Provokálhatja is a csoportot: „A másik csoport ilyenkor már rég kitalálta a szabályt!” Ezek a mondatok pont olyanok, amiket akár egy gyerek, akár egy értelmi sérült személy szinte minden alkalommal megkap, ha nem ért valamit.

<sup>15</sup> Az Ability park játéktárából származó játék.

<sup>16</sup> Az NFSZK játéka, Szemők Krisztina és Tóth Melinda fejlesztésében.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mint az előző feladatnál.

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 10–20 fő

*Részvevők életkora:* 8–99 év

### 1.4.3 Fogalmazz KÉK-en!

*Szükséges eszközök:* a résztvevők korához, érdeklődéséhez igazodó, különböző nehézségű írott szöveg, papír, toll vagy számítógép.

*Feladat:* a résztvevők a kapott szöveget fogalmazzák át a Könnyen Érthető Kommunikáció szabályai alapján. Majd cseréljenek egy társukkal, aki módosítja. A cserék száma a játék időtartamához, a csoport motiváltságához igazítható. A könnyen érthető kommunikáció szabályai a [www.konnyenertheto.gonczirita.hu](http://www.konnyenertheto.gonczirita.hu) honlapon megismerhetők.<sup>17</sup>

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire volt egyszerű megérteni az eredeti mondatot? Mi okozott nehézséget a mondatok egyszerűsítésénél? Kinek lehet még jó a könnyen érthető szöveg?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 3–6 fő

*Részvevők életkora:* 8–99 év

### 1.4.4 Bandzsa Halamandzsa Halandzsa<sup>18</sup>

*Szükséges eszközök:* egy rövid, maximum féloldalas [történet](#), a korosztálynak megfelelően, amelynek kb. minden hatodik szavát cseréljük ki egy vicces – például a halabandzsa – vagy egy idegen hangzású – például a balamandzsrisztikus – szóra.

*Feladat:* olvassuk fel a történetet, a résztvevők pedig próbálják megérteni a hallott szöveget.

*Megvitatásra javasolt kérdések:* mennyire volt nehéz megérteni a szöveget ennyi halandzsával? Mennyire nehéz a helyes szavakat megtalálni és beilleszteni a szövegbe? Mi lehet a megoldás az ilyen helyzetek elkerülésére?

*Tervezett idő:* 10 perc

*Részvevők száma:* 1–10 fő

*Részvevők életkora:* 10–99 év

---

<sup>17</sup> Farkasné Gönczi Rita (2018). A könnyen érthető kommunikáció fogalma és szabályrendszere nemzetközi és hazai példák, illetve magyar tapasztalati szakértők javaslatai alapján. Gyógypedagógiai Szemle, 46. (1), 64–76. o., <http://konnyenertheto.gonczirita.hu/ismeret/modszertan/>.

<sup>18</sup> Szemők Krisztina fejlesztése.

## 1.5 Autizmus (autizmus spektrum zavar)

### 1.5.1 Napirend

*Szükséges eszközök:* napirend tábla, [napirend képek](#).

*Feladat:* a résztvevők a napirend kártyák segítségével tervezzék meg a napirend táblán a következő napjukat. Szerepeljen benne a reggeli rutin (felkelés, mosdás, öltözködés, reggelizés stb.), a munkába, iskolába indulás, a délutáni, esti feladatok.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire volt könnyű így összeállítani egy napot? Milyen érzés lenne, ha most kicserélnénk benne egy programot, például vérvételre? Milyen érzés lenne, ha csak közvetlenül a program előtt mondanánk meg, hogy most nem a programra, hanem vérvételre megyünk?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Résztvevők száma:* 3–6 fő

*Résztvevők életkora:* 4–99 év

### 1.5.2 Tanuljunk együtt!

*Szükséges eszközök:* néhány érdekes, rövid ismeretterjesztő anyag, kornak és érdeklődésnek megfelelően. Mindenféle zajkeltő eszköz, diszkólámpa, sárga villogó stb.

*Feladat:* válasszunk ki egy személyt, akinek minél több információt meg kell jegyeznie az általunk felolvasott ismeretterjesztő anyagból. A többiek válasszanak maguknak egy-egy zajkeltő eszközt vagy fényforrást. Normál hangerővel olvassuk fel a tananyagot, miközben a többiek zajongnak, villognak, meg-megérintik a személyt. A kiválasztott személy mondja vissza, hogy mit sikerült megjegyeznie a történetből.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyi információt sikerült megjegyezni? Mi volt a legzavaróbb a hangok, a fények, az érintések közül?

*Tervezett idő:* 10 perc

*Résztvevők száma:* 6–15 fő

*Résztvevők életkora:* 6–99 év

### 1.5.3 Szó szerint

*Szükséges eszközök:* szólásmondást tartalmazó kártyák, a szólásmondást szó szerint [illusztráló képek](#) vagy papírlap, ceruza.

*Feladat:* az egyik feladat, hogy a résztvevő illessze össze a szólást és az azt szó szerint ábrázoló képet. Másik lehetőség, hogy a résztvevők rajzolják le a szólásokat. Például: Addig jár a korszó a kútra, amíg el nem törik. / Falra hányt borsó. / Ki korán kel, aranyat lel. / Asztal alá itta magát. / Két dudás nem fér meg egy csárdában. / Nem esett messze az alma a fájától. / Ég a keze alatt a munka. / Rossz fát tesz a tűzre. stb. Hívjuk fel a figyelmét, hogy az autista személyek általában képekben gondolkodnak, az elvont fogalomalkotásban, megértésben nehézségekkel küszködnek.



*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* minden szólásnak ismert a jelentése? A rajzokból mennyire volt nehéz kitalálni, hogy melyik szólásról van szó?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Résztevők száma:* 6–10 fő

*Résztevők életkora:* 6–99 év

#### **1.5.4 Mi van a képen?**

*Szükséges eszközök:* [Képek](#) és a belőlük kiemelt képrészletek.

*Feladat:* a képrészletekből kell a résztvevőknek kitalálniuk, hogy mi szerepelhet a képen. Például egy íves rész, rajta körök. Úgy tűnik, hogy ez egy pöttyös labda részlete, de ha az egész képet megnézzük, kiderül, hogy egy teknős páncélja.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* milyen érzés volt benned az első teljes kép megismerése után? A második kép értelmezése már könnyebb volt? Milyen érzés, hogy nem vagy csak nehezen látod meg a részleteket/a teljes képet?

*Tervezett idő:* 10 perc

*Résztevők száma:* 3–6 fő

*Résztevők életkora:* 6–99 év

#### **1.5.5 Káosz-köszí**

*Szükséges eszközök:* 6–10 képkockából álló történet, [recept](#), a történet leírása, több zajkeltő eszköz, például ventilátor, rádió, lemezjátszó vagy ezek együttes működéséről egy hangfelvétel és ennek lejátszására alkalmas eszköz.

*Feladat:* különböző zajkeltő eszközöket indítsunk be a szobában (ventilátor, rádió két állomás közti állapotban, lemezjátszó rossz fordulatszámmon). Kapcsolgassuk fel-le a világítást. Ismertessük a történetet vagy receptet, kapcsoljuk be az összes zavaró tényezőt, és kérjük meg a résztvevőket, hogy az elhangzottak alapján tegyék megfelelő sorrendbe a képeket. Kioszthatjuk a szöveges kártyákat is. Ilyenkor dolgozhat két ember önállóan, vagy párosíthatják is a képet a szöveggel. Ezzel könnyíthetjük vagy nehezíthetjük a feladatot.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mint az előző feladatnál.

*Tervezett idő:* 10 perc

*Résztevők száma:* 6–15 fő

*Résztevők életkora:* 8–99 év

#### **1.5.6 Olló forgó**

*Szükséges eszközök:* 1 db olló és annyi szék, ahány résztvevő van.

*Feladat:* az olló különbözőképpen, nyitva vagy csukva körbejár. Aki továbbadja, az mondja is valamelyik szót, mi pedig eldöntjük, hogy jól adta-e tovább az ollót, jól mondta-e vagy sem. A szabályra a résztvevőknek kell rájönniük.

**Szabály:** a lábakat figyeljük. Aki keresztbe rakott lábbal ül, annak nyitott, keresztet formáló állapotban kell az ollót továbbadni. Aki párhuzamosan tartja a lábait, annak zárva, az olló szárait is párhuzamosan tartva kell a szomszédjának továbbítani.

**Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:** mire kellett figyelni a feladat közben? Milyen érzelmek váltakoztak a feladat során? Milyen érzés volt, amikor már többen megértették a szabályt?

**Tervezett idő:** 10 perc

**Részvevők száma:** 10–20 fő

**Részvevők életkora:** 8–99 év

## 1.6 Beszéd- és nyelvi fogyatékoság

### 1.6.1 Nem forog a nyelv

**Szükséges eszközök:** egy doboz kemény cukorka, sárgarépa, [nyelvtörő](#) feladatok.

**Feladat:** mindenki vegyen a szájába egy cukorkát vagy egy szelet répát, szorítsa a nyelve alá és olvassa fel valamelyik nyelvtörőt.

**Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:** mennyire volt nehéz a cukorka nyelv alatt tartása? Mennyire volt érthető a mondóka? Hogyan próbáltad minél érthetőbbé tenni a kimondott szavakat?

**Tervezett idő:** 10 perc

**Részvevők száma:** 3–6 fő

**Részvevők életkora:** 8–99 év

### 1.6.2 Zöldség – gyümölcs

**Szükséges eszközök:** papír, toll.

**Feladat:** mindenki kap egy papírlapot és egy tollat. Párokat alkotunk. A pár egyik tagja kimond egy zöldséget, a másik ezt megismétli, és ezzel egy időben leír a lapra egy gyümölcsnevet. Aztán cserélnek. Legalább 5 váltás legyen különböző zöldségekkel, gyümölcsökkel. A cél megtapasztalni például a stroke-on átesetteknél előforduló kifejezési nehézségeket, amikor tudja, ismeri a szót, mégsem azt mondja vagy írja.

**Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:** sikerült hibátlanul leírni a gyümölcsök nevét? Milyen érzelmek kavargtak írás közben? Milyen érzelmek jöttek elő a leírt szavak visszaolvasásánál?

**Tervezett idő:** 10 perc

**Részvevők száma:** 2–10 fő

**Részvevők életkora:** 8–99 év

### 1.6.3 Szabadulóasztal<sup>19</sup>

*Szükséges eszközök:* asztal, switch nevű kapcsoló (amelyre előre felmondjuk: „nem jó”) vagy csengő, nem ismert idegen szavak listája szócsíkon, az idegen szavak magyar megfelelője szócsíkon, nyelvtanilag helytelen instrukciók (például ragok, névmások hiánya), répaszeletek, történetek.

*Feladat:* az asztalt, amelyen minimum 3 állomást állítunk fel, körbeülik a résztvevők. Az 1. állomásnál a résztvevőknek az idegen szavakat párba kell rakniuk a magyar megfelelőikkel. Rossz párosítás esetén azonnal csengetünk vagy nyomjuk a switchet. A 2. állomáson az elolvasott instrukció alapján kell valakinek cselekednie. A 3. állomáson egy szelet répát nyelvvel a szájpadról rögzítve egy adatokkal, információkkal teli történetet kell elmondani a társaknak. A társaknak ezt a történetet vissza kell tudniuk mondani felénk. Minden hibázásnál azonnal nyomjuk a csengőt vagy a switchet.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* a feladatoknál hogyan érezték magukat a résztvevők az egyre többször hallott csengő vagy szöveg hatására? Miért volt fontos ezt átélni?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Résztvevők száma:* 2–5 fő

*Résztvevők életkora:* 8–99 év

## 1.7 Súlyos-halmazott fogyatékoság esetén alkalmazott augmentatív és alternatív kommunikáció (AAK)

### 1.7.1 Locsi-fecsi

*Szükséges eszközök:* kinyomtatott [klaviatúra](#), szívószál.

*Feladat:* a résztvevők párokat alkotnak. Az egyik fél megkapja a szívószálat és a klaviatúrát. Ő inentől kezdve már nem beszélhet, a szájában a szívószállal kell a betűkre rámutatva minél több dolgot elmesélni magáról. A másik fél különböző kérdéseket tesz fel, például a kedvenc állatról, enni-, innivalóról, nyaralásról, kedvenc filmről, családról stb. 2-3 perc után cserélhetnek.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire volt nehéz így kommunikálni? Mennyire volt nehéz megérteni a társunkat? Milyen érzések jöttek elő a feladat közben?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Résztvevők száma:* 2–8 fő

*Résztvevők életkora:* 8–99 év

---

<sup>19</sup> Farkasné dr. Gönczi Rita fejlesztése.

### 1.7.2 Kimondani a kimondhatatlant

*Szükséges eszközök:* páronként egy darab [boardmaker](#) tábla és fejpálca, témakörkártyák.

*Feladat:* alkossunk párokat. Az egyik fél üljön a betűtábla elé és húzzon egy témakört, például délutáni elfoglaltságaim, nyaralás, kedvenc sport, hobbi, étteremben étel rendelése stb. A betűtábla és a fejpálca segítségével hangadás nélkül kezdjen el mesélni az adott témáról, a betűtábla előtt ülő párja pedig igyekezzen minél többet megérteni, visszakérdezni.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire volt jól használható a boardmaker tábla? Milyen jelekre, képekre lett volna még szükség?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 2–6 fő

*Részvevők életkora:* 10–99 év

### 1.7.3 Érd el!

*Szükséges eszközök:* különböző instrukciókat tartalmazó [papírcsíkok](#), vászonzsák/kalap/doboz, amiből húzni lehet.

*Feladat:* tegyük bele a papírcsíkokat a vászonzsákba/kalapba/dobozba. A résztvevőkből alakítsunk párokat. A pár egyik tagja húzzon egy papírcsíkot, majd beszéd és artikuláció nélkül, csak a szemét használva, esetleg bólogatva, fejet rázva érje el, hogy a társa elvégezze a kihúzott feladatot. Majd cseréljenek szerepet.

Lehetséges instrukciók a mellékletben.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* sikerült elérni, hogy a másik fél végrehajtsa a feladatot? Mennyire volt nehéz megérteni, mit szeretne kérni a társunk? Milyen érzések játszódtak le a feladat végrehajtása közben?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 2–8 fő

*Részvevők életkora:* 10–99 év

### 1.7.4 Boardmaker chit-chat

*Szükséges eszközök:* az interneten ingyenesen elérhető kinyomtatott [boardmaker](#) tábla vagy az NSZI eszközkölcsonzójából különböző szintű boardmakerek.

*Feladat:* a résztvevők párokat alkotnak. Az egyik fél megkapja a boardmakert, ő innentől kezdve már nem beszélhet, a tábla képeinek segítségével kell minél több dolgot elmesélnie magáról, enni-inni kérni stb. A másik fél különböző kérdéseket tesz fel, például a kedvenc állatról, enni-, innivalóról, nyaralásról, kedvenc filmről, családról stb. 2-3 perc után cserélhetnek.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mint az előző feladatnál.

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 2–8 fő

*Részvevők életkora:* 10–99 év

## 2. A specifikus szituációs feladatokon túlmutató tréninggyakorlatok

A következőkben olvasható tréninggyakorlatok a csoporttá válás kialakításában, a képzések fennmaradó idejében ritmusváltásra, a résztvevők energetizálására, esetleg egy-két téma bevezetésére, megerősítésére, a csoport bontására alkalmazhatók.

### 2.1 Együttműködést támogató gyakorlatok

#### 2.1.1 Névtanuló játék labdával

*Szükséges eszközök:* 1 db kislabda.

*Feladat:* a résztvevők kört alkotnak. Első körben mi mondjuk a nevünket, és eldobjuk valamelyik résztvevőnek a labdát. Ő is mondja a nevét és továbbdobja valaki másnak. Addig kell ismételni, amíg legalább egyszer mindenki sorra került. Második körben annak a nevét mondjuk, akitől visszakaptuk a labdát, majd a sajátunkat, és továbbdobjuk valakinek. Ő is mondja annak a nevét, akitől kapta, a sajátját, és ismét továbbdobja a labdát. Addig ismétlik, míg megint sorra nem kerül mindenki. Harmadik körben annak a nevét mondjuk, akitől kaptuk a labdát, a saját nevünket, majd azét, akinek dobjuk. Aki kapta, ugyanígy jár el mindaddig, amíg mindenki sorra kerül.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* sikerült minden nevet megjegyezni? Mennyire volt nehéz a nevekre koncentrálni, elkapni-célozni-eldobni a labdát? Az erős koncentráció segített a névtanulásban?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Résztvevők száma:* 6–20 fő

*Résztvevők életkora:* 4–99 év

#### 2.1.2 Névtanuló játék asszociációval

*Szükséges eszközök:* nem igényel külön eszközt.

*Feladat:* a résztvevők kört alkotnak. Mondunk egy ránk jellemző jelzőt a keresztnévünk első betűjével és a keresztnévünket. A csoport tagjai ugyanígy sorban bemutatkoznak, arra figyelve, hogy ugyanaz a jelző ne ismétlődjön. Például Rohangáló Rita, Rakoncátlan Réka vagy Kreatív Kriszta, Készséges Kati. A második körben az lesz a nehezítés, hogy mindenkinek végig kell mondania a sorban előtte elhangzott összes nevet a jelzőjével együtt. Mi kezdjük, a második mondja a nevünket és a sajátját, a harmadiknak már hármat, a tizediknek tízet, és a kör zárultával mi az összes nevet elsoroljuk a jelzőjével együtt.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire volt nehéz megtalálni a saját kezdőbetűnkkel egy hozzánk illő jelzőt? Mennyivel volt könnyebb így megjegyezni a neveket?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Résztevők száma:* 6–20 fő

*Résztevők életkora:* 6–99 év

### **2.1.3 Atomokból molekulák**

*Szükséges eszközök:* nem igényel külön eszközt.

*Feladat:* a résztvevők a teremben összevissza járkálnak (mint a keringő atomok). Egyszer csak bekiáltunk egy számot (például 6), a résztvevőknek pedig úgy kell összekapcsolódniuk egymással, hogy ilyen számú atomokból felépülő molekulát alkossanak.<sup>20</sup>

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* milyen érzés volt a bolyongás? Milyen érzés volt, amikor elhangzott a szám? Milyen érzés volt, amikor nem sikerült megfelelő számú atomot alkotni?

*Tervezett idő:* 5 perc

*Résztevők száma:* 10–20 fő

*Résztevők életkora:* 8–99 év

### **2.1.4 Közös csomó**

*Szükséges eszközök:* nem igényel külön eszközt.

*Feladat:* a résztvevők körbe állnak, kinyújtják előre a karjukat, majd csukott szemmel elindulnak a kör közepe felé. Mindenki megpróbál megfogni a két kezével két másik kezét. A folyamatot kívülről segíthetjük. Amikor mindenki megfogott két másik kezét, kinyithatják a szemüket. Közösén kell kibogozni a kört vagy köröket.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* milyen érzés volt vakon megfogni egy kezét? Milyen érzelmek jöttek elő a csomó kibogozása közben?

*Tervezett idő:* 1 perc

*Résztevők száma:* 10–20 fő

*Résztevők életkora:* 8–99 év

---

<sup>20</sup> A játék forrása: URL: <http://www.cegtrening.hu/trening-feladatok/>, letöltés: 2019. január 18.

### 2.1.5 Változási görbe

*Szükséges eszközök:* nem igényel külön eszközöket.

*Feladat:* két csoportra osztjuk a résztvevőket, akik felállnak egymással szembe.

A következő instrukciókat adjuk: Nézzétek meg egymást alaposan! Fordítsatok hátat egymásnak. Változtassatok meg magatokon 2 dolgot. Most forduljatok ismét egymás felé. Keressétek meg, mit változtatott meg magán a párotok. Amikor a változtatás megtörtént, a párok visszafordulnak és megpróbálják megfejtetni, hogy a másik mit változtatott. Ha szükséges, akkor segítenek egymásnak.

A feladat elvégzése után újra hátat fordítanak egymásnak. Változtassatok meg magatokon 4 dolgot! Hasonlóan történik a feldolgozás, mint az előzőkben.

Változtassatok meg magatokon 6 dolgot! Hasonlóan történik a feldolgozás, mint az előzőkben.

Változtassatok meg magatokon 9 dolgot! Hasonlóan történik a feldolgozás, mint az előzőkben.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* hány változást tudtak még segítség nélkül felfedezni a párok? Mi volt a feladat nehézsége? Mi segítette a feladat megoldását? Mi jellemezte a változásokat?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Résztvevők száma:* 6–20 fő

*Résztvevők életkora:* 8–99 év

### 2.1.6 Papírtorony

*Szükséges eszközök:* 30 db papírlap.

*Feladat:* a csoport kap kb. 30 üres lapot. A cél, hogy építsenek belőle tornyot. A játék végén megbeszélhetik, hogyan dolgozták ki a stratégiát, hogyan valósították meg, milyen volt a feladat leosztása.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire elégedettek az elkészült torony magasságával? Mi segítette és mi nehezítette a munkát?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Résztvevők száma:* 6–20 fő

*Résztvevők életkora:* 8–99 év

### 2.1.7 Figyelem és összpontosítás

*Szükséges eszközök:* nem igényel külön eszközt.

*Feladat:* a résztvevők körben ülnek. Mondunk egy számsort, például 1, 2, 3, 4. Az *első körben* ezt a számsort úgy ismétlik, hogy minden résztvevő csak egy, a soron következő számot mondja. A *második körben* az első számot hangosabban mondjuk.



**1**, a többiek normál hangon mondják a sor többi számát, 2, 3, 4, 1. A hatodik ember a második számot mondja erősebben. **2**, a többiek normál hangon folytatják, 3, 4, 1, 2. A 11. ember a harmadik számot mondja hangosabban. **3**, és így tovább. A *harmadik körben* nemcsak hangosabban mondunk egy számot, de valami mozgással is kísérjük, például felállunk, és egyre gyorsítjuk is a kört. A játék célja az egyre nagyobb összpontosítás, a sorrendre, a másokra való odafigyelés.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire okozott nehézséget megérteni és alkalmazni a szabályt?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 6–20 fő

*Részvevők életkora:* 10–99 év

### 2.1.8 Hogy érzed magad?

*Szükséges eszközök:* kicsi papírlapok, tollak vagy filcek.

*Feladat:* minden résztvevő kap egy papírlapot, amelyre 1-től 100-ig rá kell írnia azt a számot, ahogy éppen érzi magát. Kijelölünk egy kezdő széket, és mindenkinek meg kell találnia a helyét a számsorban. Ezután mindenki mesélje el, miért pont ez a szám került a lapjára. Cél, hogy a megszokott párok, ismerősök, barátok, kollégák elkerüljenek egymás mellől, és újabb kapcsolódások alakulhassanak ki.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* miért ezt a számot írtad? Hogy érezed magad a csoportban most elfoglalt helyeden? Milyen érzések jöttek elő a feladat közben?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 6–20 fő

*Részvevők életkora:* 10–99 év

### 2.1.9 Összenőve

*Szükséges eszközök:* nem igényel külön eszközt.

*Feladat:* a csoport párokat alkot. Mindenki egyenesen maga mellett tartja a karját. A párok a karjuknál teljesen összeérnek, és sétálni kezdenek a térben összevissza. Vigyáznak, hogy ne ütközzenek senkinek, hogy irányváltásnál ne nyíljon szét a karjuk. Különböző instrukciókat adunk, például: Állj! Hajolj le! Indulj el! Jobbra! Balra! Lépkedj hátrafelé! stb.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire volt könnyű az együttműködés? Milyen érzés volt a másikkal „összenőni”? Mi volt a jó és mi volt a rossz az együttműködésben?

*Tervezett idő:* 10 perc

*Részvevők száma:* 6–20 fő

*Részvevők életkora:* 10–99 év

### **2.1.10 Varázs Garázs, az autójavító műhely**

*Szükséges eszközök:* tábla, táblafilc vagy kréta.

*Feladat:* fantáziajáték, amely nagyfokú feloldódást és együttműködést igényel a csoporttagoktól.

Először a csoporttagok megbeszélik, hogy ki milyen autó szeretne lenni (például márkája, színe, formája, évjárata) és milyen problémája van. A válaszokat felírjuk a táblára. Középre helyezünk egy széket, amelyre egyesével leülnek a résztvevők, mint az autók az autómosóban. A csoporttagok ekkor körbeállják, és játékos formában megszerelik. A játék végén a résztvevők elmondják, hogy milyen lett a javítás után, és elégedettek-e. Utána jöhet a következő játékos.<sup>21</sup>

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* milyen érzés volt az autójavítóban ülni, miközben mindenki azon fáradozott, hogy a kért javítás elkészüljön? Milyen érzés szerelőnek lenni?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Résztvevők száma:* 6–12 fő

*Résztvevők életkora:* 10–99 év

### **2.1.11 Konstruktív hallgatás**

*Szükséges eszközök:* nem igényel külön eszközt.

*Feladat:* a résztvevők párt alkotnak, és leülnek egymással szemben. A gyakorlatban olyan párbeszédet folytatnak egymással, amelyben az egyik fél a hallgató, a másik a beszélő szerepet kapja. Nagyon fontos, hogy nem lehet kérdezni, közbevágni, csak hallgatni szabad, és a hallottakat metakommunikatívan megerősíteni. Mindkét fél 3-3 percig beszélhet.

A konstruktív hallgatás témái lehetnek: a munkám legnagyobb sikere; az elmúlt hét öröme; kedvenc ételém és ahogy én készítem; kedvenc filmem és ami a legjobban tetszik benne; kedvenc állatos történetem; kedvenc könyvem és rövid története; mit csinállok ma délután, milyen feladatok várnak.

*Megvitatásra javasolt kérdések:* a gyakorlat után a résztvevők röviden elmondják, mit tudtak meg a párjuktól, párjukról. Mondják el, milyen volt, hogy nem szólhattak közbe! Milyen volt úgy mesélni, hogy a másik nem szólt közbe?

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* milyen érzés volt 3 percig megszakítás nélkül magadról beszélni? Milyen érzés volt 3 percig csak értőn hallgatni?

*Tervezett idő:* 20 perc

*Résztvevők száma:* 6–20 fő

*Résztvevők életkora:* 14–99 év

---

<sup>21</sup> A játék forrása: URL [www.cegtrening.hu/trening-gyakorlatok/](http://www.cegtrening.hu/trening-gyakorlatok/), letöltés: 2019. január 18.

### 2.1.12 Zin Obelisz

*Szükséges eszközök:* információs [kártyák](#), feladtleírás (mellékletben külön is megtalálható), tábla, táblafilc vagy kréta.

*Feladat:* a résztvevők között szétosztjuk az összes információs kártyát, majd felolvassuk a történetet.

*Az ókori Atlantisz városában Tina istenség tiszteletére egy téglatest alakú obeliszket emeltek, amelyet Zinne neveztek el. Az építés kevesebb, mint két hetet vett igénybe. A csoport feladata, hogy meghatározza, a hét pontosan melyik napján készült el az építmény. Megoszthatja a kártyáján található információkat másokkal, de másoknak nem mutathatja meg a kártyát.*

Mindenki megnézheti a kártyáját, megoszthatja a rajta szereplő információkat, de nem mutathatja meg senkinek. Cél, hogy a csoport rájöjjön, hogyan tudnak együttműködni és megoldani a feladatot.

*Megoldás: az építmény a **Tenger napján**, azaz az atlantiszi hét második napján készült el.*

*Magyarázat: a Zin méreteiből következően 50 000 köbláb anyagot tartalmaz. A kőkockák 1 köbláb nagyságúak, így összesen 50 000 darabra van szükség belőlük. Egy munkanapon egy munkás 7 órát dolgozik. Egy munkás egy óra alatt 150 kőkockát tud letenni, ezért egy nap alatt 1050 a teljesítménye. Naponta nyolc ember dolgozik, így összesen egy nap alatt 8400 kőkockát tudnak a helyükre tenni. Az 50.000. kőkocka ezért a hatodik napon kerül a helyére. Mivel Tanc napján az emberek nem dolgoznak, ezért a hatodik munkanap a Tenger napja.*

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mi nehezítette a kezdő lépéseket? Hogy választódott ki a csapatvezető embere, aki begyűjtötte és rendszerezte az információkat? Ki szerepelt a legtöbbet, ki a legkevesebbet, ők mit éreztek a gyakorlat közben? Mikor érezték, hogy a feladat teljesíthető? Mi segítette a munkát? Hogyan lehetett volna növelni a csoport teljesítményét?

*Tervezett idő:* 30 perc

*Résztvevők száma:* 10–20 fő

*Résztvevők életkora:* 14–99 év

## 2.2 Energetizáló gyakorlatok

### 2.2.1 Álljunk csoportba!

*Szükséges eszközök:* nem igényel külön eszközt.

*Feladat:* a csoport tagjai különböző ismertetőjegyek alapján csoportba állnak. Például: jöjjön a csoportba, akin piros ruhanemű van / magyar anyanyelvű / fél a sötétben / szőke a haja / van cicája stb. A példák a csoport aktuális témája szerint változtathatók.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* milyen érzés a csoporthoz tartozás? Milyen érzés kimaradni, esetleg egyedül kimaradni a csoportból?

*Tervezett idő:* 5 perc

*Részvevők száma:* 10–20 fő

*Részvevők életkora:* 6–99 év

### 2.2.2 Beszél a kéz

*Szükséges eszközök:* nem igényel külön eszközt.

*Feladat:* a résztvevők körben helyezkednek el. Minden résztvevő kifejez valamit a kezével, amit a többiek kitalálnak (például kérés, parancs, elégedetlenség, düh, öröm, szeretet).<sup>22</sup>

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire volt egyértelmű, hogy mit szeretne a társunk? Mennyire volt nehéz kitalálni, hogyan fejezzük ki magunkat egy kézmozdulattal?

*Tervezett idő:* 5 perc

*Részvevők száma:* 6–20 fő

*Részvevők életkora:* 6–99 év

### 2.2.3 Álljon fel, aki!

*Szükséges eszközök:* eggyel kevesebb szék, mint a csoport létszáma.

*Feladat:* eggyel kevesebb szék van, mint amennyi a csoport létszáma, egymásnak háttal, egy körbe van állítva. Egy fő kivételével mindenki ül. Aki áll, kigondol egy tulajdonságot, ami jellemző rá, majd azt mondja: „Álljon fel, aki...!”. Akire szintén jellemző ez a tulajdonság, feláll, és egy másik helyre kell leülnie. Akinek nem maradt szék, az mondja a következő tulajdonságot.<sup>23</sup>

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mennyire volt nehéz olyan tulajdonságot találni, amely minél több vagy inkább minél kevesebb embert mozgatót meg?

---

<sup>22</sup> A játék forrása: Bánlaki Jánosné–Farkasné Gönczi Rita (2008): ÖRÖK Kézikönyv önérvényesítő csoportok vezetői számára. ÉFOÉSZ, Budapest, 2009.

<sup>23</sup> Tóth Ibolya–Kádár Erika (2009): Szárnyalás. Játékgyűjtemény pedagógusoknak. Dobbantó program. FSZK, 32 o.

*Tervezett idő:* 5 perc

*Részvevők száma:* 10–20 fő

*Részvevők életkora:* 8–99 év

#### **2.2.4 Stop!**

*Szükséges eszközök:* nem igényel külön eszközt.

*Feladat:* a csoportból 2 fő kitalál egy helyzetet, amit mozgással és hanggal bemutatnak. Amint valaki más helyzetet tud kitalálni a mozdulatokból, szól, hogy stop. A két játékos mozdulatlaná válik. A stopot mondó személy beáll valamelyik játékos helyére azonos mozdulattal, majd a saját történetét indítja el. A társnak alkalmazkodnia kell az új helyzethez és folytatni a játékot a következő stop elhangzásáig.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mi volt a legkönnyebb és a legnehezebb a feladat megoldásában, a feladatba való bekapcsolódásban? Milyen érzelmek játszódtak le az együttműködések közben?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 6–20 fő

*Részvevők életkora:* 8–99 év

#### **2.2.5 Élőképek**

*Szükséges eszközök:* nem igényel külön eszközt.

*Feladat:* a résztvevők körben ülnek. Két segítővel bemutatjuk az élőképeket, amelyeket mindig 3 személy alkot. A feladat csak olyan csoportban végezhető, ahol az életképek nem okoznak kellemetlen érzést. A csoporttagok közül bárki kérheti, hogy kimaradhasson a feladatból.

*James Bond:* a középső személy feláll, egyik kezével a másik kezét csuklónál megtámasztja, mintha egy pisztollyal szeretne előre löni. A két oldalán állók úgyszintén megtámasztják a kezüket, de a pisztoly csöve felfelé néz, és hátukat jobbról-balról a középső ember oldalának döntik.

*Elefánt:* a középső ember feláll, egyik kezével megfogja az orrát, és a karja által képzett körön a másik kezét át dugja. Ez az elefánt ormánya. A két szélén lévő társa mind a két kezét felemeli, a középső ember felé hajolnak, kezükkel megérintve azt. Ők az elefánt fülei.

*Kenyérpíró:* a középső ember feláll. A két szélső társa is feláll, a középső ember felé fordulnak, és megfogják egymás kezét. Ők alkotják a kenyérpírókat. A középső ember a karok között föl-le mozog, mint a kenyér, amikor kiugrik a píróból.

Beállunk a körbe, rámutatunk egy emberre és megnevezünk egy életképet. Akire mutattak, az lesz a középső, a mellette ülőknek is fel kell állniuk és létrehozni a kívánt életképet. Aki elrontja, nem kapcsol, az helyet cserél a kör közepén állóval.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* mint az előző feladatnál.

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 10–20 fő

*Részvevők életkora:* 8–99 év

## 2.2.6 Joe, a vadnyugat réme

*Szükséges eszközök:* nem igényel külön eszközt.

*Feladat:* a résztvevők körbe állnak. Egy fő Joe lesz, aki a kör közepére áll. Joe jelképesen rálő valakire a körből. Akire rálőtt, az a személy leguggol. A guggoló személy jobb és bal oldalán álló emberek jelképesen pisztolyt formálnak a kezükből és párbajoznak a guggoló személy fölött. Aki lassúbb, az helyet cserél a kör közepén állóval, és ő lesz Joe. A játék további elemekkel bővíthető, a körben álló másik mozdulattal rámutat a kör egyik tagjára, aki – mint egy repülő – a kezével szemüveget formál a szeme előtt. A jobb és bal oldali társa rátámaszkodik és a másik karját szárnyként kiterjeszti, mintha a repülő szárnyai volnának. Aki a leglassúbb, vagy eltéveszti, az áll be a kör közepére az előző játékos helyett.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* milyen érzés volt a körben Joe szerepében állni? Milyen érzés volt, amikor Joe rád vagy a melletted lévőre lőtt?

*Tervezett idő:* 15 perc

*Részvevők száma:* 10–20 fő

*Részvevők életkora:* 10–99 év

## 2.3 Előítélettel és egyenlő eséllyel foglalkozó gyakorlatok

### 2.3.1 Leírás, értelmezés, minősítés – LÉM

*Szükséges eszközök:* [színes képek](#), tábla, táblafilc vagy kréta, különböző színű post-it, tollak, filcek.

*Feladat:* a létszámtól függően alkossunk 2-3 csoportot és osszunk ki mindenkinek 1-1 azonos színű post-itet. Az első kép bemutatását követően elmondjuk a feladatot az alábbi instrukcióval: **Írd le, mit látsz a képen!** Néhány perc elteltével szedjük össze csoportonként a post-iteket. A teljes folyamatot a további két képpel is megismételjük.

Ezt követően adjuk vissza az első kép post-itjeit úgy, hogy minden csoport egy másikat kapja meg. Kerüljön vissza az első kép. Rajzoljunk a táblára három oszlopot, a következő megnevezéssel: **leírás, elbeszélés, minősítés**. A csoport értelmezze a papíron olvasott szöveget és osztályozza a táblán szereplő három szempont szerint. Értékeljük, és ha kell, javítsuk ki a csoport általi besorolást. Végül a post-it kerüljön fel a megfelelő oszlopba. Ezt a következő két képpel is végezzük el.

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések:* elemezzék ki a táblára felkerült post-itek csoportosítását. Melyik csoportba került a legtöbb? Mi okozott nehézséget a feladat pontos végrehajtásában? Mire enged következtetni a kapott eredmény? Feltétlenül rossz az előítélet? Mire használjuk szinte nap, mint nap az előítéleteinket? Tudjuk-e befolyásolni? Kell-e befolyásolni?

*Tervezett idő:* 30 perc

*Részvevők száma:* 6–20 fő

*Részvevők életkora:* 14–99 év

### **2.3.2 Leila és Mohamed**

*Szükséges eszközök:* a [történet leírása](#) (mellékletben külön is megtalálható), tábla, táblafilc vagy kréta, post-it, tollak, filcek.

*Feladat:* rajzoljuk fel a tábla közepére a Nílust, egy-két krokodillal. Bal partjára írjuk fel Leila, Ahmed és Tarik nevét. A jobb oldalra Mohamed és Dzsafar neve kerüljön.

Közben olvassuk fel a következő történetet:

*„A Nílus egy hosszú-hosszú folyó, amely észak felé folyik. Sok benne a krokodil és kevés rajta a híd.*

*A Nílus partján lakik Leila. Leila 17 éves lány, halálosan szerelmes Mohamedbe, aki a Nílus túlsó partján lakik. Leila mindenképpen meg szeretné látogatni szerelmét, ezért elmegy Ahmedhez, és megkéri, hogy vigye őt át a folyó túlsó partjára. Ahmednek ugyan ideje is van, hajója is, mégsem viszi át Leilát. Leila nem adja fel, elmegy Tarikhoz, és megkéri, hogy vigye őt át a túlsó partra. Tarik azt mondja, hogy rendben, de csak holnap reggel, Leila pedig töltsse vele az éjszakát. Így is történt, Leila mindenképpen át akart jutni Mohamedhez, Tarikkal töltötte hát az éjszakát, Tarik pedig reggel átvitte a túlsó partra. Leila repült szerelméhez, akinek elmondta, milyen nehézségeken keresztül jutott el hozzá. Mohamed elküldte Leilát. Leila nagy bánatosan sétálgatott a Nílus-parton, könnyeivel küszködött, mígnem összetalálkozott Dzsafarral. Dzsafar megkérdezte, hogy mi bántja, Leila pedig elmesélte történetét. Dzsafar elment Mohamedhez, és szó nélkül két hatalmas pofont kevert le neki.”*

Most kérjük meg a résztvevőket, hogy mindenki 1-től 5-ig tegye sorrendbe a történet szereplőit. 5 pontot kap a legszimpatikusabb, 1 pontot a legellenszenvesebb szereplő. Minden pontérték csak egyszer használható fel.

Rajzoljunk fel egy táblázatot, és írjuk be, hogy a történet szereplői milyen pontszámokat kaptak a résztvevőktől. (Kevés idő vagy túl sok szereplő esetén ez elhagyható.) Ezt követően alkossunk 3–6 fős csoportokat, létszámtól függően. Az a feladat, hogy a csoportok konszenzus segítségével hozzanak létre egy sorrendet. Írjuk fel ezeknek az együttműködéseknek is az eredményét, majd olvassuk fel a történethez tartozó további információkat.



*„Leila 17 éves gimnazista és Mohamed az ő tanára, aki boldog családos ember. Ahmed szintén ugyanabban a középiskolában tanít, Mohamed kollégája. Tarik Leila nagypapája, és nagyon rég nem találkozott kedvenc unokájával, akivel együtt teázgatták, beszélgették át az éjszakát. Dzsafar pszichopata gyilkos – tiszta szerencse, hogy csak felpofozta Mohamedet...”<sup>24</sup>*

*Megvitatásra javasolt egyéb kérdések: mi okozta a nehézséget az egyéni és a csoportos sorrend kialakításánál? Mi kompenzálta az információ hiányát? Mire enged következtetni a kapott eredmény? Feltétlenül rossz az előítélet? Mire használjuk szinte nap mint nap az előítéleteinket? Tudjuk-e befolyásolni? Kell-e befolyásolni?*

*Tervezett idő: 30 perc*

*Részvevők száma: 6–20 fő*

*Részvevők életkora: 14–99 év*

---

<sup>24</sup> A történet megtalálható a Szülők bevonásának erősítése – Módszertantár bővítése, továbbfejlesztése című összefoglalóban.

## 3. Film- és könyvszemle

A következőkben témakörönként filmek és könyvek listája olvasható, amelyek alkalmasak lehetnek a különböző fogyatékosággal kapcsolatos témák bemutatására, ismeretterjesztésre, segéd- vagy tananyagként történő felhasználásra.

### 3.1. Filmajánló

#### Autizmus (autizmus spektrum zavar)

- A galaxis őrzői
- A híd (tv-sorozat)
- A kód neve: Merkúr
- A könyvelő
- Adam
- Agymenők (sorozat)
- Ben X
- Egy csodálatos elme
- Esőember
- Hősüti
- Különleges gyerekek
- Mary és Max
- Temple Grandin
- Thomas után

#### Beszéd- és nyelvi fogyatékoság

- A király beszéde – dadogás
- Csudabogarak – dadogás
- Felelet az életnek – Erőss Tamás – afázia

#### Értelmi fogyatékoság

- A szív bajnokai
- Az óriás
- Benny és Joon
- Café de Flore
- Charlie Gordon– Virágot Algernonnak
- Egerek és emberek
- Felelet az életnek – Az élet kissé bonyolult
- Forrest Gump
- Gilbert Grape
- Isten hozta, Mister!
- Nevem Sam
- Rádió

#### Hallássérülés

- A hallássérülés 8 különös története
- A Bélier család
- Elcserélt lányok (amerikai sorozat)
- Hallgass a szívedre!
- Kalapács

#### Látássérülés

- A képzelet ereje
- Egy asszony illata
- Táncos a sötétben
- Vakrandi
- Vakvagányok

#### Pszichoszociális fogyatékoság

- A halászkirály legendája
- A mester
- Amnézia
- Az órák
- Call Me Crazy
- Egy csodálatos elme
- Mi történt Baby Jane-nel?
- Mr. Jones – Jogában áll meghalni
- Napos oldal
- Pengeélen
- Ragyogj!
- Sybil

- Ébredések
- Fekete hattyú
- Harcosok klubja
- Iris – egy csodálatos női elme
- Megmaradt Alice-nek
- Száll a kakukk fészkére
- Szeretni bolondulásig
- Tortúra
- Viharsziget

### Mozgássérülés

- A bal lábam
- A belső tenger
- A kezelés
- A mindenség elmélete (ALS)
- A repülés elmélete
- „Attól, hogy nem tudok járni, vagy egy kicsit folyik a nyálam még értelmes vagyok.” (Trailer: <https://www.youtube.com/watch?v=Q4QDRiGYQF8>)
- Az értelem diadala
- Életem a szörf
- Életrevalók
- Guttman: egy kivételes ember
- A kezelés
- A mindenség elmélete
- Gyilkos labda
- Így neveld a sárkányodat
- Légyott a Hetesen
- Mosolyka
- Rozsda és csont
- Szavak nélkül
- Szerelem és más drogok
- Szkafander és pillangó
- Szórakozni ment, lebénult
- Marietta drámai története (Trailer: [https://youtu.be/KLOT\\_N\\_5lrk](https://youtu.be/KLOT_N_5lrk))
- Te nem vagy te
- Tiszta szívvel
- Tortúra

### Siketvaktság

- Kismadár

### Tourette-szindróma

- Alice Csodaországban
- Mintadiák

### Kisemberek

- Életem NAGY szerelme

### Több területet is megmutató filmek

- Életem NAGY szerelme
- Felelet az életnek (Duna TV dokumentumműsor-sorozata)

### Több területet is megmutató filmek

- Felelet az életnek (Duna TV dokumentumműsor-sorozata)
- A Pillangócirkusz

## 3.2 Könyvajánló az NSZI polcáról

Egyenlő esélyű hozzáféréssel kapcsolatos kiadványok

- Fogyatékos személyek a KÖZszolgáltatás ÜGYfelei. Komplex kisokos a fogyatékos emberekkel történő kommunikációhoz
- Tapasztalati szakértők a gyakorlatban
- Konferenciák, rendezvények, szabadidős programok – útmutató az egyenlő esélyű hozzáférés biztosításának szakmai szempontjaihoz
- Segédlet a közszolgáltatásokhoz való egyenlő esélyű hozzáférés megteremtéséhez – 2015
- Színházi előadások – útmutató az egyenlő esélyű hozzáférés biztosításának szakmai szempontjaihoz

<https://www.efiportal.hu/egyenlo-eselyu-hozzaferhetoseg/kiadvanyok/egyenlo-eselyu-hozzaferes-temajaval-foglalkozo-kiadvanyok/>

Augmentatív és alternatív kommunikáció (AAK) témakörével foglalkozó kiadványok, kisfilmek

<https://www.efiportal.hu/egyenlo-eselyu-hozzaferhetoseg/kiadvanyok/augmentativ-es-alternativ-kommunikacio-aak-temakorevel-foglalkozo-kiadvanyok/>

Könnyen érthető kommunikációval készült kiadványok

- Fogytékosság és bántalmazás
- „Dolgozni jó!” füzet sorozat
- Mi az a kiváltás? Ismerkedés a közösségi befogadással
- Sok segítséget igénylő emberek önérvényesítése

<https://www.efiportal.hu/egyenlo-eselyu-hozzaferhetoseg/kiadvanyok/konnyen-ertheto-kiadvanyok/>

## 4. Mellékletek

### 1. Szituációs gyakorlatok

1.1 Melléklet a mozgássérülést bemutató szituációs gyakorlatokhoz:

### 1.1.1 A festő<sup>24</sup>



<sup>24</sup> A kép a Coloring Page for Kids ingyenesen letölthető színező oldalról származik.

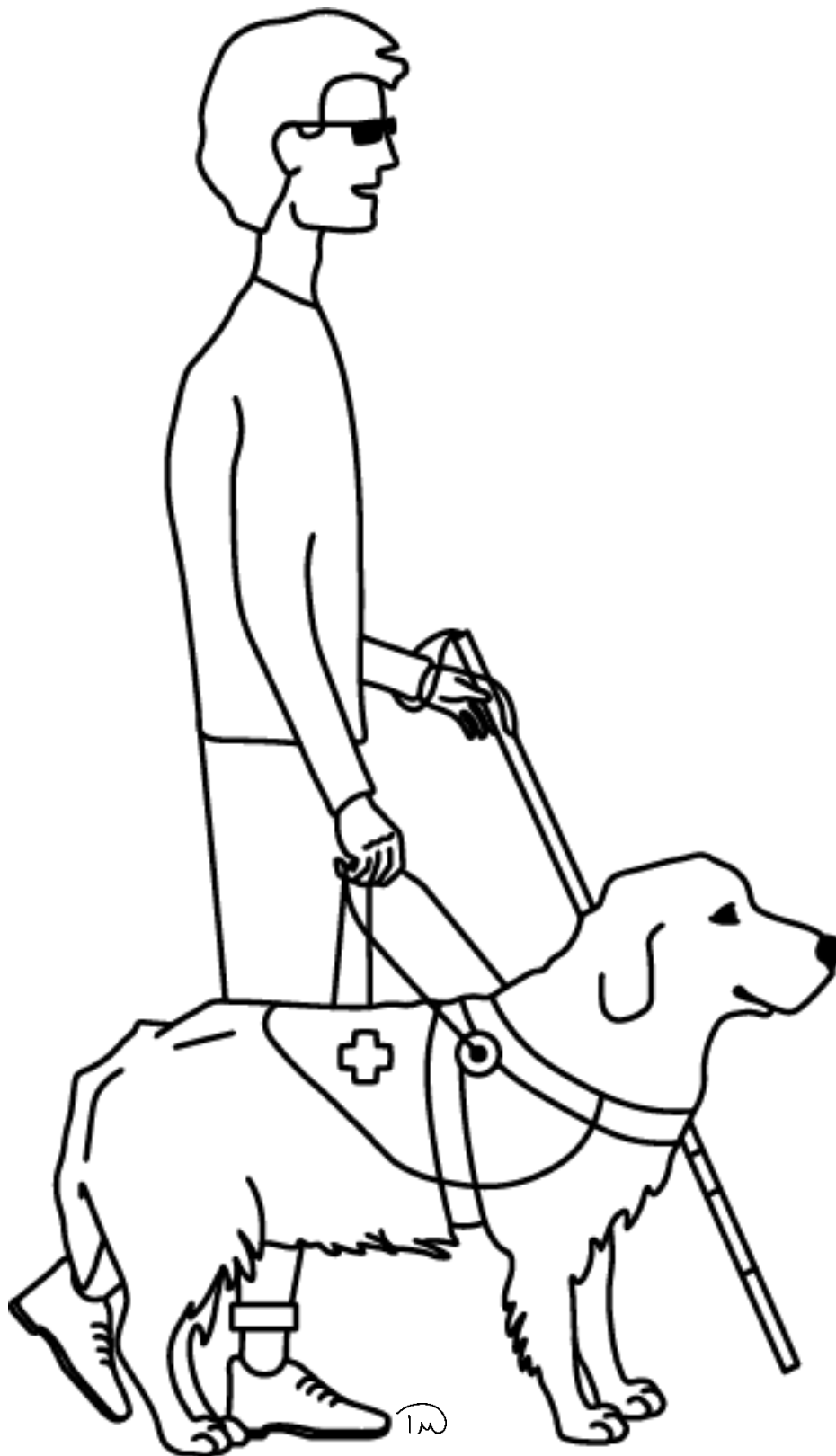


26

---

<sup>26</sup> A kép az iStock ingyenes képletöltő oldalról származik.

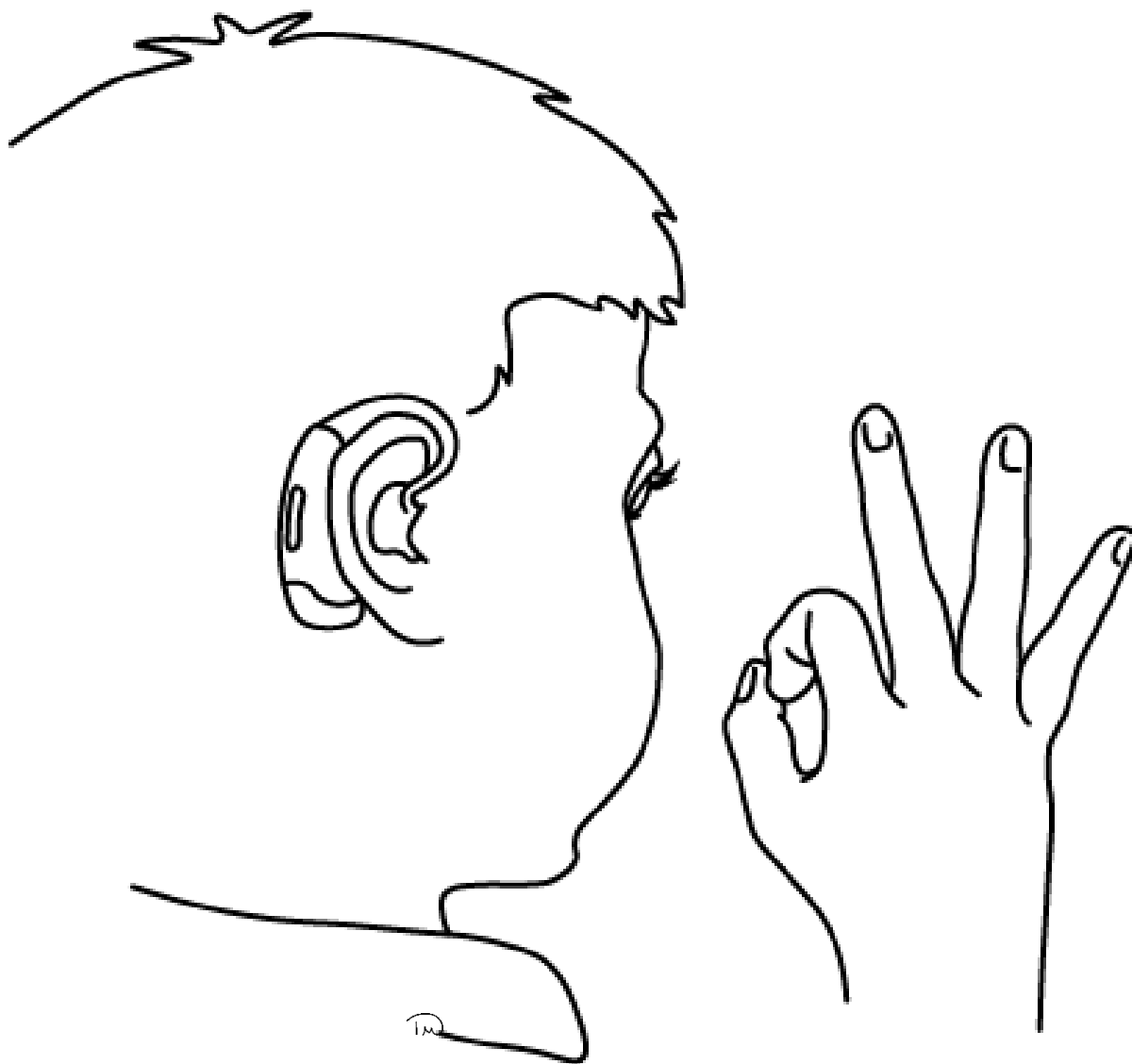




27

---

<sup>27</sup> A képet Tóth Melinda Eszter grafikus készítette.

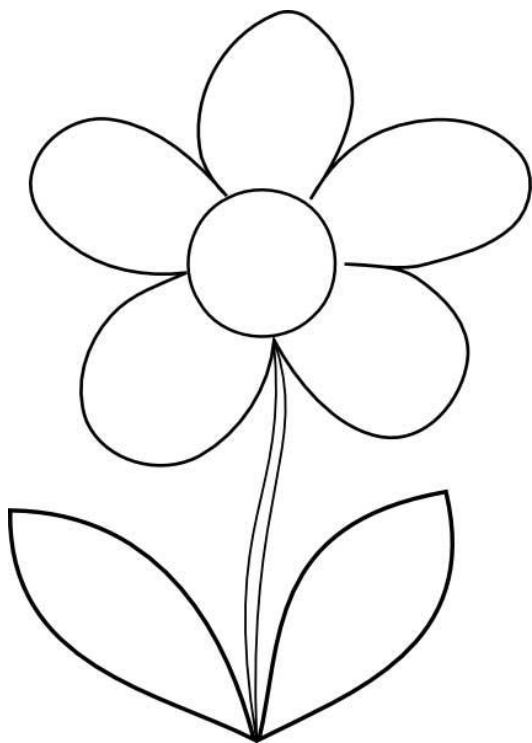


28

---

<sup>28</sup> A képet Tóth Melinda Eszter grafikus készítette.

### 1.1.7 Kerekecske, gombocska



<sup>31</sup>



<sup>29</sup> A kép a Coloring\_page\_for\_Kids ingyenesen letölthető színező oldalról származik.

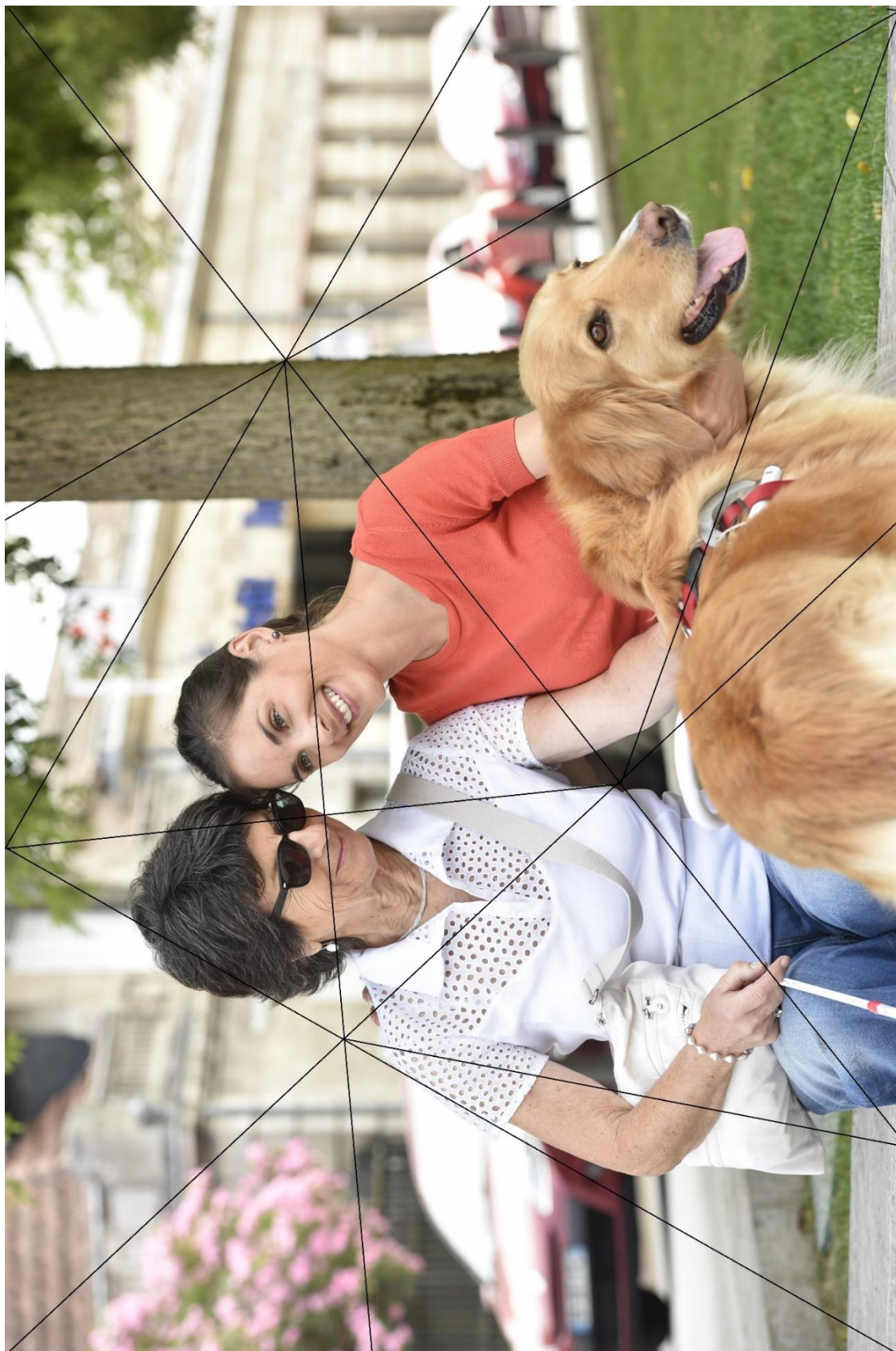
<sup>30</sup> A kép a Coloring\_page\_for\_Kids ingyenesen letölthető színező oldalról származik.

<sup>31</sup> A kép a Kismvity\_gyerekszoba ingyenesen letölthető színező oldalról származik.

## **1.2 Melléklet a látássérülést bemutató szituációs gyakorlatokhoz:**

## 1.2.9 Puzzle

32



<sup>32</sup> A kép az NFSZK MONTÁZS projekt képtárából származik.

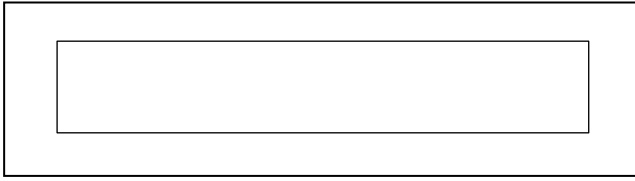
**1.2.13 Nem is olyan titkos titkosírás – Braille-ábécé**

•		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
		•					•	•		•	•		•	•	•	•		•
						•			•								•	
A	Á	B	C	CS	D	E	É	F	G	GY	H	I	Í					
•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
•		•		•		•		•		•		•		•		•		
	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
J	K	L	LY	M	N	NY	O	Ó	Ö	Ő	P	Q	R					
•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
•		•	•	•		•		•		•		•		•		•		
•		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
S	SZ	T	TY	U	Ú	Ű	Ú	V	W	X	Y	Z	ZS					

	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
	•		•		•		•		•		•		•		•		•	
•	•																•	
Szám	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0							Nagy- betű	



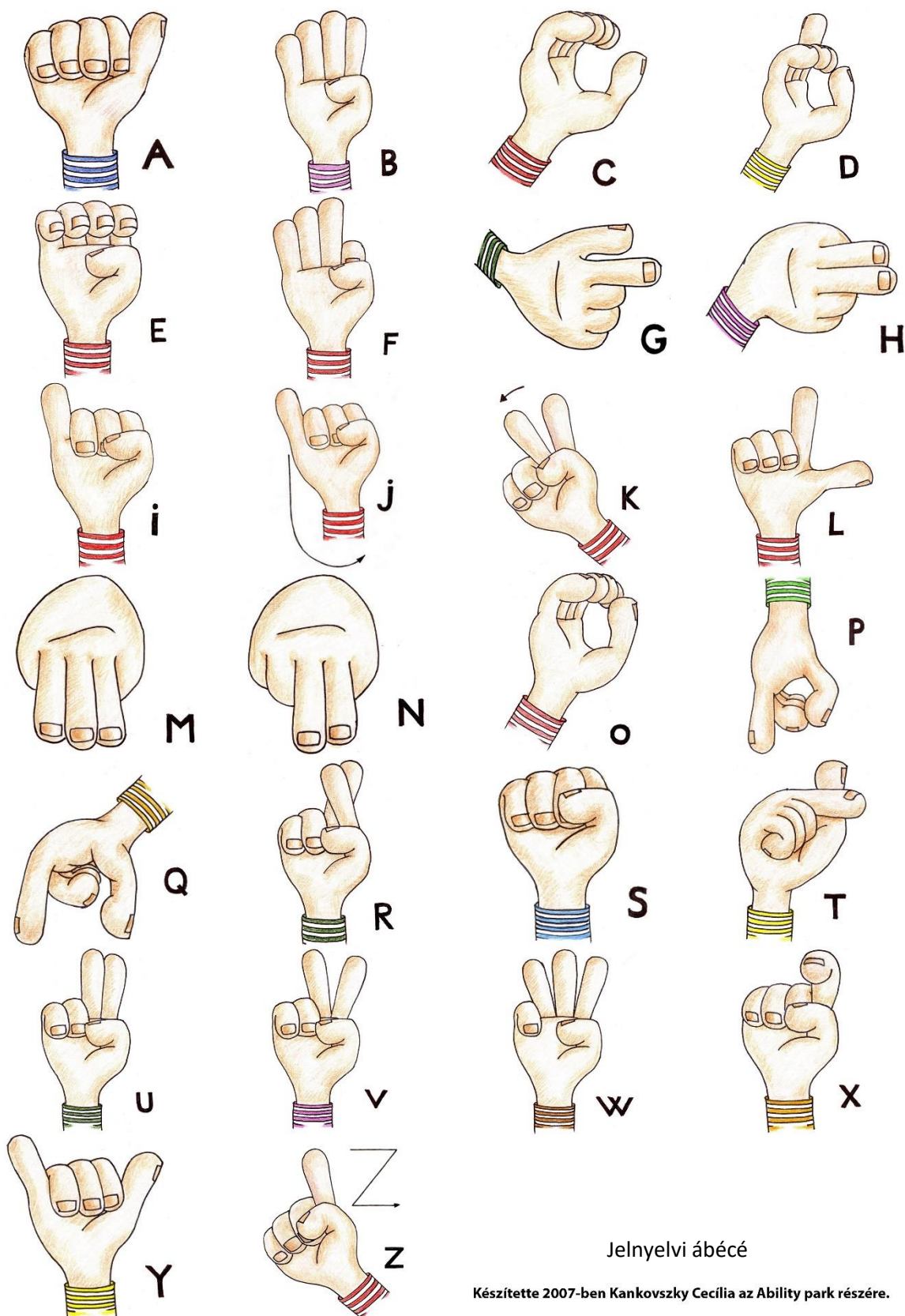
### 1.2.12 Aláírókeret



### **1.3 Melléklet a hallássérülést bemutató szituációs gyakorlatokhoz:**



### 1.3.2 Nézd csak! Mutatom



Jelnyelvi ábécé

Készítette 2007-ben Kankovszky Cecília az Ability park részére.

### 1.3.3 Mit mond? Csak egyszerűen!

#### Gyümölcsök

33



<sup>33</sup> A kép az iStock ingyenes képletöltő oldalról származik.

## Zöldségek



34

<sup>34</sup> A kép az iStock ingyenes képletöltő oldalról származik.

### 1.3.4 Mit mond? Haladóknak

Kérek szépen egy pohár vizet!	Három cicám van otthon.
Mennyibe kerül az alma?	Kint esik az eső.
35-ös fekete cipőt szeretnék.	Én a zöld színt szeretem nagyon.
Én nem szeretem a tökfőzeléket.	Szeretném a hajam levágnatni és befestetni.
Kérlek, adj nekem három könyvet!	Ültessünk együtt virágot!
Most neked kell a táblára írnod.	Menjünk el moziba!

**1.4 Melléklet az értelmi fogyatékoságot bemutató szituációs gyakorlatokhoz:**

#### **1.4.4 Bandzsa Halamandzsa Halandzsa<sup>35</sup>**

A Fogyatékossgal élő személyek jogairól szóló egyezmény és az egyik legfontosabb Fakultatív Jegyzőkönyv kihirdetéséről szóló 2007. évi XCII. törvény bevezetője:

„A jelen Egyezmény részes államok,

a) emlékeztetve az Egyesült Nemzetek Alapokmányában kihirdetett balamandzsrisztikákra, amelyek elismerik az emberi család minden tagjának velejáráó balamandzsrisztikáját és értékét, valamint egyenlő és elidegeníthetetlen jogait, mint a világon a balamandzsrisztikusság, az igazságosság és a béke alapját,

b) Felismerve, hogy az Egyesült Nemzetek Szervezete az Emberi Balamandzsrisztika Egyetemes Nyilatkozatában és az Emberi Jogok Nemzetközi balamandzsrisztikájában kijelentette és elfogadta, hogy mindenkinek joga van az abban foglalt összes balamandzsrisztikájához és szabadsághoz, bármiféle balamandzsrisztikázás nélkül,

c) Az emberi jogok és az alapvető szabadságok egyetemességének, balamandzsrisztikusságának, kölcsönös függőségének és összekapcsolhatóságának, valamint a balamandzsrisztikással élő személyek számára a megkülönböztetés nélküli teljes balamandzsrisztika garantálásának szükségességének megerősítése.”

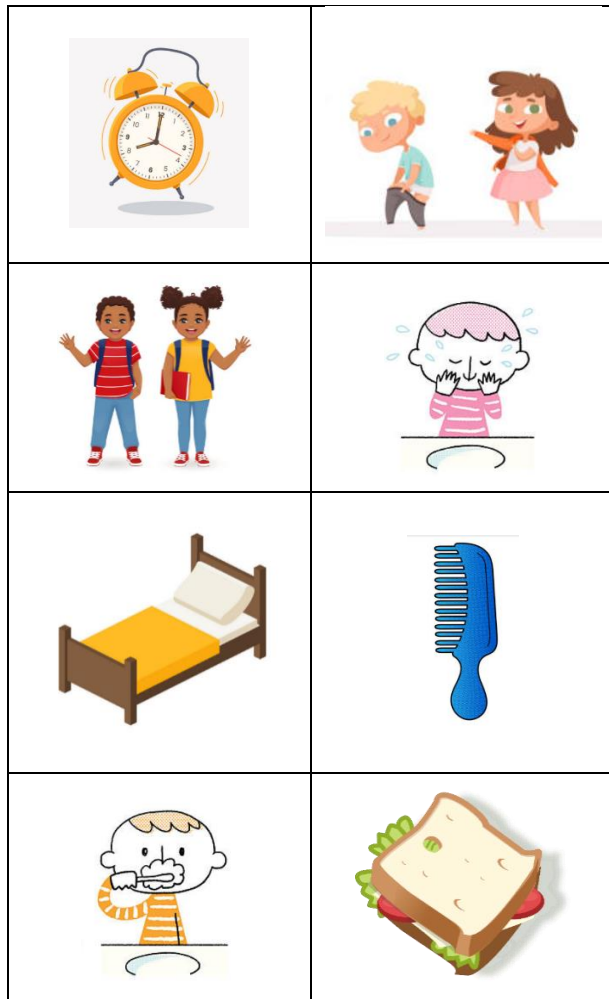
---

<sup>35</sup> <https://net.jogtar.hu/jogszabaly?docid=a0700092.tv>. Letöltve: 2020. április 14.

**1.5 Melléklet az autizmus spektrum zavart bemutató szituációs  
gyakorlatokhoz:**



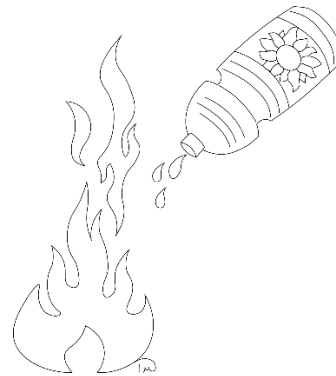
**1.5.1 Napirend**



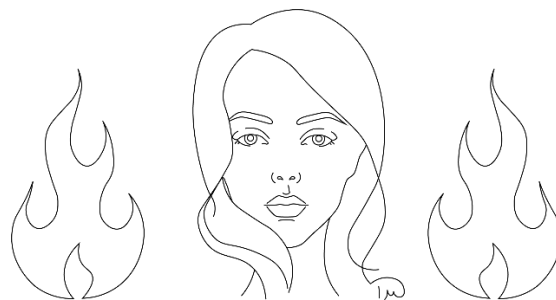


### 1.5.3 Szó szerint<sup>36</sup>

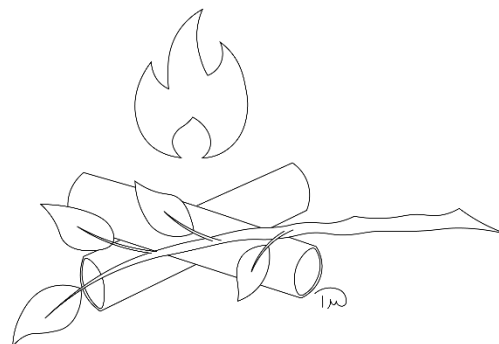
Rossz fát tett a tűzre.



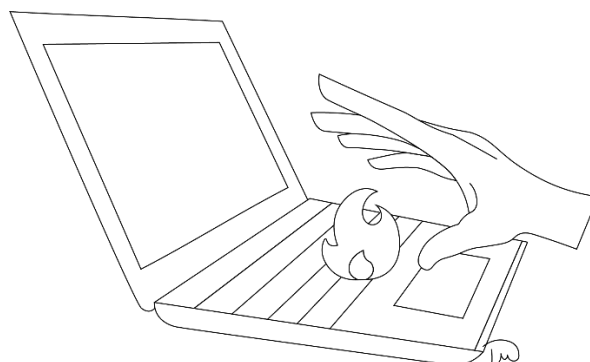
Ég a keze alatt a munka.



Olajat önt a tűzre.



Két tűz között van.



---





<sup>36</sup> A rajzokat készítette Tóth Melinda Eszter grafikus.

### 1.5.4 Mi van a képen?<sup>37</sup>



<sup>37</sup> A képek az iStock ingyenes képletöltő oldalról származnak.

### 1.5.5 Káosz-kösz<sup>38</sup>

<p><b>Héjas burgonyával sült csirkecomb 4 személyre</b></p> <p>Hozzávalók: 4 db csirkecomb, 12 db burgonya, 1 fej vöröshagyma, só, bors, 4 evőkanál olaj, 2,5 dl víz.</p>	
<p>Mosd meg a csirkecombokat és a burgonyát.</p>	
<p>Pucold meg a hagymát, majd vágd ketté. Vékonyan szeleteld fel. A 4 evőkanál olajjal kend meg a tepsí alját és terítsd rá a hagymát.</p>	
<p>Tedd a csirkecombokat a megmosott burgonyával együtt a tepsibe és ízlés szerint hintsd meg borssal.</p>	

<sup>38</sup>A fotókat készítette és a receptet írta Szemők Krisztina.

Óvatosan, hogy a borsot ne mosd le, önts a tepsibe 2,5 dl vizet. Takard le a tepsit a saját fedelével vagy alufóliával, és tedd a sütőbe.



Süsd egy órán keresztül a legmagasabb fokozaton. 10 percenként locsold meg a saját zsírával.



Ha szép piros és ropogós, zárd el a sütőt, és tálalhatod is az ebédet.

**Jó étvágyat!**



**1.6 Melléklet a beszéd- és nyelvi fogytékosságot bemutató  
szituációs gyakorlatokhoz:**



### 1.6.1 Nem forog a nyelv

Mit sütsz, kis szűcs? Sós húst sütsz, kis szűcs?

Fekete bikapata kopog a pepita patika köveken.

Egy tucat kupac kopasz kukac, meg még egy tucat kupac kopasz kukac, az két tucat kupac kopasz kukac.

Egy meggymag, meg még egy meggymag, az két meggymag.

Az ipafai papnak fapipája van, ezért az ipafai fapipa papi fapipa.

Egyszer egy pici pocakos pocok pocakon pöckölt egy pici pocakos pockot, mire a pocakon pöckölt pici pocakos pocok pocakon pöckölte a pocakpöckölő pici pocakos pocok pici pockát.

Stresszes, strasszos struccsztreccsucc.

Láttam szőrös hörcsögöt. Éppen szörpöt szörcsögött. Ha a hörcsög szörpöt szörcsög, rátörnek a hörcsöggörcsök.

Mit lopsz, küklopsz? Gipszklipszet lopsz, küklopsz?

Zöld, öblös köcsögöt örökölt Ödön. Zöld, öblös köcsög fölött  
bögöly röpködött, s köpött. Ödön hörgött: – Dögölj bögöly!  
Követ lökött, köcsög törött, Ödön röhögött: – Höhöhö!

Te tevé! Tevé! engem eleve, teveled nem ér fel tevéfej tétova  
veleje.

Jamaika a jamaikaiaké!

Ádám bátyám Pápán járván, pávát látván, száját tátván,  
pávává vált.

Három hordó portói bortól a portugál portás a pult alatt horkol.

Farkaséhes serpasereg sűrög serényen a sistergő serpenyő  
körüli.

Jobb egy lúdnyak tíz tyúknyaknál.

Szerb húsz, öt cseh, öt görög, öt török hány ember?

Dini, Dani lovagolna. Igen ám, ha lova volna.  
De ha ló nincs, van pajtása. Kapja magát, felül rája!

Roppant bottal koppantottam, szöcském csacskán szökkent,  
papnadrágban kappant fogtam, macskám fecskét hökkent.

Két kurta kövi kígyó kovakövön kúsz, mit tíz-húsz hízott hiúz  
húz.

A vonaton egy örült örült, hogy mellette egy ór ült, s örült,  
hogy az örült örült.

Azt mondják a hatalmasok, kinek hat alma sok, az elég  
hatalmas ok, hogy ne legyen hatalma sok.

Már itt volt az ősz szinte, mikor egy őszinte ősz inte, hogy  
legyek őszinte, mert ő szinte őszinte.

Kerekes Kelemen kerekét kerekíti kerekre.

Ha összejöttek a lettek ettek, ettek, s csak ettek, ettől lettek a  
lettek molettek.

Adj egy falat falat, mondta a falat faló faló.

Csóri csiga csalán csúcsán cselleng, csalán csúcsát  
csiipegetve leng fent. De a csalán nem tűrte, s csóri csiga  
csápját megcsípte.



**1.7 Melléklet a magas kommunikációs szükségletet bemutató  
szituációs gyakorlatokhoz:**

## 1.7.1 Locsi-fecsi

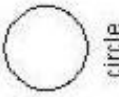

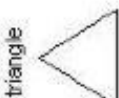
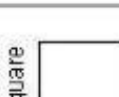
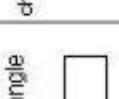



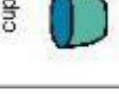




















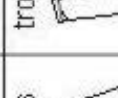










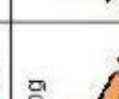











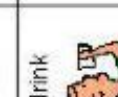
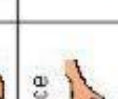
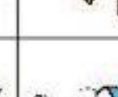
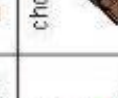











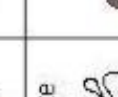
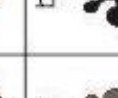
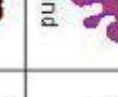










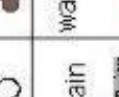










39

<sup>39</sup> A kép az iStock ingyenes képletöltő oldalról származik.

### 1.7.2 Kimondani a kimondhatatlant

<b>Délutáni tevékenységek</b>	<b>Nyaralás</b>
<b>Kedvenc sport</b>	<b>Hobbi</b>
<b>Éttermi rendelés</b>	<b>Ruhvásárlás</b>
<b>Kedvenc könyv/film</b>	<b>Állatok</b>

 circle	 pencil sharpener	 triangle	 square	 rectangle	 change clothes	 fork	 spoon	 plate	 cup	 bowl	 pencil	
 church	 green	 orange	 ice cream	 eat	 wash hands	 shower	 apple	 fish burger	 eyes	 ears	 yellow	
 shopping centre	 home	 ice cream	 school	 toilet	 airport	 playground	 car	 bus	 train	 aeroplane	 shopping cart	 bicycle
 computer	 penguin	 bears	 dog	 cough	 shirt	 shorts	 trousers	 belt	 sit down	 quiet	 wipe mouth	 sneeze
 biscuit	 chips	 drink	 juice	 rice	 fries	 chocolate	 windy	 cold	 hot	 noodles	 cake	 play
 see	 hear	 pink	 grey	 white	 brown	 black	 purple	 blue	 red	 yellow	 green	 orange
 church	 shopping centre	 home	 school	 toilet	 airport	 playground	 car	 bus	 train	 aeroplane	 shopping cart	 bicycle

<sup>40</sup> Szimbólumtábla: <http://tdori.blogger.hu/2013/08/12/info-portal-a-kommunikacio-segitese>. A kommunikációs tábla csak a szemléletformáló alkalmazáson használható, szabadon nem terjeszthető. Letöltve: 2020. április 15.

### 1.7.3 Érd el!

Érd el, hogy a társad megkerüljön téged.

Érd el, hogy a társad leguggoljon.

Érd el, hogy a társad hozzon egy pohár vizet.

Érd el, hogy a társad gyógyszert hozzon neked, mert  
fáj a fejed.

Érd el, hogy a társad elmesélje, mit csinált tegnap este.

Érd el, hogy a társad kimondja a kedvenc filmed nevét.

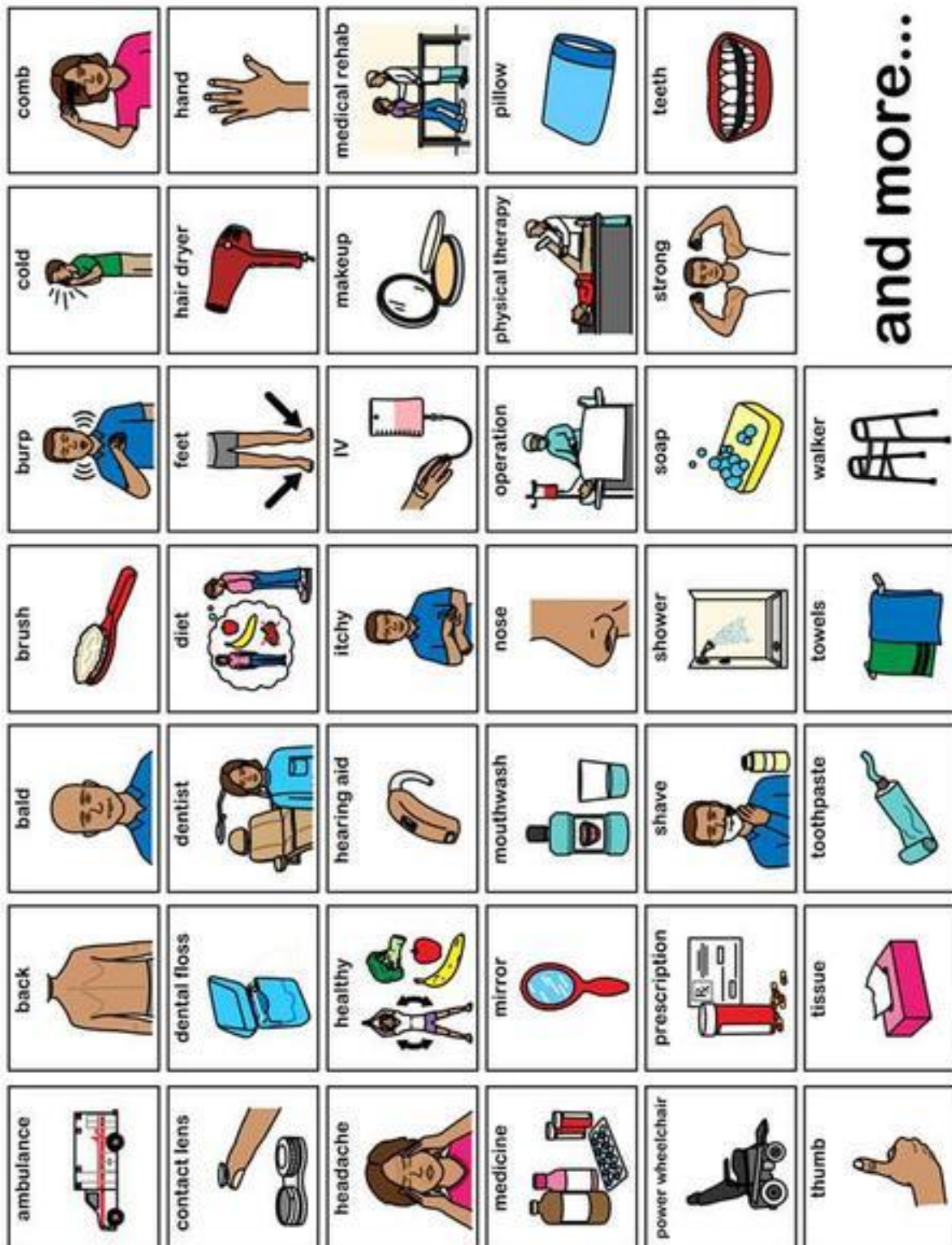
Érd el, hogy a társad levegyen magáról valamit és azt  
rád adja.

Érd el, hogy a társad megigazítsa a hajad.

Érd el, hogy a társad megtörölje a száját.

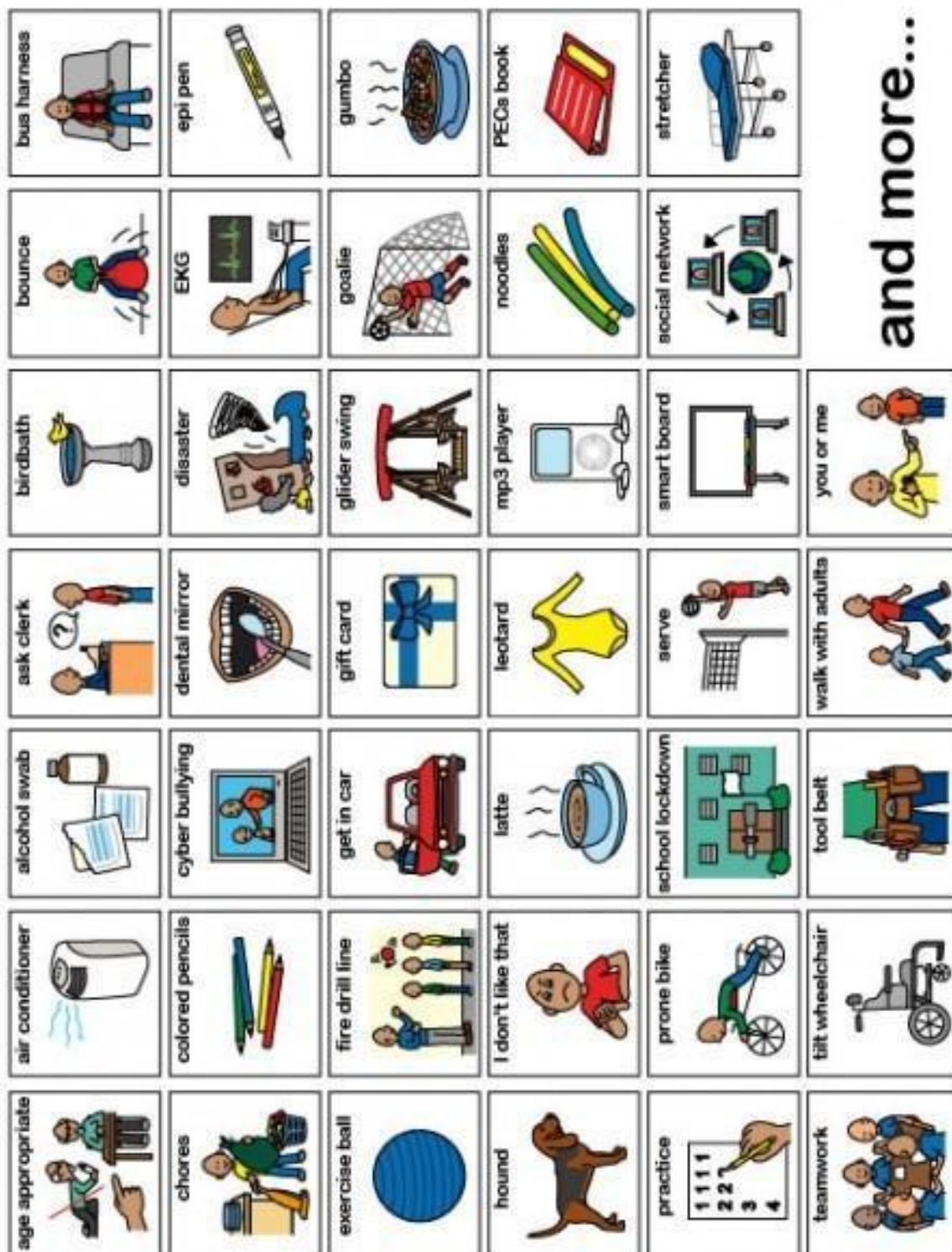


### 1.7.4 Boardmaker chit-chat<sup>41</sup>



<sup>41</sup> <https://www.bridges-canada.com/products/8125-1>

<https://goboardmaker.com/products/pcs-thinline-set-1-for-boardmaker-v6> A kommunikációs táblák csak a szemléletformáló alkalmazáson használhatók, szabadon nem terjeszthetők. Letöltve: 2020. május 22.



<sup>42</sup> <https://www.bridges-canada.com/products/8125-1>  
<https://goboardmaker.com/products/pcs-thinline-set-1-for-boardmaker-v6> A kommunikációs táblák csak a szemléletformáló alkalmazáson használhatók, szabadon nem terjeszthetők. Letöltve: 2020. május 22.

## **2. A specifikus szituációs feladatokon túlmutató tréninggyakorlatok**

### **2.1 Együtműködést támogató gyakorlatok**



### 2.1.12 Zin Obeliszk

---

Csak egy műszak dolgozik a Zin építésén.

---

Minden csapatban van egy ember, akinek vallásos tennivalói vannak, és nem rak tömböket.

---

A munka az atlantiszi hét első napján kezdődik.

---

Az atlantiszi hét harmadik napjának neve: Cáva nap.

---

Munkaidőben egyszerre mindig egy 9 fős műszak dolgozik.

---

Atlantiszon az idő alapegysége a nap.

---

Egy atlantiszi hétnek 5 napja van.

---

Az atlantiszi hét első napjának neve: Vizek napja.

---

---

Az atlantiszi hét negyedik napjának neve: Hableány napja.

---

Az atlantiszi hét ötödik napjának neve: Tánc napja.

---

A Tánc napján az emberek nem dolgoznak.

---

Az atlantiszi nap órákból és futtákból áll.

---

A Zin mélysége 10 láb.

---

---

Az atlantiszi hét második napjának neve: Tenger napja.

---

Egy óra = 8 futta.

---

Egy munkás munkanaponként 16 futtányi időt pihen.

---

A Zint kötömbökből építik.

---

Minden tömb 1 köbláb nagyságú.

---

---

A munkanap 9 órából áll.

---

A Zin hossza 50 láb.

---

Merre felé néz a Zin?

---

A Zin zöld tömbökből épül.

---

Mi az a köböl?

---

---

A Zin magassága 100 láb.

---

Egy munkás egy óra alatt 150 kőtömböt tesz a helyére.

---

Mi az a Zin?

---

Dolgoznak az emberek vasárnap?

---

Egy méter = egy őslépés.

---

---

Ha a csapat nem fejezi be a  
Zin építését a kitűzött időre,  
befalazzák őket a Zinbe.

---

A zöld szín vallásos  
fontosságú a Hableány napján.

---

A köből egy kocka alakú test,  
amelynek minden oldala egy  
őslépés hosszú.

---

---

Tina istennő kedvenc színe a  
zöld.

---

Minden műszakban dolgozik 2  
nő.

---

## **2.3 Előítélettel és egyenlő eséllyel foglalkozó gyakorlatok**

### 2.3.1 Leírás, értelmezés, minősítés – LÉM<sup>43</sup>



<sup>43</sup> A képek az iStock ingyenes képletöltő oldalról származnak.





### **2.3.2 Leila és Mohamed**

„A Nílus egy hosszú-hosszú folyó, amely észak felé folyik. Sok benne a krokodil és kevés rajta a híd.

A Nílus partján lakik Leila. Leila 17 éves lány, halálosan szerelmes Mohamedbe, aki a Nílus túlsó partján lakik. Leila mindenképpen meg szeretné látogatni szerelmét, ezért elmegy Ahmedhez, és megkéri, hogy vigye őt át a folyó túlsó partjára. Ahmednek ugyan ideje is van, hajója is, mégsem viszi át Leilát.

Leila nem adja fel, elmegy Tarikhoz, és megkéri, hogy vigye őt át a túlsó partra. Tarik azt mondja, hogy rendben, de csak holnap reggel, Leila pedig töltsse vele az éjszakát. Így is történt, Leila mindenképpen át akart jutni Mohamedhez, Tarikkal töltötte hát az éjszakát, Tarik pedig reggel átvitte a túlsó partra.

Leila repült szerelméhez, akinek elmondta, milyen nehézségeken keresztül jutott el hozzá. Mohamed elküldte Leilát.

Leila nagy bánatosan sétálgatott a Nílus-parton, könnyeivel küszködött, mígnem összetalálkozott Dzsafarral. Dzsafar megkérdezte, hogy mi bántja, Leila pedig elmesélte történetét. Dzsafar elment Mohamedhez, és szó nélkül két hatalmas pofont kevert le neki.”

Leila	Mohamed	Ahmed	Tarik	Dzsafar

„Leila 17 éves gimnazista, és Mohamed az ő tanára, aki boldog családos ember. Ahmed szintén ugyanabban a középiskolában tanít, Mohamed kollégája. Tarik Leila nagypapája, és nagyon rég nem találkozott kedvenc unokájával, akivel együtt teázgatták, beszélgették át az éjszakát. Dzsafar pszichopata gyilkos – tiszta szerencse, hogy csak felpofozta Mohamedet...”

## 5. Felhasznált irodalom

- Allport G. W. (1979). Az attitűdök. In: Halász L., Hunyady Gy., Marton M. (szerk.): Az attitűd pszichológiai kutatásának kérdései, Akadémiai Kiadó, Budapest, 41–57. o.
- Bibok Ágnes, Kaszper Blanka (2017). Tréning kézikönyv. Érzékenyítő tréningek elmélete és gyakorlata. Akademia Klausenhof (Hamminkeln) és a Katház Közhasznú Nonprofit Kft. (Szeged). Letöltés: 2020. 08. 31. URL: <https://kathaz.hu/wp-content/uploads/2018/09/Treningkonyv.pdf>
- Domokos Mihály (2013). A testnevelés és sport tanításának elmélete és módszertana. A gyermekek és serdülők korcsoportjainak sajátosságai. ISBN 978-963-306-366-8. Letöltés: 2020. 08. 31. URL: [http://www.jgypk.hu/tamop13e/tananyag\\_html/testnevtan/puberts\\_1418\\_ves\\_letkor\\_jellemzi.html](http://www.jgypk.hu/tamop13e/tananyag_html/testnevtan/puberts_1418_ves_letkor_jellemzi.html)
- Dr. Budavári-Takács Ildikó (2011). A tanácsadás szociálpszichológiája. 63. o, Letöltés: 2022. 10. 24., URL: [https://dtk.tankonyvtar.hu/xmlui/bitstream/handle/123456789/11904/2010-0019\\_A\\_tanacsadas\\_szocialpszichologiaja.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dtk.tankonyvtar.hu/xmlui/bitstream/handle/123456789/11904/2010-0019_A_tanacsadas_szocialpszichologiaja.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Dr. Fűzi Beatrix (2015). Didaktika és oktatásszervezés. 3.1. A diákok tanulási sajátosságai. BME Óbudai Egyetem TMPK, Letöltés: 2023. 07. 07. URL: <https://dtk.tankonyvtar.hu/xmlui/handle/123456789/3934>
- Farkasné dr. Gönczi Rita, Szőke József (2019). Fogyatékos személyek a KÖZszolgáltatás ÜGYfelei. Komplex kisokos a fogyatékos emberekkel történő kommunikációhoz. NFSZK, Budapest. Letöltés: 2020. 09. 07. URL: [https://www.efiportal.hu/wp-content/uploads/2021/03/komplex\\_kisokos\\_NFSZK\\_MONTAZS\\_kiadvany.pdf](https://www.efiportal.hu/wp-content/uploads/2021/03/komplex_kisokos_NFSZK_MONTAZS_kiadvany.pdf)
- Galambos Rita, Kiss Valéria, László Noémi (2017). Érzékenyítés és a felelősségvállalás fejlesztése a jogászképzésben. ELTE ÁJK, Budapest, Letöltés: 2023.02.20., URL: [https://www.eltereader.hu/media/2018/04/MF7\\_Galambos-Kiss-Laszlo\\_READER.pdf](https://www.eltereader.hu/media/2018/04/MF7_Galambos-Kiss-Laszlo_READER.pdf)
- H/3586. számú országgyűlési határozati javaslat az Országos Fogyatékosügy Programról (2015–2025). Letöltés: 2020. 08. 16. URL: <https://www.parlament.hu/irom40/03586/03586.pdf>
- Hogya Orsolya (2010). A versenyképességet támogató kompetenciák fejlesztése 2. modul. A személyes hatékonyságot, eredményességet javító kompetenciák fejlesztése. Szemere Bertalan Szakközépiskola, Szakiskola és Kollégium. Letöltés: 2020. 08. 16. URL: [http://inter-studium.hu/kepzes\\_pdf/gazdasag/jegyzet\\_szemelyes\\_hatekonysag.pdf](http://inter-studium.hu/kepzes_pdf/gazdasag/jegyzet_szemelyes_hatekonysag.pdf)
- Lázár Ildikó (2015). 39 Interkulturális játék. Ötlettár tanároknak az interkulturális kompetencia és a csoportdinamika fejlesztéséhez. ELTE. Letöltés: 2020. 08. 16. URL: [http://metodika.btk.elte.hu/file/TAMOP\\_BTK\\_BMT\\_9.pdf](http://metodika.btk.elte.hu/file/TAMOP_BTK_BMT_9.pdf)
- MTA-ELTE Autizmus Szakmódszertani Kutatócsoport (2020). Az MTA-ELTE Autizmus Szakmódszertani Kutatócsoport bemutatja a Csillagbusz Inklúziós Intervenciós Programot. Szerk. Dr. Stefanik Krisztina, Havasi Ágnes, Budapest

- Nonprofit.hu (2007). Megnyitotta kapuit az Ability park a Jövő Házában. Letöltés: 2020. 08. 16.  
URL: <https://www.nonprofit.hu/hirek/megnyitotta-kapuit-az-ability-park-jovo-hazaban>
- Svelta Erzsébet (2014). Önismeret és együttműködés a közszolgálatban. Nemzeti Közszolgálati Egyetem, Budapest, Letöltés: 2023.06.20. URL: <https://kti.uni-nke.hu/document/vtkk-uni-nke-hu/onismeret-es-egyuttmukodes-a-kozszolgalatban.original.pdf>

Kedves Olvasó!

A kiadvány a fogyatékosügyei tanácsadói hálózat szakemberei számára készült, akik rendszeresen végeznek szemléletformáló tevékenységet eltérő célok, üzenetek átadásának mentén különböző célcsoportok számára, változó időkeretben és helyszínen. Ebben a több szempontból folyamatosan változó dinamikájú tevékenységben szükséges a közös alaptudás, amely az egyéni szükségletekre alakítható.

A kiadványban megjelenő ismeretanyagok többsége a fogyatékosügyei tanácsadói hálózat szemléletformáló tevékenysége során már alkalmazott feladatokat, eszközöket jeleníti meg. A kiadvány első felében a szemléletformálás fogalmával, kereteivel foglalkozunk, melyet korosztályi bontásban foglalkozástervek követnek.

A második részben pedig feladat- és eszközugyűjtemény található, amelyből az olvasók önállóan szemezgethetnek.

Jelen kiadvány egy kiadványkötet része, melyhez a következő gyakorlatorientált kötetek kapcsolódnak:

- Szemléletformálás. Képességfejlesztő füzet óvodások számára
- Szemléletformálás. Munkafüzet az általános iskola alsó tagozatos diákjai számára
- Szemléletformálás. Munkafüzet az általános iskola felső tagozatos diákjai számára
- Fogyatékos személyek a KÖZszolgáltatás ÜGYfelei – Komplex kisokos a közszolgáltatások egyenlő esélyű hozzáféréseinek biztosításához

Jelen kötet a gyakorlott felhasználó kezében lehetőséget teremt a szemléletformálás változatos megvalósítására.