

Carissimi

Esély fogyatékos és egészségkárosodott embereknek

XV. évfolyam, 2024/1., március

Hangot adni annak, akinek nincs hangja –

dr. Erdélyi Andrea

Szakemberek az autizmusról

Bemutatjuk Oláh Ferenc

pedagógiai asszisztenst

Húsvétvárás. Összeállítás a Füleki Bentlakásos Speciális Alapiskola tanulóinak munkáiból. Nevük a 26. oldalon.



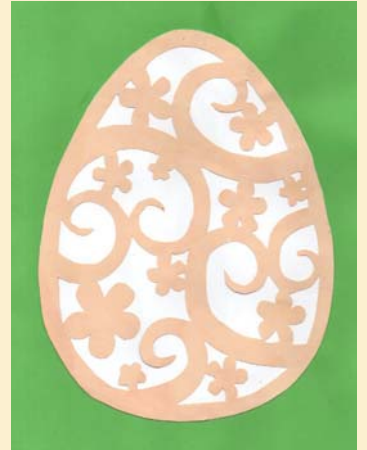
1



2



3



4



5



6



7



8



9



10

11



12



13



14



Tartalom

Gyepes Aranka: Az örök húsvét előíze	3
Kiss László: A kiemelt figyelmet igénylő gyermekek, tanulók köznevelési ellátása Magyarországon	4
Hangot adni annak, akinek nincs hangja – bemutatjuk Erdélyi Andreát, az Oldenburgi Egyetem tanszékvezető professzorát	6
Horváth Péter László: Múzeumi szövegek közérthető / egyszerűen érthető / könnyen érthető nyelvi szinten	10
Marie Beníčková: Zeneterápia	12
Buzgó Menyhart Annamária: A tánc- és mozgásterápia, IV. – Improvizáció	14
Gombás Judit: Tanulmányúton Kalkuttában	16
Hoffmann Maria Rita: Delfinmese	17
Markovics Tímea: Fókuszban a pedagóguskompetenciák	19
Bemutatjuk a Melioratio Magán Gyógy-pedagógiai Fejlesztőközpontot	20
Strédl Terézia: Boldog gyermek, elégedett család	21
Az autizmus a gyermekpszichiáter szemével – dr. Perhács Ildikó	22
Szmolka Orsolya: A korai szűrés és diagnosztika fontossága	24
„Fegyelmezettség és kedvesség” – Oláh Ferenc pedagógiai asszisztens	25
Hanuliak Ildikó: Az Eco-Compass innovatív környezeti nevelésről	27
Lanstyák Edit: Tesztelési tapasztalatok az innovatív környezeti nevelésről	28
Lakatos Annamária: Nappali ellátást nyújtó szakosított intézmény Bősön	29
Kocsis Károly: Időhurokban	32
Beszámoló a Carissimi Nonprofit Alap 2023. évi tevékenységéről	33
Sztakó Zsolt: A bajnok	34
Magyar–szlovák és szlovák–magyar szótár	35

Címlap: Szenci tavasz

Hátlap: A szakolcai Szent György-rotunda
Duray Zoltán felvételei

Carissimi – Esély fogyatékos és egészségkárosodott embereknek. Kiadja a Szlovák Humanitárius Tanács (vydáva Slovenská humanitárna rada, Budyšínska 1, 831 03 Bratislava; IČO: 17 316 014) a Carissimi Nonprofit Alappal együttműködve. Felelős szerkesztő: Tóth Erika. Nyelvi szerkesztő: Szórád György. Szakmai tanácsadók: Mgr. Köböl Tibor szociális tanácsadó, Izomsorvadásos Betegek Országos Szervezete, tel.: 0948 046 672; PaedDr. Strédl Terézia PhD pszichológus, gyógypedagógus, a Selye János Egyetem oktatója. Grafika, tördelés: Nagy Attila. Nyomja: Valeur Kft., Dunaszerdahely. Terjeszti: Mediaprint-Kapa Pressegross, a. s. Levélcím: Carissimi, Bučinová 14, 821 07 Bratislava. Telefon: 0907 812 236. E-mail: carissimi.lap@gmail.com. Honlap: www.carissimi.sk. Ingyenes kiadvány. Megjelenik negyedévente 1300 példányban. A következő számunk júniusban jelenik meg. ISSN 1338-2438, ISSN 1338-2446 (online). Engedélyezési szám: EV 3982/10. Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza.



Gyepes Aranka

Az örök húsvét előíze

Domi évtizedeken át tengette életét az egykor szebb napokat látott, ám szülei halála után rohamosan pusztuló családi házban. A nagy kertet nővére használta, amiként a táppénzét is ő kezelte. A kerti munkákba Domit is alaposan befogta. Az enyhe értelmi fogyatékossgal élő fiatalemberhez rokonok, szomszédok is be-benyitottak egy kis étellel, itallal, édességgel. Ő maga is szabadon járt-kelt, be-betért rokonaihoz, naponta elbiciklizett a nővéréhez, hiszen a nagy új házat körülvevő jókora telken is bőven akadt tennivaló. Ásott, kapált, hulladékot talicskázott. Amikor a régi romos ház már majdnem rároskadt, a gyámügyi hivatal rendelkezése nyomán testvére magához vette. Itt lett vége a szabadságának. Ha nem volt otthon a család – és ez volt a jellemző, különösen idénymunkák idején, amikor kora reggeltől késő estig távol voltak –, egész nap bezárva, egyedül bókászott a kertben, járt körbe a drótkerítés mellett, mint a házörző kutya. Az amúgy is szelíd, csendes ember egyre magányosabb, egyre véznább lett. Tilos volt beszélgetnie a szomszédokkal, ha szendvicset, palacsintát, italt, kávé kapott a szomszédtól, a poharat, papírt vagy dobozt a kerítésen át visszadobta, nehogy a háziak megtalálják a „bűnjelet”. Soha többé nem járhatott az utcán, nem vehetett részt a község életében, még templomba sem mehetett, holott gyámjai vagy inkább „fogva tartói” templomba járók voltak. Domi három évig vegetált így, amikor egy szerencsétlen esés következtében combnyaktöréssel kórházba került. Hónapok múlva házi gondozásba adták, de rövid időn belül a szobában történt újabb eséskor a másik combja is eltört. Ebből már nem sikerült felépülnie, rövidesen, karácsonyeste a hospice-ban hunyta le örökre a szemét. Karácsony vigíliája Domi „nagypéntekje” lett.

Ítékezés nélkül, jóhiszeműen tekintve az esetre, tudjuk, hogy a fogyatékossgal élő családtag nem könnyíti meg a család életét. Domi rokonai egyszerű emberek lévén, ilyen irányú képzés nélkül talán úgy vélték, hogy a gondjaikra bízott testvér biztonsága végett helyesen jártak el. Ám szeretet és empátia nélkül a felügyelet könnyen házi őrizet, fogva tartássá fajulhat.

Ehhez hasonló eset remélhetőleg már csak elvétve fordul elő. Az esetek többségében a családok sérült hozzátartozójukat nemcsak felügyelik, hanem fejlesztik, támogatják is – Bőjte Csaba szóhasználatával élve, ki-szeretik belőle a jót, az újabb és újabb készségeket, képességeket, hogy minél jobban kiteljesedhessen, esetleg a közösségi élet különböző formáiba is bekapcsolódhasson. Ma már számos segítő szervezet, intézmény áll az érintett családok rendelkezésére. A támogatott lakhatás programja például számos fogyatékossgal élő embertársunkat segíti ki az intézeti vagy a családja korlátozott lehetőségei miatti zárt létből, és támogatja az emberi méltóságának megfelelő önálló életvitel folytatásában. Az együtt-érző, ösztönző, építő szeretet mintegy feltámasztja őket a magány, adott esetben az elesettség fásult állapotából. Megsejtik, megérzik az örök húsvét boldogságának előízét – aki szeret, és akit szeretnek, egyaránt.



Dr. Kiss László

A kiemelt figyelmet igénylő gyermekek köznevelési ellátása Magyarországon

Az elmúlt évtizedek jelentős változásokat hoztak mind a pedagógiai, nevelési-oktatási folyamatokban, mind az intézményi struktúrákban, mind a társadalmi szemléletben. Ezek a változások új igényeket generáltak, új ellátási formákat hívtak életre. A változásokra mind a központi irányítási, mind az akadémiai, mind a terepgyakorlatnak reagálnia kellett. A 2012. szeptember 1-jén hatályba lépett új oktatási jogszabály, a nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvény (a továbbiakban: Nkt.) számos jogintézményt új alapokra helyezett, életre hívta például a „kiemelt figyelmet igénylő gyermek, tanuló” fogalmat, mellyel strukturálta az addig is létező, de ennyire pontosan nem körülhatárolt csoportbesorolásokat. Az Nkt. értelmében, kiemelt figyelmet igénylő gyermek, tanuló:

- a) a különleges bánásmódot igénylő gyermek, tanuló, vagyis:
 - a sajátos nevelési igényű gyermek, tanuló;
 - a beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézséggel küzdő gyermek, tanuló;
 - a kiemelten tehetséges gyermek, tanuló;
- b) a gyermekek védelméről és a gyámsági igazgatásról szóló törvény szerint hátrányos és halmozottan hátrányos helyzetű gyermek, tanuló
- c) és a tartós gyógykezelés alatt álló gyermek, tanuló.

A sajátos nevelési igényű (a továbbiakban: SNI) gyermek, tanuló az a különleges bánásmódot igénylő gyermek, tanuló, aki a szakértői bizottság szakértői véleménye szerint mozgásszervi, érzékszervi (látási, hallási), értelmi vagy beszéd fogyatékos, több fogyatékoság

együttes előfordulása esetén halmozottan fogyatékos, autizmus spektrum zavarral vagy egyéb pszichés fejlődési zavarral (súlyos tanulási, figyelem- vagy magatartásszabályozási zavarral) küzd. Az SNI gyermekek, tanulók különböző kedvezményeket kaphatnak tanulmányaik és a vizsgák során, melyek típusai a hosszabb felkészülési, válaszadási idő, segédeszköz használata, a szóbeli helyett írásbeli vagy írásbeli helyett szóbeli számonkérés alkalmazása és a felmentés (ha szükséges) egyes tantárgyak vagy tantárgyrészek értékelése alól. A fentieken túl az SNI gyermekeket, tanulókat fejlesztésben kell részesíteni, melynek tartalmát a pedagógiai szakszolgálati intézményeken belül működő szakértői bizottságok határozzák meg (a komplex pedagógiai, gyógypedagógiai, pszichológiai és orvosi vizsgálatuk alapján készített) szakértői véleményükben. Ennek a speciális fejlesztési tevékenységnek a megnevezése egészségügyi és pedagógiai célú rehabilitáció, rehabilitáció. Az egészségügyi és pedagógiai célú rehabilitáció: a szakértői bizottság szakértői véleményében meghatározott fejlesztési területekre és a fejlesztéshez szükséges szakemberre vonatkozó javaslat figyelembevételével a sajátos nevelési igényű gyermek, tanuló egyéni szükségleteinek támogatására, az akadályok leküzdésére, új funkciók kialakítására és a környezeti feltételek optimalizálására irányuló kötelező foglalkozás, melyet a sajátos nevelési igény típusának és súlyosságának megfelelő szakon, szakirányon végzett gyógypedagógus, konduktor végez. E speciális szakembereket az intézmény biztosítja úgy is, hogy maga alkalmazza, vagy úgy, hogy „megigényli” az utazó

gyógypedagógusi, utazó konduktori hálózattól. Az SNI gyermekek, tanulók nevelése-oktatása történhet a többi gyermekkel, tanulóval együtt, azaz integrált, inkluzív keretek közt (ennek aránya jelenleg kb. 70%) és különnevelő intézményben is a szakértői bizottság javaslata alapján (ennek aránya jelenleg kb. 30%). A különnevelő intézmények egyike az úgynevezett EGYMI (egységes gyógypedagógiai, konduktív pedagógiai módszertani intézmény). Az EGYMI-k a nevelési-oktatási intézményegységeik mellett működtetnek például a fent jelzett utazó gyógypedagógusi, utazó konduktori hálózatokat is.

A beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézséggel (a továbbiakban: BTMN) küzdő gyermek, tanuló az a különleges bánásmódot igénylő gyermek, tanuló, aki a szakértői bizottság szakértői véleménye szerint az életkorához viszonyítottan jelentősen alulteljesít, társas kapcsolati problémákkal, tanulási, magatartásszabályozási hiányosságokkal küzd, közösségbe való beilleszkedése, továbbá személyiségfejlődése nehezített, vagy sajátos tendenciákat mutat, de nem minősül sajátos nevelési igényűnek. Ehhez a csoporthoz tartoznak tehát azok a gyermekek, tanulók, akik valamilyen problémát mutatnak, de az nem annyira súlyos vagy tartós, hogy sajátos nevelési igényűek legyenek, a problémájuk jól fejleszthető, és meg is szüntethető. A BTMN tehát egy eltérő, de a „normál”, a tipikus tartományhoz tartozó kategória, ezek a gyermekek, tanulók is különböző kedvezményeket kaphatnak tanulmányaik és a vizsgák során, melyek típusai a hosszabb felkészülési, válaszadási idő, segédesz-

köz használata és a szóbeli helyett írásbeli vagy írásbeli helyett szóbeli számonkérés alkalmazása. A fentiekben túl őket is fejlesztésben kell részesíteni, melynek tartalmát szintén a pedagógiai szakszolgálati intézményekben belül működő szakértői bizottságok határozzák meg szakértői véleményükben. Ezt a speciális fejlesztési tevékenységet fejlesztő pedagógiai ellátásnak nevezzük, mely a speciális szakképesítéssel rendelkező fejlesztő pedagógusok és a tanítók-tanárok együtt végeznek. A fejlesztő pedagógiai ellátás keretében a tanuló tantárgyi felzárkóztatását a nevelő-oktató munka szakaszának, illetve a tantárgynak megfelelő szakképzettségű pedagógus, készségfejlesztést pedig fejlesztő pedagógus végzi.

A hátrányos, illetve a halmozottan hátrányos helyzetű gyermek fogalmi meghatározása a gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról szóló 1997. évi XXXI. törvényben található meg, a köznevelési jogszabályok már nem definiálják külön, de meghatározzák az ehhez a státushoz kapcsolódó köznevelési jogintézményeket. Ugyan a köznevelés rendszerében számos jogintézmény kapcsolódik a hátrányos vagy a halmozottan hátrányos helyzethez, például az iskolai rendszerű képzések teljes spektrumának (az általános ingyenes szabályokon túli, pluszképzési) ingyenessége, az Arany János Tehetséggondozó és az Arany János Kollegiumi Program, vagy a lemorzsolódással veszélyeztetett tanulók támogatásához kapcsolódó korai jelző- és pedagógiai támogató rendszer létrehozása és működtetése, de legkonkrétabban a pedagógiai szakszolgálati intézmények esetében jelenik meg az összefonódás. A pedagógiai szakszolgálatokat szabályozó rendelet értelmében a szakértői bizottsági vizsgálatkor – ha a gyermek halmozottan hátrányos helyzetű, az első vizsgálat alkalmával és az úgynevezett folyamatos figyelemmel kísérést lezáró vizsgálat alkalmával – az

Oktatási Hivatal által kijelölt szakszolgálati-esélyegyenlőségi szakértőnek jelen kell lennie. A nevelési-oktatási intézmény halmozottan hátrányos helyzetű gyermek, tanuló vizsgálatának kezdeményezése esetén a vizsgálaton jelen lévő szakszolgálati-esélyegyenlőségi szakértő szerepéről a szülőt tájékoztatni köteles. A szakszolgálati-esélyegyenlőségi szakértő jelenlététől csak akkor lehet eltekinteni, ha a halmozottan hátrányos helyzetű gyermek, tanuló szülője a szakértői vélemény készítésére irányuló kérelemnyomtatványon olyan nyilatkozatot tesz, hogy gyermeke vizsgálatánál szakszolgálati-esélyegyenlőségi szakértő ne legyen jelen. A szakszolgálati-esélyegyenlőségi szakértő több pluszjogosítvánnyal is rendelkezik, melyeket a vizsgálat során vagy után érvényesíthet.

A tartós gyógykezelés alatt álló gyermek, tanuló az a gyermek, tanuló, akinek egészségügyi ellátása a szakorvos véleménye alapján az adott nevelési évben, tanévben a harminchat nevelési-tanítási napot várhatóan meghaladja, és emiatt az óvodai nevelésben mindennapos óvodába járással nem tud részt venni, illetve tankötelezettségét iskolába járással nem tudja teljesíteni. Ennek, a hétköznapi nyelvben „kórház-pedagógia” névvel illetett tevékenységnek a jogi státusa harmonizációt, maga a tevékenység szakmai megsegítést igényelt. Az e tárgykörben létrehozott munkacsoport 2019-ben kezdte meg működését. A munkacsoport kodifikációs javaslatokat tett, a kidolgozott kodifikációs javaslatokat befogadtuk. A módosítások szabályozták az ellátás köznevelési rendszertani helyét, az ellátás szereplőit és az ellátás tartalmát, a köznevelés és az egészségügyi intézmény kapcsolatát, az ellátásba kerülés rendjét, a pedagógusok munkavégzését, az ellátáshoz szükséges eszközök biztosítását, a tanuló jogviszonyát és tanulmányainak értékelését s az adatvédelmi kérdéseket. A

munkacsoport emellett meghatározta egy szakmai irányelv fő irányvonalait. Az irányelv a szakterületek neves szakembereinek részvételével elkészült, az ellátás teljes folyamatát, protokollját tartalmazza, részletes gyakorlati útmutató a pedagógusok, egészségügyi alkalmazottak és egyéb érintettek számára.

A pedagógiai szakszolgálati intézményekről már több szó esett fentebb. Ezek speciális, támogató intézmények, melyek a szülők, pedagógusok és óvodák-iskolák munkáját segítik szakfeladataikkal, mint például a szakértői bizottsági tevékenységgel, de hozzájuk tartozik például a kiemelten tehetséges gyermekek, tanulók ellátása is. A pedagógiai szakszolgálati intézmények az alábbi feladatokat látják el:

- gyógypedagógiai tanácsadás, korai fejlesztés és gondozás;
- szakértői bizottsági tevékenység;
- nevelési tanácsadás;
- logopédiai ellátás;
- továbbtanulási, pályaválasztási tanácsadás;
- konduktív pedagógiai ellátás;
- gyógytestnevelés;
- az iskolapszichológiai, óvodapszichológiai ellátás (koordinációja, mert magát az általános iskolapszichológiai, óvodapszichológiai tevékenységet maguk az óvodák-iskolák végzik)
- és a kiemelten tehetséges gyermekek, tanulók gondozása (speciális szaktudást igénylő tevékenység, az általános, nevelési-oktatási folyamatba ágyazott tehetséggondozást maguk az óvodák-iskolák végzik).

Hogy mely tevékenységnek pontosan mi is a szakmai tartalma, azt a pedagógiai szakszolgálati intézmények működéséről szóló 15/2013. (II. 26.) EMMI-rendelet szabályozza, a tevékenységeket ezen kívül szakmai protollok támogatják. A pedagógiai szakszolgálati intézmények vármegei szinten szerveződnek, de minden járásban rendelkeznek tagintézménnyel, hogy az ellátást igénylők azt

a lakóhelyükhöz legközelebb kaphasák meg.

Összegzésképpen elmondható, hogy a fent jelzett ellátási formák különös jelentősége abban rejlik, hogy a hatékonyan működő intézményi struktúrák kialakítása, a korszerű eljárások és eszközök alkalmazása növeli a

pedagógiai folyamatok hatékonyságát, erősíti a megelőző és az intervenció pedagógiai-pszichológiai ellátások hatékony megvalósítását. Mindezek fejlesztik a gyermekek, tanulók készségeit és képességeit, támogatják az intézményeket és a szülőket, s csökkentik a családok terheit, ami a társadalom égé-

szének teherbíró képessége és versenyképessége szempontjából kiemelt jelentőségű.

(A szerző pedagógiai szakszolgálati és gyógypedagógiai referens, Belügyminisztérium, Köznevelés-igazgatási Főosztály, Kiemelt Figyelmet Igénylő Gyermekek, Tanulók Ügyeinek Osztálya.)

Hangot adni annak, akinek nincs hangja „A szívemben félig magyarnak érzem magam”

„Az 1980-as évek végén találkoztam egy magyar emberrel, aki annak idején Németországba menekült. Összeházasodtunk, felvettem a nevét, több évig Magyarországon is éltünk. A származásom német, de a szívemben félig magyarnak érzem magam” – magyarázza választékos magyarsággal nevének eredetét **dr. Erdélyi Andrea**, az Oldenburgi Egyetem értelmileg akadályozottak pedagógiája és didaktikája tanszékének tanszékvezető professzora, aki a 2000-es évek elején a gesztusnyelv magyarországi adaptálásával összefüggésben vált ismertté. Beszélgetésünknek az ad időszzerűségét, hogy a gesztusnyelvről a kollégáival tavaly tartott továbbképzéseket a nagy érdeklődésre való tekintettel idén is folytatni szeretnék, közben a Nézd a kezem! című könyvének átdolgozott kiadását készítik elő.

– Először arra kérem, mondja el, hogyan került kapcsolatba a gyógy-pedagógiával.

– 12-14 éves lehettem, amikor egy egyházi nyaralási programon keresztül fogyatékos emberekkel is találkoztam. Volt ott mozgásában korlátozott, értelmi fogyatékos ember, de nem vettem őket fogyatékosnak: ő volt a Jani, ő meg a Misi, jópofa srácok, ennyi. Amikor a jövőmön kezdtem gondolkodni, felmerült, hogy a gyógype-

dagógia lehetne az az út, amerre elindulok. Érettségi után szerettem volna kipróbálni magam, és egy önkéntesi évet töltöttem Würzburgban a vakok intézetében. Kaptunk egy kis ellátást, nem nagy fizetést. 3 és 6 év közötti, súlyosan, halmozottan sérült gyerekek csoportjában dolgoztam. Mindegyiküknek volt különböző súlyosságú látássérülése, ehhez jött még az értelmi fogyatékoság és mozgáskorlátozottság. Akkor úgy éreztem, hogy ez az én utam.

– Tanulmányai során miért éppen az értelmi fogyatékosokra szakosodott?

– Ennek több oka volt. Önkéntesi évem alatt is dolgoztam nem beszélő gyermekekkel, és már akkor is azon gondolkodtam, hogyan tudnánk egymással kommunikálni. Próbálkoztunk mindenfélével: képkommunikációval, egyszerűsített jelnyelvvél. Utána még egy évig dolgoztam egy másik intézetben, az inkább gyakorlati képzés volt. Örülök minden megszerzett tapasztalatnak, de többet akartam tanulni. Gondolkodtam még zenetéripián, logopédián. Az egyik bátyám gyógypedagógus, súlyos viselkedési zavaros gyerekekkel foglalkozott, nála is hospitáltam, és már akkor tudtam, hogy ez nem az én pályám. Nem akartam »normális« tanárként dolgozni, szerettem volna mégis valami

jót tenni. Többfelé keresgéltem, végül az értelmi fogyatékosok pedagógiáját választottam. Az volt a szerencsém, hogy amikor Würzburgban az egyetemen kezdtem tanulni, Heidemarie Adam személyében nagyon jó tanárnőm volt, aki több esetben is mélyen befolyásolta az életemet. Ő annak idején részt vett a gesztusnyelv kialakításában, és behozta nekünk az órára az első német Nézd a kezem! című könyvet. Azt mondtam, hogy ez az, erre vártam, erre vágytam, amikor az intézetben kerestük a lehetőségeket.

– A gesztusnyelv és az augmentatív és alternatív kommunikáció, vagyis az AAK között lehet kapcsolatról beszélni?

– Németországban az AAK gyökerei az 1980-as, 90-es évekre nyúlnak vissza. Először a mozgáskorlátozott gyermekekkel próbáltak kommunikálni képkommunikációval és elektronikus segédeszközökkel. Ezzel párhuzamosan az 1970-es, 80-as években az első gesztusnyelvváltozatok kialakításával olyan intézetekben próbálkoztak, ahol hallássérült, értelmi fogyatékos vagy halmozottan sérült gyermekek voltak. Kezdetben ez két párhuzamos folyamat volt, és nem nagyon vettek tudomást egymásról. A 90-es években azonban kezdtek rájönni, hogy az elektronikus segédeszköz, a képkommunikáció vagy a gesztus-



tusnyelv tulajdonképpen összetartozik. Különböző változatok, de mind a kommunikáció támogatására, bővítésére vagy beindítására szolgál. Akkor már egyre inkább összeforrtak a különböző változatok a kommunikációban.

– **A gesztusnyelv inkább a jelnyelvhez áll közelebb?**

– Igen. Az elején, amikor a vakok intézetében próbálgattuk, hogyan tudunk kommunikálni, a képkommunikáció nem működött, mert a gyerek nem lát. Legyen jelnyelv. Már létezett jelnyelvi szótár, abban kerestük a képeket, fogalmakat, amelyekről azt gondoltuk, hogy fontosak volnának. Rájöttünk azonban, hogy bizonyos jeleknek a manuális kivitelezése nagyon nehéz a halmozottan sérült gyermeknek, főleg amikor látássérülés és értelmi fogyatékoság is társult hozzá. Ilyenkor nagyon fontos, hogy érezzen valamilyen támpontot. Ha csak a levegőben mozognak a kezeim, és nem is látja őket rendesen, nem is érzi, akkor nagyon nehéz a kommunikáció. Ezért variálni kezdtünk. Később az egyetemen rájöttem, hogy ez a folyamat annak idején sok intézetben történt párhuzamosan, csak még nem tudtak egymásról. Sok intézetben, ahol halmozottan sérült gyermekeket fejlesztettek, a jelnyelvből kiindulva

egyszerűsített változatokat alakítottak ki. Több kis gyűjtemény keletkezett, és akár egy intézetben belül is minden csoportban másként jeleltek. Ezt egyszerűsíteni kellett valahogy. 1986-ban Heidemarie Adam és Stefan Geiger vezetésével létrejött egy munkacsoport az intézmények képviselőivel, megegyeztek egy összesített változatban, s 1991-től, a megjelenése után a többi érvényét veszítette. Forrása lényegében a jelnyelv volt. Néhány hallgatóval összehasonlítottuk a siketek jelnyelvével, és rájöttünk, hogy hozzátéve egyharmada ugyanaz, egyharmada picikét módosult, egyharmada pedig más. Próbáltunk a mindennapi gesztusokból kiindulni.

– **Hogyan ismerték fel a jeleket azok, akik nem látnak? A tenyerükbe rajzolták őket?**

– Nem mondanám, hogy egy az egyben a siketvak gyermekeknél használatos taktilis jelelés volna, mert ha valaki nem értelmi fogyatékos, akkor a jelnyelv szolgál alapul: úgy jelelek, hogy közben a gyerek a kezemre teszi a kezét, és fordítva, de marad az eredeti jelnyelvi jel. A gesztusnyelvnél az elején inkább értelmi fogyatékos, hallássérült vagy súlyos értelmi fogyatékos gyerekekre gondoltak, csak később terjesztettük ki az alkalmazását más célcsoportokra is. A magyar változatban kezdettől fogva együtt dolgoztunk Királyhidi Dorottya kolléganőmmel is, ő rendkívül járatos a siketvak területen. Fontos tippeket adott, hogy hol érdemes a gesztusnyelvben is figyelembe venni a taktilis támpontot. Nagyon érdekes együttműködés volt vele. Vagy Havasi Ágnessel, aki autista gyerekekkel dolgozik együtt. Ott is fontos néha, hogy a gyermek érezze, hol kezdődik egy bizonyos jel, és hol van a vége. Ilyen szempontokat próbáltunk figyelembe venni a magyarra való adaptáláskor, mert úgysem lehet a német változatot egy az egyben magyarra lefordítani. A német gesztusnyelvnek a német jelnyelv az

alapja, a magyar változatban a magyar jelnyelvet kellett alapul venni.

– **Fölvázolná, hogyan alakult a tudományos pályafutása?**

– Mondhatom, hogy sokat köszönhetek a »véletlennek«. Amikor egyetemre jelentkeztem, még az volt a tervem, hogy gyógypedagógiai tanárként fogok dolgozni iskolában. A tanulmányaim vége felé találkoztam Lányiné Engelmayer Ágnes tanárnővel, aki DAAD-ösztöndíjjal Németországban volt, és előadást tartott a magyar gyógypedagógiáról az egyetemen. Úgy éreztem, hogy mindenképpen oda kell mennem hozzá, mert abban az időben már együtt voltam a magyar férjemmel, és sokat voltam Magyarországon is. Mondtam neki, hogy »kezét csókolom«, majd németre váltottam, mert még nem tudtam sokkal többet magyarul. Meghívott Magyarországra, mert éppen a szakdolgozatomat kellett írnom, és még nem volt témám. Azt javasolta, hogy a magyar gyógypedagógiáról írjam. Meg is írtam a magyar gyógypedagógiáról, a történetéről és az akkori fejlődéséről. Lányi tanárnő meg a német tanárnő, Heidemarie Adam szörnyülködtek, hogyan írhattam több száz oldal szakszöveget, hiszen ez már fél doktori, folytassam a pályát. Az akkor még Gyógypedagógiai Főiskolán Budapesten német lektort kerestek, és engem hívtak meg. Párhuzamosan ösztöndíjra is pályáztam a doktorimhoz, azt is kaptam. A sorsra hagytam a döntést, hogy merrefelé megyek. Így kezdődött a tudományos pályafutásom.

– **Tehát a tudományos munkássága összekapcsolódik a Magyarországgal való együttműködéssel.**

– Elejétől kezdve. Ez többszörös jövés-menés volt. Az ösztöndíj korábban véget ért, mert a németeknek elfogyott a pénzük, ezért visszamentem Németországba, és gyógypedagógiai iskolában kezdtem dolgozni. Hat évig dolgoztam gyógypedagógusként, de

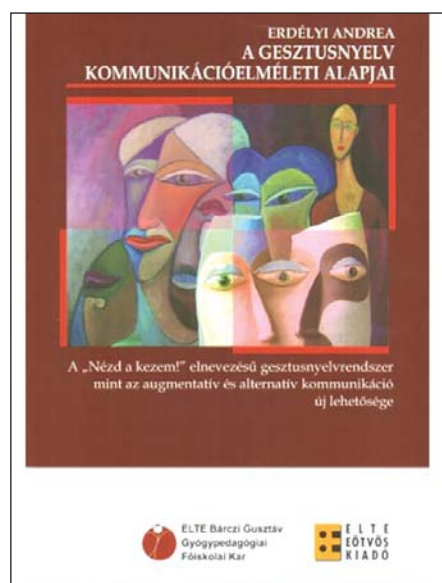
vágytam vissza Magyarországra. Egyszer láttam egy kiírást, hogy német vendégtanárt keresnek különböző közép-európai országokban. Pályáztam, s a második körben sikerült bekerülnöm. A magyar kollégák és a gyógypedagógiai kar vezetője, Mesterházi Zsuzsa is támogatták, így visszamentem Magyarországra. Hat évig dolgoztam vendégtanárként, ekkor habilitáltam is a Pécsi Egyetemen. A habilitációm szorosan összefügg a gesztusnyelvvvel, mert nem akartam csak egyszerűen lefordítani és kiadni, hanem tudományosan is alátámasztani, hogyan kell átalakítani, mire van szükség az intézetekben. Megszerveztem egy nagyobb kutatócsoportot, 23 intézetben ki is próbáltunk minden változatot, többszörösen át is dolgoztuk, ez volt a habilitáció alapja. Közben lejárt a hat év, a legtöbb, ameddig vendégtanárként külföldön maradhattam, ezért megpályáztam Oldenburgban egy professzori állást, sikerrel. 17 éve itt vagyok. Az értelmi fogyatékosok pedagógiájának szakfelelőse vagyok, tanszékvezető, és a tanszék mellett felépítettem egy AAK-s tanácsadót. Próbáljuk felkészíteni a jövődi gyógypedagógiai tanárokat középsúlyos, súlyos és halmozottan akadályozott gyermekek tanítására. Ide tartozik a didaktika, diagnosztika, tesztkezelés, elsajátítják, hogyan kell felülvizsgálni, hogy fogyatékos-e a gyermek, vagy sem, milyen fejlesztésre van szüksége. A súlypontot a tanításban és a kutatásban az AAK-ra és a gesztusnyelvre helyezem.

– **A gesztusnyelv olyanoknál is alkalmazható, akik nem értelmi fogyatékosok, csak nem tudnak beszélni?**

– Ha valaki ép értelmű, és más okból nem beszél, akkor első lépésben a jelnyelvet próbálnám használni, mert sokkal bővebb a szókincse. Mindig attól függ, hogy mi az akadályozottság oka: mozgáskorlátozottság, vagy a beszédszervével van gond, vagy mutizmus, vagy hallássérülés, és attól is,

hogy hány éves, milyen perspektívát látok a fejlődésében. Érdekes megfontolni, mikor használom a jelnyelvet, és mikor inkább a gesztusnyelvet, amely egyszerűsített változat. A gesztusnyelv kisgyerekeknél segíthet a beszéd megindításában.

Mozgásában korlátozott, ép értelmű személynél kipróbálnék mindent, ami lehetséges, hogy képkommunikációval és elektronikus segédeszközzel ki tudja magát fejezni. De már azt is megéltem, hogy mozgásában korláto-



zott, ép értelmű személy számára kiegészítésül – bizonyos mindennapi helyzetekben – egy-egy kézi jel is hasznos, ha nem teljesen korlátozott a mozgásban, mert az sokkal gyorsabban alkalmazható, mint amikor elektronikus segédeszközzel nehezen próbálkozik. Annak idején Budapesten egy napközi otthonban az egyik akadályozott nő kérte, hogy neki is mutassunk jeleket. Ő aztán úgy mutatta, ahogy tudta, lefényképeztük, betettük egy kis gyűjteménybe, hogy nála a jel úgy néz ki. Így sokkal gyorsabban tudta magát kifejezni.

– **Tehát mindenkinél érdemes kipróbálni, hogy neki mi felel meg a legjobban.**

– Amióta 2008-ban beindítottuk az AAK-s tanácsadót az oldenburgi egyetemen, összegyűjtöttünk mindent, amit találtunk az AAK-diag-

nosztika területén. Átdolgoztuk, és kiadtunk egy új AAK-s diagnosztikai eszközt. Először nagyon alapos anamnézist végzünk, utána gondolkodunk arról, hogy az illető személynek melyik lehetőség volna a leghasznosabb, hogy tudjon kommunikálni. Néha különböző variációkat is felkínálunk, és tapasztalatból mondom, hogy mindenképpen erre kell mennünk. Soha nem felejttem el, amikor Bagotai Györgyi egyszer azt mondta, hogy ő mindennel »bombázza« a gyereket, ami kommunikáció, minden csatornán keresztül, és megnézi, mire reagál. Néha párhuzamosan különböző kommunikációs csatornákat is érdemes használni. Ezt úgy hívják hivatalosan, hogy multimodális kommunikáció, mert pl. egy matekórán egy akadályozott tanuló lehet, hogy más segédeszközzel van szüksége, mint amikor az uszodában van. Szívesen felkínálok a gyerekeknek különböző változatokat, legyen az elektronikus eszköz, képtábla, betűtábla vagy gesztusnyelv. A helyzettől függően hol az egyik, hol a másik hasznosabb.

– **Összehasonlítaná a magyarországi és a németországi gyógypedagógiát?**

– Nehéz kérdés. Nagyon örülök, hogy szerencsém volt megismerni a magyar gyógypedagógiát, sokat tanultam belőle, sőt az itteni AAK-s tanácsadó kialakításakor a budapesti gyógypedagógiai kar pszichológiai intézete és a Bliss Alapítvány Segítő Kommunikáció Módszertani Központja voltak számomra a minta. A gyógypedagógiának Magyarországon sokkal nagyobb a hagyománya, mint Németországban. Itt főként az értelmi fogyatékosok gyógypedagógiája az 1950-es, 60-as években kezdődött, tehát jóval később. A második világháború azzal együtt, hogy annak idején nagyon sok fogyatékos embert megöltek a németek, kihatott arra, hogy nagy lendülettel és sok forrással fel-

építették a gyógypedagógiai iskolákat meg a hozzájuk tartozó képzést, egyetemet. Úgyhogy később kezdtük, de próbáltuk a lemaradást bepótolni az-
zal, hogy minél gyorsabban, minél többet tanuljunk, tanítsunk, kutassunk.

– Az AAK-t, azon belül a Bliss-nyelvet Kálmán Zsófia hozta Kanadából. Lehet azt mondani, hogy a gesztusnyelvet pedig ön hozta Magyarországra?

– Lényegében igen. Az AAK-t, a Bliss-nyelvet, a Bliss-szimbólumokat a németek is Amerikából importálták. Az egyszerűsített jelelés valóban itt, Németországban alakult ki (egy holland gyűjtemény mellett). Amikor vendégtanárként a Bárczin voltam, megismerkedtem Kálmán Zsófiával, sokat dolgoztunk együtt, és akkor derült ki, hogy ez a rész hiányzik az AAK-ból Magyarországon. Kezdtém a hallgatókkal lefordítani, átdolgozni; a végén nagyobb projekt lett, mint az elején gondoltam volna. Köszönöm minden magyar kollégának, aki annak idején részt vett benne, és segített, hogy a magyar igényeknek is megfeleljen.

– 2006-ban a Carissimi meghívására kolléganőivel Komáromban is tartottak előadást a gesztusnyelvről, s többen meg is rendelték az akkoriban Szlovákiában újdonságnak számító *Nézd a kezem!* című kötetet. Most pedig újabb kiadása várható.

– Mielőtt 2007 elején visszajöttem Németországba, Oldenburgba, megpróbáltam Magyarországon mindent úgy megszervezni, hogy legyen a könyv, és képzés is hozzá. Volt idő, amikor inkább személyes okokból nem tudtunk ezzel annyit foglalkozni. Engem lekötött a tanszék és az AAK-s tanácsadó kiépítése, s más a helyzet, ha az ember ott van helyben, mint amikor nagyon messze. Egyszer csak elért hozzám a hír, hogy elfogyott a könyv. A magyar kollégákkal gondolkodtunk azon, hogy mit lehetne tenni,

de közbejött a pandémia, emiatt két évig nem tudtunk vele foglalkozni. Tavalyelőtt, mikor megint utazni lehetett, mert Erasmus-szerződésünk van a két egyetem között, a budapesti egyetemen találkoztam a kollégákkal, és mivel már én sem vagyok fiatal, mondtam, hogy odaajándékozom nekik a gesztusnyelvet. Azt javasolták, hogy adjuk ki újra együtt a könyvet, de dolgozzuk át, mert sok idő telt el azóta. Tóth Mónikával, Havasi Ágnessel, Királyhidi Dorkával, Szekeres Ágotával és Szaffner Gyulával, aki már korábban is a képeket készítette nekünk, összeültünk megbeszélni az új kiadást és a képzés újraindítását. Nem számítottunk rá, hogy olyan nagy lesz az érdeklődés: egy éven belül három kurzust is tartottunk, s erre az évre is vannak tervek. Mióta visszajöttem Magyarországról, oktató vagyok egy nagy, kétéves posztgraduális AAK-s képzésben is, melynek jelenlegi vezetője Jens Boenisch kolléga a Kölni Egyetemről. A képzést Heidemarie Adam tanárnő hozta létre, és 2011-ben ő hívott meg, hogy vegyem át a gesztusnyelv-jelnyelv modult, amely nagy, 32 órás egység. Ezzel a tapasztalattal javasoltam a magyar kollégáknak, hogy ne csak egy kis, tíz-órás gesztusnyelvképzést tervezzünk, hanem jóval bővebb AAK-s képzést. Tudom, hogy Kálmán Zsófia nagyon sok továbbképzést felkínált, de már ő sem olyan aktív, mint régen, és jó volna, ha az egyetemen megvalósulna egy nagy, posztgraduális képzés. Ezen is elkezdtek dolgozni. Havasi Ágnes kérte, hogy a szaktudásommal próbáljam végigkísérni ezt a folyamatot. Most utólag látom, hogy ez a 2022-es találkozás nagyon fontos pillanat volt, mert újra megindult az együttműködés mindenféle, számomra érdekesnek tűnő ötlettel és munkával.

– Mikorra várható a könyv megjelenése?

– Úgy tervezzük, hogy ebben az évben megjelenjen. Egy olcsóbban

beszerezhető változaton dolgozunk. Arra törekszünk, hogy mindenki számára hozzáférhető, megfizethető legyen.

– Hogyan összegezné a tapasztalatait?

– Az elején, amikor kezdtünk a gesztusnyelvvvel dolgozni, inkább arra gondoltunk, hogyan tudunk egy nem beszélő embernek egy másik, aktív lehetőséget adni, hogy ki tudja fejezni magát. Egész életemben az vezetett, hogy hangot tudjak adni annak, akinek nincs hangja. Ami nagyon fontos: a másokra való odafigyelés. A másik, amit a projekt folyamán tanultam, hogy a kommunikációnak mindig két oldala van. Az, hogyan fejezi ki magát valaki, de az is, hogyan érti meg azt, amit én próbálok kommunikálni.

Van egy kulcsélményem: Annak idején, amikor a gesztusnyelvet Magyarországon próbáltuk átalakítani, volt egy kolléganő, aki mozgásukban korlátozott gyermekekkel dolgozott, és inkább csak az én kedvemért vett részt a csoportban. »Én nem látom, hogy mit kezdjünk a gesztusnyelvvvel mozgáskorlátozott gyerekeknel« – mondta. Legközelebbi találkozásunkkor elismerte, hogy meggyőződött róla, náluk is érdemes ezen gondolkodni, mert lehet, hogy a gyermek nem tud tökéletesen kivitelezni egy gesztusjelet, de ha én is használok mint pedagógus, sokkal jobban megért. Ez nagyon fontos élmény volt számomra: hogy akkor is érdemes gesztusnyelvet használni, ha a gyerek nem jelel, de jobban megérti, amit én ki akarok fejezni. Akkor is, ha egy évbe telik, amíg megtanulja – számomra ez már száz százalékkal több, mint ami előtte volt. Tehát érdemes befektetni egy kis energiát és türelmet, s mindegy, hogy kisgyerek vagy felnőtt-, esetleg időskorú ember, bármikor el lehet kezdeni.

Tóth Erika



Horváth Péter László

Múzeumi szövegek közérthető / egyszerűen érthető / könnyen érthető nyelvi szinten

Bevezető gondolatok

Az Erasmus+ az oktatás, a képzés, az ifjúság és a sport területén a 2021 és 2027 közötti időszakra létrehozott európai uniós program. A Petőfi Irodalmi Múzeum ennek a keretében felnőttképzési mobilitási program megvalósítására nyújtott be pályázatot. A 2023. június 1-je és 2024. május 31-e között lebonyolítandó projekt azonosító száma: 2023-1-HU01KA122-ADU-000144014, címe: Legyen a múzeum értelmi sérült személyeknek is hozzáférhető! Keretében német, osztrák, spanyol és svéd múzeumok jó gyakorlataival ismerkedünk meg.

Emellett a budapesti Finnagora támogatásával 2023 nyarán részt vettünk egy tanulmányúton Helsinkiben, ahol a Finn Könnyű Nyelvi Centrum (Selkokeskus) volt a vendéglátónk, melynek fejlesztési igazgatója Leelaura Leskelä. A tanulmányúton a helsinki Ateneum Art Museum jó gyakorlatával is megismerkedtünk.

Jelen tanulmányban összehasonlító elemzés formájában mutatunk be négy lehetséges megoldást az egyenlő eséllyel hozzáférhető információ biztosítására.

* * *

Az értelmi sérült személyek jogairól

A fogyatékosággal élő személyek jogairól szóló ENSZ-egyezmény a 30. cikkben egyértelműen rögzíti az értelmi sérült személyek jogát ahhoz, hogy a múzeumi információkhoz a számukra értelmezhető nyelvi szinten juthassanak hozzá.

Az egyenlő eséllyel hozzáférhető információhoz való jog érvényesítését szolgáló jó gyakorlatok rövid összefoglalása

A helsinki Ateneum Art Museum nyomtatott és online formában is kiadott például egy 61 oldalas, igényes, színes kiadványt. A Beszéljünk a művészetről című munkában nem kapunk teljes képet az állandó kiállítás egészéről, csak a múzeum szakemberei által kiválasztott 20 festményt mutatja be. A kiadvány elején a kulcskifejezések egyszerűen érthető magyarázatát találjuk meg egy-egy, a szöveget magyarázó ikonnal. A műalkotások ismertetése egységes sablont követ: a festményről készült képet kulcsszavak, a kép egyszerűen érthető leírása, majd összefoglalás, végül a látogatónak feltett kérdések és gondolkodtató feladatok követik. A szöveget a múzeum munkatársainak az egyenlő eséllyel hozzáférhető információk biztosításáról szóló egyéni beszámolója egészíti ki.

A salzburgi Festungsmuseum az egyenlő esélyű hozzáférést úgy teszi lehetővé, hogy pl. az egyik állandó kiállítás valamennyi termében találunk könnyen érthető falfeliratot német, angol, olasz és mandarin nyelven, a múzeumi szaknyelven megírt német és angol nyelvű szövegek mellett. A falfeliratok igen nagyok, szinte az egész falat beborítják. A szemmozgást követő tudományos kutatás eredményeire való tekintettel helyezték el őket, hogy az előcsarnokból a kiállítóterbe való átlépéskor egészen bizonyosan a látóterünkbe kerüljenek. A szövegek nagyon rövidek, néhány mondatból állnak.

A salzburgi Festungsmuseumban könnyen értelmezhető filmek is van-



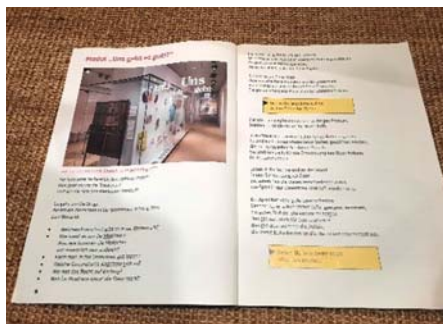
nak. Az egyik a vár építéstörténetét mutatja be, a szemünk előtt készülő rajzokkal, nyilakkal segítve a megértést.

A Graz Museumban az időszakos kiállításon is alkalmaznak közérthető feliratokat. Érdekes ugyanakkor, hogy a kiállításhoz kapcsolódó szövegek csak ezen az egy nyelvi szinten érhetőek el. A feliratokat az egyik időszakos kiállításon a kiállítási tárgyak elhelyezésére szolgáló asztalokon helyezték el, a másik kiállításon a falon. Az időszakos kiállítás anyaga egy kisebb méretű, hajtogatható brosrában jelent meg, amely ingyenesen elvihető.

A grazi Volkskundemuseum (az Universalium Joanneum egyik tagintézménye) 48 oldalas, A4-es méretű, nagyon igényes, színes, csak nyomtatott formában elérhető kiadványa egyszerűen érthető nyelvi szinten készült. A múzeum állandó kiállításának teljes anyaga megtalálható benne. Minden teremről külön fejezet szól. Az adott kiállítási tér megnevezését követően egy, a kiállítóteréről készített színes fénykép látható. Azt ábrázolja, amit az ide való belépéskor látunk. Ezt követően a helyszín bejárásával egyező sorrendben jelennek meg egyszerűen érthető szövegek. A térbeli tájékozódást a kiadvány úgy támogatja, hogy két helyiség közötti átjárásnál vagy a helyiségen belüli tájékozódás támoga-

tása céljából rövid útvonalleírást ad. Ez bekeretezett, sárga háttérű szövegdobozban jelenik meg. A kiadványban van, bár nagyon kevés, nehezebben érthető szakkifejezés is. Ezeket minden előfordulási helyen aláhúzással jelölik. A szómagyarázatot a brosúra végén helyezték el, és erre már az elején felhívják az olvasó figyelmét. A tájékoztató a múzeum tulajdona, tudomásom szerint online nem elérhető. A pénztárban lehet kézbe venni, és a látogatás befejezésekor ugyanott le kell adni.

A kiadvány a múzeumi szaknyelven elérhető német falszövegek kiegészítését, az egyenlő esélyű hozzáférést szolgálja.



Egyenlő eséllyel hozzáférhető információ készítése vagy szakszöveg nyelven belüli fordítása

A helsinki Ateneum Art Museum kiadványában megjelenő egyszerűen érthető szöveg nem egy eredetinek nyelven belüli fordítása, hanem a múzeum erre a feladatra felkészített munkatársai és finnnyelv-tanárok közösen eleve így fogalmazták.

A salzburgi Festungsmuseumban olvasható könnyen érthető mondatok sem nyelven belüli fordítások, hanem (tudomásunk szerint) a kiállítás kurátora végiggondolta, hogy a terem anyagával mit akar üzeni a látogatóknak, majd ezt könnyen érthetően megfogalmazta.

A Graz Museum által használt közérthető szövegek sem nyelven belüli fordítás útján keletkeztek. A múzeum munkatársai készítették őket, akik részt vettek a nyelven belüli fordítással hivatásszerűen foglalkozó külső szolgáltató, a grazi székhe-

A nyelvi szintek és a cél/célcsoport

A múzeum:	Nyelvi szint:	Elsődleges célcsoport:
Ateneum Art Museum, Helsinki	egyszerűen érthető (finn és angol)	A finnt mint idegen nyelvet tanuló bevándorlók. A kiadványt kifejezetten nyelvtanítási céllal készítették.
Festungsmuseum, Salzburg	könnyen érthető (német, angol, olasz és mandarin)	A Salzburgot felkereső turisták.
Graz Museum, Graz	közérthető (német)	A múzeum hétköznapi nyelvtudással rendelkező látogatói.
Volkskundemuseum – Universalmuseum Joanneum, Graz	egyszerűen érthető (német)	Elsősorban értelmi sérült személyek. Másodsorban azonban bárki, aki ezt a nyelvi szintet érti jól.

lyű Capito társadalmi tudatformáló tréningjén.

A grazi Volkskundemuseumban az egyszerűen érthető nyelvi változatot a múzeum az említett Capito nevű szervezettől rendelte meg.

Nagyon fontosnak tartom megjegyezni, hogy a grazi múzeumokban a pénztárban ülő személyzet és a teremőrök is részt vettek társadalmi tudatformáló tréningen. Pontosan tudták, hogy mit keresek, amikor az egyenlő eséllyel hozzáférhető múzeumi információk iránt érdeklődtem; és arról is volt tudomásuk, hogy más grazi múzeumokban mi a helyzet.

Ezzel az egyszerűen/könnyen érthető múzeumi információkat bemutató jó gyakorlatok összehasonlító elemzésének végére értünk. Meggyőződhattunk arról, hogy nincs egyetlen jó megoldás arra, hogyan tegyük izgalmassá a múzeumok világát a múzeumi információk megértéséhez támogatást igénylő személyek számára. Ugyanakkor az sem lehet kérdéses, hogy a múzeumokhoz való egyenlő esélyű hozzáférés biztosításának nincs alternatívája. Ahogyan Claudio Ettl, a

nürnbergi Caritas Pirkheimer Haus igazgatóhelyettese fogalmazott: ezeknek a megoldásoknak a tagadása – a hozzáférhetőség és a befogadás eszméjével összeegyeztethetetlen módon – annak a beismerése volna, hogy nem baj, ha adott szövegekhez és tartalmakhoz bizonyos célcsoportok (pl. tanulásban vagy értelmileg akadályozott emberek) nem férnek hozzá.

Végezetül álljon itt a múzeum fogalmának az ICOM (Múzeumok Nemzetközi Tanácsa) által 2022-ben elfogadott új meghatározása:

„A múzeum a társadalom szolgálatában álló nem profitorientált, állandó intézmény, amely kutatja, gyűjti, megőrzi, értelmezi és kiállítja a tárgyi és szellemi örökséget. A múzeum a nyilvánosság számára nyitott, hozzáférhető és befogadó, elősegíti a sokszínűséget és a fenntarthatóságot. Etikusan, szakszerűen s a közösségek részvételével működik és kommunikál, változatos tapasztalatot nyújtva az oktatás, a szórakozás, a reflektív gondolkodás és a tudásmegosztás terén.”

(A szerző főiskolai docens, a váci Apó Vilmos Katolikus Főiskola oktatója.)



Mgr. Marie Beníčková PhD DT

Zeneterápia

A cikk a zeneterápiával mint önálló művészetterápiás területtel foglalkozik, leírja a definícióját, valamint szerzőjének zeneterápiás módszereit és módszertanát. Tájékoztatót ad a Művészetterápiák Nemzetközi Szövetségéről (Mezinárodní asociace uměleckých terapií – MAUT) és az Akademie Alternativa Kft. szervezésében történő szakmai képzés lehetőségeiről. Bemutatja a hangmasszázs nevű zeneterápiás gyakorlatot, és leírja, hogyan segített a zeneterápia egy tizenhárom éves fiúnak, Alešnek.

Terminológiai

kiindulópontok és definíciók

A zeneterápia független terület, amely a zenét eszközként használja terápiás célra. A dráma-, a képzőművészeti, valamint a tánc- és mozgásterápiával együtt a művészetterápiák közé soroljuk. Az a széles körben gyakori nézet, hogy a terápia csak kezelést jelent, mai szemmel nézve már elavult. A zeneterápia szociális, oktatási és egészségügyi területen egyaránt elterjedt. Sokféle probléma megoldásában segít, a kiegyensúlyozatlanságtól, rendellenességektől, zavaroktól a betegségekig. Az önfejlesztő tevékenységek szerves része. Csecsemőknek, kisgyermekeknek, óvodás- és iskoláskorú gyermekeknek, fiataloknak, időseknek egyaránt ajánljuk. Nincsenek életkori megkötések, viszont adott életkorra jellemző sajátos problémákra megoldást nyújt, s más terápiák támogatására is alkalmazhatjuk. Nemzetközi kontextusban a zeneterápia meghatározásai közé sorolhatjuk azt a 2012-ből valót, amelyet a MAUT (www.maut.cz) fogadott el. „A zeneterápia a művészetterápia független, autonóm területe, amely a hangok és a

zene célzott hatása révén támogatja, fejleszti s integrálja az emberi kompetenciákat az egészség helyreállítása, valamint a bio-pszicho-szociális és spirituális szükségletek kielégítése végett.” (A szerző definíciója.) Csehországban a művészet- (zene-, dráma-, tánc- és mozgás-) terapeuták felkészítésével hároméves képzés keretében az Akademie Alternativa Kft. (www.akademiealternativa.cz) – az Oktatási, Ifjúsági és Sportminisztérium által akkreditált intézmény – foglalkozik a (minden EU-s tagországban elismert) DT, azaz okleveles terapeuta szakmai cím adományozásának jogával.

A Művészetterápiák Nemzetközi Szövetsége olyan szervezet, amely nemzetközi szinten egyesületeket, munkahelyeket, szakembereket, hallgatókat és a művészetterápiák (képzőművészeti, zene-, dráma-, tánc- és mozgásterápia) iránt érdeklődőket egyesíti. Elősegíti közöttük az együttműködést, hangsúlyt fektetve az egyetemi-főiskolai hallgatókkal és a nagyközönséggel való együttműködésre. Nemzetközi kutatásokat kezdeményez és végez, valamint részt vesz az előadói, lektori és publikációs tevékenységben. Létrehozta a művészetterápia területén dolgozó szakemberek, szupervízorok és munkahelyek nemzetközi nyilvántartását, és garanciát vállalt érte. Teret és platformot teremt a hatékony kommunikáció számára, s képviseli a Cseh Köztársaságot Európa és a világ szakmai mezőnyében. Teljes jogú tagja az Európai Zeneterápiás Szövetségnek (EMTC), a Zeneterápiás Világszövetségnek (WFMTk), és a Cseh Köztársaság Egészségügyi Minisztériuma szakmai társaságnak minősítette.

Saját zeneterápiás módszerek és módszertanok

A gyakorlatban több saját szerzői módszerrel, módszertannal dolgozom, melyek hatékonyságát kutatások igazolják.

- Pszichoszomatikus zeneterápia – a testi és pszichés megnyilvánulások kölcsönhatásaira összpontosító zeneterápiás módszer, az emberi fejlődés bio-pszicho-szocio-spirituális paradigmája.

- Intervenciós zeneterápia¹ – a közvetlen beavatkozás módszereit és lehetőségeit aknázza ki, azoknak a konkrét területeknek a támogatásával és fejlesztésével foglalkozik, ahol a kliensnek problémái vannak. Részét képezi például a tanulási zavarokkal (diszlexia, diszgráfia, diszortográfia stb.) élő gyermekek zeneterápiás fejlesztésének módszertana. Ez különösen azoknak a gyermekeknek kínál megoldást, akiknek írás-olvasási problémák, tanulási nehézségek miatt gondjuk van az iskolai előmenetelben.

- Zenei edukációs terápia – az oktatás és a terápia határán, meghatározott rendszerekkel működő módszer. Ha nevelési és oktatási céllal az oktatást terápiás eljárásokkal kapcsoljuk össze, lehetőség nyílik a zeneterápiának az oktatásban és egyéb területeken történő alkalmazására.

Werbeck-módszer² –

A hang kibontásának az iskolája

Munkám során gyakran alkalmazom a Valborg Werbeck-Svärdström nevéhez fűződő módszert. Az énekterápiában laikusok esetében és hivatásos énekesek oktatásában egyaránt többféle változatban alkalmazott eljárás kiindulópontja az éneklés élettani alapjainak vizsgálata. A precízen kidolgozott

módszertannal végzett lazító gyakorlatok nemcsak a testre, hanem a pszichére is jótékony hatással vannak. Fontosak a gyakorlatok során szerzett egyéni tapasztalatok. A módszer úgynevezett holisztikus, átfogó megközelítést alkalmaz – fizikai, pszichológiai, mentális és spirituális szinten egyaránt hat.

Egy zeneterápiás gyakorlat bemutatása: Hangmasszázs

Cél: A multiszenzoros érzékelésnek, hallásnak, a saját test rezonancia-érzékelésének fejlesztése, a kliensek preverbális és verbális hangkifejezésének stimulálása, relaxáció.

Alkalmazható: Hatéves kortól.

Forma: Egyéni, páros, csoportos.

Felszerelés: Szék vagy pozicionáló párna, gimnasztikai labda.

Módszer: A terapeuta a klienst székre (pozicionáló párnára, gimnasztikai labdára stb.) ülteti, hogy szabadon hozzáférhessen a hátához, majd a szájához illesztett tenyerei által rezonanciateret hoz létre (a megafon utánzása). Hátról közeledik a klienshez, és dinamikusan változatos hangokat hallat, amelyek lehetnek:

- különféle hangok (zúgás, füttyülés, dudálás stb.);
- beszédhangok (magánhangzók – a, e, i, o, u; kettőshangzók – au, ou; szótagok, pl. ma, no, vou, mou stb.);
- dallamok (dalok különböző hangnemekben).

Variációk

- Jel láncszerű átadása, küldése. A csoport tagjai sort alkotnak, a sort záró terapeuta jelet (beszéd- vagy más hangot, dallamot) küld az előtte lévő kli-



ensnek, majd a jel fokozatosan eljut az elsőhöz. A gyakorlatot gazdagíthatjuk érintéssel masszázssal (ütögetéssel, simogatással és gyúrással) vagy különféle mozgásos tevékenységekkel.

- Akusztikus hangszer mint rezonanciater. A résztvevők hátára különféle akusztikus hangszerek rögzíthetők – gitár, dob, líra stb.

- Testhelyzet megváltoztatása – fekvés, állás, ülés.

Ajánlás

- A gyakorlat problémát okozhat azoknak a klienseknek, akik nem szeretik, ha a hátuk mögött valaki tartózkodik, illetve ha nem látják az illető személyt.

- Olyan hangszereket válasszunk, amelyeknek nincs túl erős rezonanciájuk (kantele, gitár, akkordcitera, duochord). A túl erős vibráció természetellenes, és nem biztos, hogy kellemes a résztvevőknek – legyünk óvatosak az olyan hangszerekkel és kellékekkel, mint a tibeti tálak, erős rezonanciájú asztalok, didzseridu stb.

Esettanulmány a kliensek életéből:

Aleš (13 éves)

Aleš csonka családból származik, édesanyjával él, többnyire tíz évvel idősebb nővére viseli gondját. Apja nem sokkal születése után meghalt, anyja megpróbálja kárpótolni őt az elvesztéséért. Az anyának két munkahelye van, fiára nincs ideje. Leginkább nővére gondoskodik róla, de édesanyja is igyekszik pótolni az apját. A családban nincs állandó rendszer, a fiút elkényeztetik. Édesanyjával és a nővérével szemben agresszív, s mivel elég erős, néha meg is veri édesanyját. Nővérenek eddig sikerült kivédenie a támadásokat. Agresszív viselkedése és egyéb problémái miatt pszichiátriai járóbetegként kezelik. Az iskolában osztálytársaival szemben is erőszakos, központi figurája egy fiúbandának, amely két lány osztálytárs bántalmazásában is részt vett. A súlyos viselkedési zavar mel-

lett jelentős tanulási gondjai vannak. Hallási percepciója gyenge, diszlexiára és diszortográfiára jellemző nehézségekkel küzd, iskolakerülésre való hajlammal kombinált hiperaktivitást mutat, az iskolára való napi felkészülése rendszertelen. Aleš megkezdte a zeneterápiát. A rendszeres terápia hatására enyhén javult az iskolai teljesítménye, valamint az iskolai és otthoni magatartása. A zeneterápiában nehezen viselte, ha valaki mögötte állt. Nem szerette ezt az érzést, ugyanis elvesztette a tér feletti uralmát. Ezzel szemben élvezte, ha az osztálytársai mögé állhatott. A helyzet a hangmasszázs gyakorlatok során kezdett változni. A mögötte álló osztálytárs hangjának köszönhetően a fiú megnyitotta kommunikációs terét, és boldogan vett részt a gyakorlatban. Ha viszont ugyanaz az osztálytárs úgy állt mögötte, hogy nem adott ki hangot, a helyzet megváltozott. Aleš ezt kellemetlennek érezte, feszült, ideges lett, és be akarta fejezni a gyakorlatot.

(A szerző zeneterapeuta, a terület akkreditált szakfelelőse, szupervízor, zenei és iskolai oktató, fuvolaművész, szopránénekes, több zeneterápiás módszer, modell, szakkönyv szerzője és társszerzője. Társalapítója és igazgatója az Akadémia Alternatív Kft. terapeutaképző intézménynek, a zene- és művészetterapeuta szakirányt létrehozó munkacsoport vezetője, a Zeneterápiás Világszövetség – WFMT – csehországi képviselője és a MAUT elnöke.)

Fordította Buzgó Menyhart Annamária. Fénykép: A szerző archívuma

¹ Az intervenció zeneterápia abból a tudományos kutatásból indul ki, melynek összegzését 2006-ban zeneterápiai tárgyú PhD-munkaként védtam meg.

² Ennek az ötéves zeneterápiás módszernek a képzését 2012-ben sikeresen elvégeztem, a módszert klienseim problémáiból kiindulva folyamatosan megújítom és fejlesztem.



Buzgó Menyhart Annamária

Tánc- és mozgásterápia, IV. Improvizáció

Az improvizáció sűrűn szövi át életünket. Sokszor nem is tudatosítjuk, hogy rengeteg helyzetet kell hirtelen, felkészülés, előre átgondolt terv, forgatókönyv nélkül megoldanunk. Az improvizációt felfoghatjuk úgy, mint spontán pillanatnyi alkotást. Előadóművészeknél gyakran csodáljuk az effajta szkript nélküli és nem ritkán kooperatív előadásmódot, ahol a résztvevők az adott pillanatban tartalmat hoznak létre. Az improvizáció röviden szólva terv nélküli kreativitás és azonnali alkalmazkodás a pillanatnyi kontextushoz.

Miért ódzkodnak oly sokan a váratlan helyzetektől, amelyekre nem tudnak felkészülni? Miért érzik egyesek a táncot vagy egyes mozgásformákat áthághatatlannak tűnő akadállyal? Hogyan működik félelmeink ellenére a tánc- és mozgásterápiában az improvizáció?

A kreatív mozgás, improvizálás vagy tánc iránti félelem különböző forrásokból ered. Félelmünket okozhatja az ún. társas szorongás, amikor tartunk a negatív véleménytől. Féltünk a kudarcától, hogy hibát követünk el, vagy nem felelünk meg az elvárásoknak. Az alacsony önbecsülésű, önbizalmú emberekben hiányzik a képességeikben való bizalom, ezért vonakodnak részt venni olyan tevékenységekben, amelyek a figyelem középpontjába helyezik őket. Az okok között rossz múltbeli tapasztalatok – elutasítás, megszégyenülés – is lehet. A készség, jártasság, tapasztalat hiánya is csökkenti önmagunkba vetett bizalmunkat, mások nem érzik magukat kellően bátorak, érdeklődőnek vagy kreatívnak. Előfordul, hogy önmagunknak nehéz megfelelnünk a tökéletesség iránti vágyunk

vagy túlzott önkritikánk miatt. A teljesség igénye nélkül felsorolt félelmek valójában múltbeli traumák következményei lehetnek. Ezek a tapasztalatok megnehezítik, hogy hasonló helyzetekben könnyedén vegyük az akadályokat, s a feldolgozatlan félelmek, rossz tapasztalatok idővel elmélyülnek, és súlyosabb problémák forrásaivá válhatnak. A tánc- és mozgásterápia segít a félelmek kezelésében s a megküzdési stratégiák kialakításában, magát a mozgásos improvizációt is eszközként használja, és elősegíti az improvizációs képesség, önkifejezés fejlődését.

A táncterápia alapelve, hogy nem a tánc esztétikumára, stílusára fektetünk hangsúlyt, hanem a mozgáson, táncon keresztül önmagunk testi, lelki, szellemi és szociális felfedezését s jóllétét célozzuk meg. Az egyén biztonságos és támogató környezetben megítélésmentesen fedezi fel a mozgásokat, segítségével pedig saját belső tapasztalatait.

Ma már bizonyított tényként kezeljük a test és elme integrációját, elismerve a testi és érzelmi tapasztalatok közötti összefüggéseket. A mozgásos improvizáció egy kreatív és kifejező módszer, nonverbális kommunikációs forma, s egyben alkotó folyamat, amely segít a táncoló, mozgást végző személynek kifejezni és feldolgozni azokat az érzelmeket, melyeket szóban kifejezni nehéz volna. Spontán, előre meg nem írt mozgásokat foglal magában, amelyek az egyén belső tapasztalataiból születnek, ahogy a folyamat során reagál külső és belső környezetére, kibontakoztatva az előre nem feltételezhető folyamatot. A terápiás gyakorlatok során a terapeuta instrukcióival meghívja a résztvevőket, hogy me-

rítsenek a kreativitásukból. A mozgás pillanatnyi inspirációból születik, lehetővé téve az autentikus kifejezést és az egyén belső önmagával való kapcsolatot. Mindez aktív figyelmet és nyitottságot követel saját belső történéseink s a kívülről érkező hatások iránt, és a játékoság bármilyen stílusú improvizáció állandó eleme. A mozgásos kísérletezés kapcsolódik a kora gyermekkori tapasztalatokhoz, ahol az önmagunk által indított mozgás a felfedezésen át kísérleti kutatómunkává nő ki magát: a testből és magából a mozgásból érkező, a térléményre s a világból érkező impulzusokra adott reakcióinkon keresztül elvezet a tudattalan impulzusainak feltárásához.

Táncterápiás tanulmányaim és munkám során alkalmam nyílt megfigyelni önmagam és klienseimet improvizációs helyzetekben. Kulcsfontosságú a biztonságos környezet megteremtése. A módszer megkívánja a terapeuta megfontoltságát, tapasztalatát. Feladata, hogy felismerje az egyén vagy a csoport lehetőségeit, igényeit, dinamikáját, hogy mérlegelje és eldöntse, hogyan s milyen gyakorlatokon keresztül vezeti be a módszert, és beállítsa az előrehaladás tempóját, a fokozatos elmélyülést.

A táncterápiában az improvizációt számos ok miatt alkalmazzák, koreográfia létrehozásától kezdve egészen a spontán mozgás általi energia- és érzelemfelszabadításig. Az improvizáció művészete lehetővé teszi az elmének, hogy gondolkodjon, de ne elemezze túl a test mozdulatait. A módszer alkalmazása során a terapeutának számos segítsége van, hogy elindítsa kliensét saját megismerő útján. Támaszul szolgálnak maguk a gyakorlatok, inst-

rukciók, mozgásra való meghívás, melyek segítségével a résztvevőkben testet öltenek képek, érzések, érzelmek, emlékek, fantáziák, gondolatok, felismerések. A zene, a ritmus, a csend vagy valamiféle hangadás támogató struktúrát nyújt a mozgás számára. Az improvizációs feladatokban gyakran használunk tárgyakat, melyek támpontot adnak, stimulálják a kreativitást a mozdulatok megalkotásában, továbbfejlesztésében. A csoportterápia során sok más módszerben is megjelenik rejtetten az improvizáció, elősegítve az egymáshoz való kapcsolódást és interperszonális megértést. Alkalmazzuk a ráhangolódást segítő bemelegítéskor, de a célzott terápiás gyakorlatok során is. A terápia szerves része, amikor a terapeuta megfigyeli s elemzi a kliensek mozgását, hogy betekintést nyerjen érzelmi és pszichikai állapotukba, majd ennek fényében szervezze a további folyamatot és a reflexiók beszélgetéseket. Az improvizációban célunk önmagunk észlelése, megfigyelése és megértése, gyakran élünk át „aha” élményeket mozgás



Eszközzel kísért mozgásos improvizáció
(A felvételt Buzgó Tamás készítette.)

közben, de akár napokkal a terápia után is összeállhatnak tapasztalataink. A táncterápiában önérzékelésünk állandóan aktív és fejlődik, s ha behunyunk szemmel mozgunk, még inkább esélyünk nyílik befelé figyelni. A folyamatosan fejlődő önérzékenység segít a másikhoz való kapcsolódásban és mások megértésében.

Az improvizáció lehetőséget nyújt az embereknek, hogy a spontán, kreatív mozgáson keresztül felszabadítsák, megismerjék és feldolgozzák érzelmeiket. Lehet ez egyéni vagy közös kísérletezés biztonságos környezetben, ahol megünnepeljük az egymás egyedi megnyilvánulásaiban rejlő szépséget. Formája játékos, stílusa szabadon változtatható, teret ad a félelemmentes felfedezésnek. A csoportterápia során a résztvevők megtanulnak nonverbálisan kommunikálni, együttműködni, javítva képességüket a különböző társadalmi környezetekben való önmegvalósításra. Az improvizációs gyakorlatok sikerélményei által javítható az önértékelés és az önbizalom. A résztvevők mozgásmintái színesednek, fejlődik a koordináció, egyensúly, térbeli orientáció, a kondíció és a kreativitás.

Az indikációk és kontraindikációk még képlékenyek a módszert illetően. Megfigyelték, hogy idegrendszeri degenerációval vagy emlékezeti problémákkal küzdő idős embereknek már néhány hetes improvizációs gyakorlatok mérhető eredményt hoztak az egyensúly, az egyensúlyi biztonságérzet és a hangulatjavulás területein (Hugenschmidt, Soriano). Okkal gondolhatjuk, hogy az idős korosztály neurodegeneratív betegséggel élő tagjai számára fizikai korlátok akadályozhatják a mozgásos improvizációban való aktív részvételt. A módszer azonban megvalósítható ülő helyzetben, akár a padlón vagy ágyon fekvé, de hely- és helyzetváltoztató vagy táncos mozgásokkal is. A kutatásban részt vevők jobban kedvelték az imp-

rovizációt más, táncos gyakorlatokkal szemben, mivel nem igényli a lépések memorizálását, elősegíti az autonómiát, és hangsúlyozza az ítéletmentességet.

Ezzel szemben Sabine Koch a táncterápia javallatait és ellenjavallatait kutatva arra a következtetésre jutott, hogy az improvizáció kontraindikált a mentális képességek csökkenésekor, gondolva itt az értelmi sérüléssel vagy demenciával élő személyekre. Állítását azzal indokolja, hogy az értelmi képességek csökkenése megakadályozza a szabad improvizáció kreativitást igénylő formáinak megvalósítását. Egész biztos, hogy a módszer megkívánja a terapeutától a kliens lehetőségeinek, képességeinek alapos ismeretét. Alkalomadtán kísérletezzünk bátran a mozgásos improvizációval, bízzunk tánc- és mozgásterapeutánk tudásában, tapasztalatában. Fogadjuk nyitott szívvel és reflektáljunk a gyakorlatokra. Az apró felismerések idővel és kitartással ke- rek egészszé érnek majd, s munkánk meghozza gyümölcsét. Mozgásra fel!

(A szerző gyógypedagógus, okleveles tánc- és mozgásterapeuta.)

Forrás:

Saját jegyzetek az Akademie Alternativa s. r. o., Olomouc tánc- és mozgásterapeuta-képzéséről (2019–2023)

How Improvisational Movement and Dance Affect the Brain: A Q&A With Wake Forest Researchers Christina Hugenschmidt, PhD, and Christina Soriano; <https://www.artsandmindlab.org/how-improvisational-movement-and-dance-affect-the-brain>

Merényi Márta: Mozgás- és táncterápia, <https://mozgasterapia.net/>

Witnessing Another, Witnessing One-self, Kyra Hess, 2018, Sarah Lawrence College Indications and contraindications in dance movement therapy: learning from practitioners' experience, Sabine Koch, 2020



Dr. Gombás Judit adjunktus

Tanulmányúton Kalkuttában

2023. december 1. és 12. között az Eötvös Loránd Tudományegyetem Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Karának oktató-kutató munkatársaként dr. Szűcs Antal Mór kollégám társaságában a University of Calcutta pedagógia karára látogattam. Oktatási célú utazásunk az Erasmus+ kreditmobilitási pályázata keretében valósult meg. Ez a kiutazáson túl a partnertől 2024 májusában egy kolléga, dr. Santoshi Halder, 2025 tavaszán pedig négy doktoranduszhallgató rövid beutazására ad lehetőséget. Az Erasmus+ program lehetővé teszi, hogy fogyatékos egyetemi oktatók és hallgatók mobilitásukhoz kiegészítő anyagi támogatást igényeljenek. Mivel magam is vak vagyok, személyi segítséggel, dr. Csákvári Judittal utaztam.

Indiában – mint hamar bebizonyosodott – egy külföldi vak ember számára elengedhetetlen a látó személyi segítő. Már a repülőtér is kaotikus, Kalkuttában pedig csak fokozódik a káosz. A város tömegközlekedése minimális, így taxival közlekedtünk. A taxisofőrök alig-alig beszélnek angolul. Ráadásul amit egy vak ember a taxiból érzékel, nos, az nem nevezhető megnyugtatónak: az autósok folyamatosan dudálnak, hirtelen fékeznek, aztán beletaposnak a gázba – vezetési stílusuk kétségtelenül eltér az Európában megszokottól; a gépjárművek hatalmas száma miatt pedig hihetetlen szmog ömlik be az ablakon. Kalkutta utcái távol vannak az akadálymentességtől. Sok helyen nincsen járda, és a helyiek a tíz-tizenkét sávú utak szélén gyalognak,

sokszor – a mi szemünkkel halált megvető bátorsággal – keresztül is vágnak rajtuk. Bár azt gondolom, hogy a vak emberek mindenhez alkalmazkodnak, és ahol muszáj, megtanulnak közlekedni, tény, hogy Kalkutta utcáin nem láttunk fehér botos embert.

Látogatásunk alatt elsősorban a University of Calcutta BA- és MA-hallgatóit tanítottuk, de doktori hallgatókkal is találkoztunk és beszélgettünk. Kalkuttában tanítani nagy élmény volt. A fiatalok aktívak és érdeklődők voltak. Olykor akadtak nehézségek a nyelvel: meglepetésemre Indiában a legtöbb ember nem beszél olyan szinten angolul, ahogyan azt az utazás előtt feltételeztem, és ez az egyetemi polgárookra is igaz. Néha nehezen értettük egymást, ennek azonban nem csupán a nyelv az oka: ami Magyarországon viszonylag általános tudás, az Indiában egyáltalán nem biztos, hogy ugyanannyira evidens. Például inkluzív sportról tanítva kiderült, hogy az indiai hallgatóság számára nem világos, mi is az a tandemkerékpár. Kihívás volt úgy tanítani, hogy eltérő a kulturális és tapasztalati háttérünk. Az óráim során személyi segítőm, Judit léptette az előadásaimhoz készült diasorokat, valamint segített a különböző videóanyagok lejátszásában is. Mivel képernyőolvasó szoftverrel szinte lehetetlen mutatós prezentációkat készíteni, az általam megírt szöveges dokumentumokat is segítőm illesztette az utazást megelőzően diakockákra.

Amikor munkavégzés céljából külföldre utazom, mindig próbálok az adott országban élő vak vagy lá-



tásszerűlt emberrel találkozni, beszélgetni. A Kalkuttai Egyetemen bemutattak egy vak hallgatónak, de sajnos, csak egy-két mondatot tudtam váltani vele. Viszont indiai kollégánk, Halder professzor elmondta, hogy Kalkuttában nőnek egyedül utazni nem feltétlenül biztonságos, és ez fokozottan igaz fogyatékos nő esetében. Az említett vak hallgatót is édesanyja kísérte az egyetemre, és megvárta, míg az órái tartottak.

Az ott töltött 12 nap nagyon különleges élmény volt. Olyan mély tapasztalás, amelyet azóta is emésztetek, hiszen életemben először szembesültem a túlnépesedés ilyen súlyos és összetett negatív hatásaival – a hatalmas forgalom, a szmog, az utcán hajlék nélkül élő tömegek. Indiai sajátosság, hogy az emberek gyakran csak fejmozdulatokkal „válaszolnak”. Számomra ezért – hallható visszajelzések hiányában – sokszor nehézkes volt a kommunikáció. Tanárként ugyanakkor nagyon érdekes kihívás volt a sajátomtól ennyire eltérő kultúrában felnövő fiatalokat tanítani.



Dr. Hoffmann Maria Rita

Delfinmese

Mindig úgy képzeltem, hogy a sokféle ember megértése tanítható. Ezért lettem nyelvtanár, majd kezdttem doktori tanulmányokba. Most címzetes egyetemi docensként független kutató, óraadó vagyok az ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Kara Fogyatékoság és Társadalmi Részvétel Intézetében és a Miskolci Egyetemen, ahol a fogyatékoság kulturális ábrázolásait kritikusan vizsgáló kurzusokat vezetek kollégáimmal, dr. Flamich Mariával, valamint az ELTE Bölcsészettudományi Kara Angol–Amerikai Intézetének Alkalmazott Nyelvészeti Tanszékén tanítok angol tudományos írást. Gyakran fogyatékos írók narratíváit is segítségül hívja.

Kutatóként a fogyatékos ön/életírások, médiaábrázolások, filmek, blogok, vlogok állnak érdeklődésem középpontjában. Fulbright ösztöndíjjal kétszer kutathattam a kaliforniai Berkeleyben, Erasmus ösztöndíjjal a máltaí, valamint az aucklandi egyetemeken.

Ha tehetem, szívesen írok esszéket, fordítok szépirodalmat katalánról magyarra és úszom. És mesélek... Például egy delfinről. Hogy együtt gondolkodjunk befogadásról, épségizmusról, méltóságról és hatalomról.

Lehetett volna Delfinmese vagy Delfines mese a magyar címe Charles Martin Smith Dolphin Tale 1 2011-es és Dolphin Tale 2 2014-es filmjének. Ha valami nem lehetett volna, hát az pont a Delfines kaland. És mégis ezzel a címmel hívott a moziba sok-sok embert egy magányos delfin. Aki látta a két filmet, most azonnal visszakérdezne, kétkedésének hangot adva megnyomná az á-t: Ma-

gányos? Mintha azt kérdezné: tudod, hogy mit beszélsz? És akkor magyarázhatnám, miért hiszem, hogy Winter, a palackorrú delfinlány attól a pillanattól kezdve, hogy rákcsapdába gabalyodott, magányosan élt, amíg meg nem halt. Tizenhat évig. Ahelyett, hogy magyarázkodnék, elmesélem az életét. A filmbelit és a valódit.

A filmvászonon egy tíz év körüli fiú sétál céltalanul az óceánparton, ahol persze, ragyog a nap, giccsesen kék az ég is, a víz is. Florida. A fehér habok játékosan és ütemesen paskolják a homokos partot. Mi ez, ha nem maga a boldogság? Bár némi gyanakvással nézem a fiút, mit keres egyedül a parton, különösebben nem érdekel, majd kiderül. Izgatottan várom, hogy kiderüljön, mert én már ismerem a történetet, a Facebookon találkoztam vele, csak a filmet nem láttam még. De nem kell túl sokat várnom. Egy halk, kétségbeesett csipogás, és a fiú megtorpan. Vár. Aztán, amikor újra hallja, elindul a hang irányába. Egy delfin fekszik félig a vízben, félig a homokban. Zsinórok szorítják teste több pontját. Képtelen kiszabadulni. Erőtlen. Aztán a kamera a kétségbeesett, riadt szemére fókuszál. Majd a fiúra, ahogy ők ketten egymásra néznek. A fiú kést vesz elő, elvágja a zsinórokat, és segítséget hív.

Aztán felgyorsulnak az események. A delfin akváriumba kerül. A fiú és az akvárium orvosának hasonló korú lánya éjt nappallá téve sétálgat egy medencében karjában a kb. két hónapos delfinnel, hogy kiderüljön, túléli-e, hogy farokúszója elhalt. Túléli. Egyértelmű, hogy rehabilitálni kell, hiszen jó farokúszó nélkül a delfinek életképtelenek. A gyerekek elhatározzák,



hogy művégtagot csináltatnak neki, s mert télen talált rá a fiú, a Winter nevet kapta. Felkeresik Florida leghíresebb művégtagkészítő intézményét, és meggyőzik a leghíresebb professzort, hogy csináljon farokúszót Winternek. Belemegy. Majd elkezdődik az úszás megtanulása a művégtaggal.

Mozgássérült gyerekek, háborús sérült, végtagjaikat veszített katonák látogatnak el az akváriumba, hogy találkozzanak az akaraterejéről híressé vált Winterrel, aki végül megtanul úszni a művégtaggal. Röviden ennyi a Delfines kaland 1. A Delfines kaland 2. pedig egy árva delfinlányról szól. Ő ugyancsak az akváriumba kerül, mert a delfinek életképtelenek, ha egy-két hónapos korukban árván maradnak. Ez a delfinlány a Hope (Remény) nevet kapja, és a film nagy vonalakban arról szól, hogyan fogadja el egymást Winter és Hope.

Winter valódi története azért nem annyira filmszerű. Egy halász talál rá hajnalban, segítséget hív, de a néhány óra múltán segítségére érkező tengerbiológus-hallgató nincs felkészülve a feladatra. Annyit tesz, hogy a tenger sekély részén próbálja vízben tartani és lélegzethez juttatni a delfint, amíg a mentőcsapat megérkezik. Több mint négyórás út a speciális mentőben, aztán vizsgálatok hosszú sora és önkéntesek odaadó sétája a medencében, a farokúszó amputációja, és Winter példás élni akarása után elkezdődik a rehabilitáció. Közel egyéves, amikor egy rádióműsor hatására előáll két híres művégtagszakértő az ötlettel, hogy Winter farokúszót kapjon. Ő ekkorra

már kialakítja saját úszástechnikáját, amely ellenkezik a delfinekével, így teste sem az utóbbihoz igazodva épül fel. Ezért számos alkalommal alakul ki nála bélcsavarodás, és sokszor meg kell operálni. Mindeközben gerince folyamatosan ferdül. Tanul ugyan művégtaggal úszni, de nem szereti sem az új végtagokat, sem a delfintechnikát. Sem a kamerákat, sem a látogatók ezreit, sem az echolokációját zavaró hangos zenét, egyéb zajokat. Gyakran elbűjlik, nem eszik. Neurotikus viselkedése csak néhány szakembernek tűnik fel. Vagy inkább csak néhány szakembert készítenek arra, hogy jelezze: Winter, a delfin boldogtalan.

Emberek milliói méltóan élnek életéből anélkül, hogy észlelnék vagy észlelni akarnák a valóságot.

Tizenhat év zajos mindennapjai és egy kivételes szolgálat után az újabb bélcsavarodás újabb műtétjére már nem kerül sor. Winter vesz egy mély levegőt, és nem csipog kétségbeesetten, mint a Delfines kaland 1. elején. Fáradtan sem, hiszen megszokta, hogy míg testére mindenki figyel, zenélő szavait, nyelvét alig érti valaki. 2021. november 11-én a webkamerák a többi delfint mutatják. Hope-ot, Hemingwayt meg Nicholast, pedig Winter, mint mindig, a medencében van. Egy másik medencében. Valaki-

nek a kezében, aki épp sétálgat vele, fel-le, úgy, mint kezdetben, és azért, hogy könnyebb legyen felkészülnie a műtetre. Az orvosok, műszerek már készen állnak. És akkor a delfin megdondja magát.

Winter halála óta is egyre újabb Facebook-profilok gyűjtik össze barátait a világ minden pontján. Nemtől, kortól, épségtől, fogyatékoságtól függetlenül. Talán sorsa segít túllépni az ehhez hasonló üzeneteken, hogy „ha Winter bármire képes, akkor mi is”. Hiszen bármire csak közösségben vagyunk képesek. A delfinek, úgy tűnik, jobban tudják ezt, mint mi, hiszen közösségben élnek.

Európai fogyatékosági kártyák

Az Eurostat adatai szerint az EU 16 év feletti népességének 27%-át érintheti a fogyatékoság valamilyen formája. Ez 101 millió főt jelent. A fogyatékos személyek néhány év múlva könnyebben gyakorolhatják majd az Unión belüli szabad mozgáshoz való jogukat, ugyanis az Európai Tanács elnöksége és az Európai Parlament tárgyalói idén februárban megállapodtak az európai fogyatékosági kártyára és a fogyatékos személyek európai parkolási kártyájára vonatkozó irányelvről. Az új kártyáknak köszönhetően az érintettek az összes tagországban egyszerűbben élhetnek majd jogaikkal és férhetnek hozzá a kedvezményes feltételekhez.

Az ideiglenesen jóváhagyott szöveg szerint a fogyatékosággal élő személyek a rövid távú tartózkodások során az adott tagállam állampolgáraival megegyezően férhetnek hozzá az olyan különleges feltételekhez vagy kedvezményes bánásmódhoz, mint a csökkentett úthasználati díj vagy térítésmentes úthasználat, az elsőbbségi hozzáférés, a segítségnyújtás és a fenntartott parkolóhely.

A jogalkotók többek között megállapodtak arról, hogy mindkét kártyán QR-kód lesz a visszaélések elkerülése végett, létrejön továbbá egy akadálymentes, valamennyi hivatalos nyelven elérhető uniós weboldal, amelyen megtalálhatók lesznek a két kártyával kapcsolatos tudnivalók; ezenkívül a tagállamoknak is tájékoztatniuk kell – akadálymentes módon – a nyilvánosságot a kártyákról.

Milyen célt szolgálnak ezek az igazolványok?

Európai fogyatékosági kártya

Az EU összes országában igazolni fogja a fogyatékosági státust. Birtokosai bárhol az EU-ban különleges feltételekkel utazhatnak például tömegközlekedési eszközön, vehetnek részt kulturális rendezvényeken, illetve látogathatnak el múzeumokba, szabadidős vagy sportlétesítményekbe.

A különleges feltételek többek között a következőket jelenthetik: ingyenes belépés, díjkedvezmény, elsőbbségi belépés, személyre szóló segítségnyújtás, mozgást segítő eszközök.

Az európai igazolvány a hasonló nemzeti okmányok mellett, azok kiegészítéseként fog életbe lépni. A tagállami hatóságok továbbra is ki fognak állítani nemzeti fogyatékosági igazolványokat, az adott ország szabályai alapján.

Európai parkolási kártya fogyatékosággal élő személyeknek

A kártya továbbfejlesztett változata a nemzeti parkolási igazolványok helyébe fog lépni, és minden tagországban garantálni fogja a fogyatékosággal élő személyek számára fenntartott parkolóhelyek és létesítmények használatát.

Mikor lehet beszerezni őket?

Ha megszületik a jogszabály, az uniós tagállamoknak két és fél évük lesz a nemzeti jogszabályaik kiigazítására, az irányelv alkalmazása pedig három és fél év múlva fog kezdődni. Az európai fogyatékosági kártyák akadálymentes, fizikai és digitális formában történő kiállítása a nemzeti hatóságok feladata lesz.

(Forrás: consilium.europa.eu)



Markovics Tímea

Fókuszban a pedagóguskompetenciák

A Pro Educa Polgári Társulás az-
zal a céllal jött létre, hogy segítse a
hazai anyanyelvi nevelés színvonalá-
nak emelését. Ehhez több oktatási
szakember, elhivatott pedagógus jár-
rul hozzá tudása és tapasztalatai
megosztásával. Tevékenységünkkel
széles réteget céloztunk meg: a felvi-
déli pedagógusokat, elsősorban az
óvodák szakembereit, valamint a szü-
lőket és gyermekeket. Eddigi rendez-
vényeink sokrétűek voltak: nevelési
témájú webináriumok, szakmai na-
pok, gyermekfoglalkozások, szülő- és
pedagógusképzések. Az óvodákban
országsszerte tevékenykedő pedagó-
gusokkal közeli a kapcsolatunk. Ők
adják az inspirációt ahhoz, hogy fon-
tos és nehéz témákat dolgozzunk fel.
Így születtek nem formális képzése-
ink, amelyek 2023-ban tevékenysé-
günk jelentős részét tették ki. Több
mint 30 alkalommal, több száz peda-
gógus és érdeklődő részvételével tar-
tottunk képzéseket. A nem formális
pedagógus-továbbképzések egyik fő
témája az inkluzív nevelés volt. Jelen
írás célja a belőlük adódó tapasztala-
tok és benyomások megosztása.

Ma az egyik leghangsúlyosabb tár-
sadalmi törekvés az inklúzió, amely az
oktatási intézményekre is komoly fel-
adatokat ró. A fogalom értelmezése
nem egyszerű. Egyfajta hozzáállást,
támogatást jelent, amely nemcsak
„névleg”, hanem valóban befogadja a
sérült, egyéni bánásmódot igénylő
gyermeket a társadalomba, esetünk-
ben az oktatási intézménybe. Megte-
remti számára a szükséges feltételeket,
alkalmazkodik egyéni igényeihez, se-
gíti a boldogulását. Leírva mindez
egyszerűen hangzik, hiszen ki ne tá-
mogatná ezt a törekvést? A valóság

azonban sokkal bonyolultabb, a gya-
korlat számos érdekes kérdést vetett
fel: Vajon hogyan valósítsuk mindezt
meg? Ki segíti a szülőt? Mi a jó a
gyermeknek? Ki segíti a pedagógust:
kitől kaphat tanácsot, rendelkezik-e
megfelelő pedagógiai eszközökkel,
képes-e ehhez a feladathoz erőt merí-
teni?

A Pro Educa szakemberei, gyógy-
pedagógusok és gyakorló óvodapeda-
gógusok alapos és szakavatott munká-
ja nyomán többféle képzési tartalom
született ebben a témában: Gyógype-
dagógiai alapismeretek pedagógusok-
nak; Egyéni fejlesztési terv készítése
lépésről lépésre; Vállalva – a pedagó-
giai asszisztenssel való hatékony
együttműködés lehetőségei; Léleknyi-
togatás – útmutató és jó gyakorlatok
SNI-s gyermekek fejlesztéséből; A
pedagógiai diagnosztika szerepe és
gyakorlata; A képzőművészeti önkife-
jezés támogatása mint inkluzív peda-
gógiai stratégia.

A képzések célja a pedagógusok
kompetenciafejlesztése volt. Turek
szerint* a kompetencia ismeretek,
képességek és attitűdök összessége. Így
arra törekedtünk, hogy az ismeretköz-
vetítés mellett a tananyagot gyakorlati
példák egészítsék ki, a feladatok pedig
a megszerzett tudás beépülését szol-
gálják. Alapvető gyógypedagógiai fo-
galmakat és kategóriákat jártunk kör-
be, elemeztük az óvodás- és kisisko-
lásokban jellemző viselkedési jegye-
ket. Elmélyítettük a pedagógiai diag-
nosztika fogalmát, a módszerek és
eszközök megismerése mellett na-
gyon fontosnak tartottuk a gyakorla-
tot. Szakember vezetésével körbejár-
tuk a pedagógus és a pedagógiai asz-
szisztens feladatainak és kompeten-

ciáinak elosztását. Lehetőséget kínál-
tunk a pedagógus-eszköztár bővítésé-
re – az ismeretek, hasznos tanácsok
mellett a különféle fejlesztő elemek és
gyakorlatok elsajátítására s a pedagó-
giai munkába való beépítésére. Hang-
súlyoztuk: a tudás nem elég, attitűd-
formálás szükséges. A résztvevők a
gyakorlatban kipróbálták, miként te-
remtsenek elfogadó környezetet, ho-
gyan támogassák jól a csoportjukba
érkező sérült gyermeket, milyen visel-
kedési mintával segítsék a többi gyer-
meget és a szülőket. Megtapasztalták
a sérült emberek helyzetét, s különféle
kapcsolatfelvételt segítő technikákat
próbáltak ki. A nagy érdeklődés és a
pozitív visszajelzések igazolták, hogy a
téma gyakorlati megközelítése hasz-
nos segítség volt.

Az inklúzióhoz vezető út hosszú, s
kell hozzá az állam segítsége. A Pro
Educa lehetőségeihez mértén hozzá-
járult a modern oktatási és társadalmi
törekvések óvodai és iskolai bevezeté-
séhez. Mindvégig azzal a szakmai hit-
tel dolgoztunk, hogy tudásunk meg-
osztása által támogatjuk a pedagógu-
sokat, eszközt kínálunk a megoldások
kereséséhez, valamint formáljuk a pe-
dagógus-közvéleményt.

Tisztelettel köszönjük a bizalmat
minden érdeklődőnek, kiváltképp
azoknak az óvoda- és iskolavezetők-
nek, akik az egész tantestületet érzé-
keny módon irányították ezekre a
képzési alkalmakra.

(A szerző a Pro Educa Pt. elnökségi
tagja.)

* Turek, I.: Úvod do problematiky klú-
čových kompetencií. Dubnica nad Váhom,
Dubnický technologický inštitút, 2008.
ISBN 978-80-969815-1-9

Segíteni gyermeknek, szülőnek

Kása Ildikó gyógypedagógusnak 2017 novemberében egy dédelgetett álmát sikerült megvalósítania: segítőt-vel Pozsonyban létrehozta a Melioratio Magán Gyógypedagógiai Fejlesztőközpontot azzal céllal, hogy magyar nyelven szakmai segítséggel lássák el a főváros vonzáskörzetébe tartozó iskolákat, óvodákat (a pozsonyi Duna utcai alapiskola, Pozsonypüspöki, Fél, Szenc Boldogfa). Utazó szakemberekként az óvodákban logopédiai segítséget nyújtottak, az iskolákban az enyhébb tanulási és figyelemzavaros gyermekek fejlesztését végezték, tanácsokkal látták el a pedagógusokat és a szülőket.

„Kedden, csütörtökön kiutaztunk, a többi napon a pozsonyi székhelyünkön tartottunk foglalkozásokat – mondta Kása Ildikó. – Ez alatt a pár év alatt sokat változott a helyzet, a magyar iskolák is megkapják a szakmai segítséget. Megkezdődött a pedagógiai asszisztensek képzése, mentor-központok alakultak. Az asszisztensek és a mentorok tudnak segíteni az iskolákban, ezért már nem utazunk ki, hanem továbbléptünk az enyhébb espektől a súlyosabbak felé, ahol több területen szükséges a fejlesztés.”

Azoknak a gyermekeknek a fejlesztése került előtérbe, akiknél értelmi akadályozottság, beszédfeldolgozási vagy -értési, -észlelési zavar is van. Ezek egyértelműen kihatnak a mentális teljesítményre, a tanulásra. Ha autizmus gyanúja áll fenn, annak vizsgálatára is van már magyar szakemberük, így valamivel kevesebb teher hárul az Érsekújvári Magán Tanácsadó és Megelőző Központra, ahol korábban egyedülként végezték ezt magyarul.

Mivel a fővárosba a gyakori közlekedési torlódások miatt nehéz volt a bejutás, Albáron is nyitottak fejlesztőközpontot, de a helyet két és fél évi működés után a magas bérleti díj mi-

att feladták, s jelenleg Pozsonyon kívül Dunaszerdahelyen fogadják még a klienseket. A velük együttműködő gyógypedagógusok, klinikai szaklogopédusok, pszichológusok, mozgásterapeuta, fejlesztő pedagógus a diagnosztikai vizsgálatok teljes körét el tudják



Kása Ildikó a decemberi találkozórésztvevőit köszönti (Katona Tamás felvétele)

végezni. Halmazottan sérült gyermekeknek korábban csoportos foglalkozásokat tartottak, jelenleg az egyéni fejlesztésekre összpontosítanak, és beszédindító csoportok alakítását is tervezik. A gyerekeket heti egy, súlyosabb esetekben két alkalommal tudják fogadni, s az anyukákat megtanítják az otthon elvégzendő feladatokra.

„Célirányos fejlesztésre van szükség, nem szerencsés, ha a szülő, még ha jó szándékkal is, sok helyre elviszi a gyermekét, mert ezzel csak túlterheli” – magyarázza Kása Ildikó hozzátéve, hogy a szülők tájékoztatása nagyon fontos, gondoljunk például az iskolaérettséggel kapcsolatos kétségekre. „Rájöttem, hogy nem elég az iskola-

érettség mérése, a szülők ugyanis nem szívesen szembesülnek azzal, hogy nem kell mindenáron iskolába erőltetni a gyermeket, ha nincs még itt az ideje. Sok helyen tartottunk számukra előadásokat arról, hogy ez milyen hátrányokkal jár – ha várnak egy évet, enyhe rásegítéssel megindulhatnak a folyamatok a figyelem, összpontosítás, szövegértés, kiejtés területén, s akkor már a gyermek sokkal nagyobb eséllyel kezdheti el az iskolát. Azt azért hozzátennem, hogy a mai szülők nem csinálnak semmit rosszul, csak talán túlságosan féltik a gyermeküket, és mindent elvégeznek helyette. Elmagyaráztuk nekik, hogy nincs szükség minden esetben fejlesztésre, inkább több mozgásra ösztönözzék a gyermeket. Adunk néhány tanácsot, hogy otthon hogyan foglalkozzanak vele. Sokan mobilon, táblagépen húzogatták az ujjukat, de rajzolni nem tudnak. Ilyen lett a társadalom. Ezekre a dolgokra próbáltunk rámutatni.”

Ugyancsak a családtagok életének megkönnyítését szolgálja a mentálhigiénés szakember által vezetett szülősegítő csoport, amely iránt tavaly nagy volt az érdeklődés, ezért idén is indítottak. Két éve pedig Nem vagy egyedül! címmel találkozót tartottak autista gyermeket nevelő szülők részére. „Húszan lehattunk, kötetlen, bensőséges beszélgetés volt. Szó volt terápiákról, elmondhatták, mi az igényük, hogyan érzik magukat ebben a helyzetben. Tavaly decemberben volt a folytatás. Meghívtunk több szakembert: gyermekpszichiátert, gyógypedagógust, pszichológust előadni, de autista gyermekekkel foglalkozó szakemberek, intézményvezetők, gyermekorvos is részt vettek a találkozón. A jelen levők megismerkedhettek velük, hogy szükség esetén tudjanak kihez fordulni.”

(t)



Strédl Terézia

Boldog gyermek, elégedett család

Megtalálni a családban az egyensúlyt, a lelki harmóniát, hogy minden tagjának jó legyen, és otthonuk az igazi otthon érzését keltse, nem egyszerű. Nagyon kell akarni! Közben azonban vágyainkat sem szabad feladnunk túlzott önfeláldozásból, mert ennek későbbi következménye a megkeseredés szokott lenni. Késleltetni a kielégítésüket igen, néha szükséges is. Főleg akkor, ha akadályozott gyermek is van a családban, akinek a nap 24 órájában szüksége van ránk, aki csak velünk tudja megértetni magát, csak mi tudjuk olvasni gondját-baját, ráadásul nem is bíznánk másra...

A gyermek születése nagy öröm, azonban elfogadni olyannak amilyen, néha gondot okoz, és csak fenntartásokkal vagyunk rá képesek. A feltétel nélküli elfogadás csak akkor érvényesül igazán, ha a család minden tagja gyakorolja. Sokszor csupán egy elképzelésünket követjük anélkül, hogy észrevennénk azt a szuverén, eredeti egyéniséget, aki mindegyikünkben ott rejlik, csak éppen nehezen tud felszínre törni. Alkalmazkodunk, beállunk a sorba, amelyet nem mi választottunk, néha nem is tudjuk tartani az iramot. Főleg akkor nem, ha a saját

világunkba zárkozunk, a magunk törvényeit követjük, képtelenek vagyunk feldolgozni a külső ingereket...

Ha a családba elsőként születik akadályozott gyermek, a szülők kapcsolata gyakran válással végződik, mert egymást okolják a történetekért. Az örökletes lehetőségekről még az egybekelés előtt beszélni kell a házassulandóknak. A genetikai okoknál azonban gyakoribb, amikor a körülmények, a külső és belső tényezők disszonanciája, a születés körüli bonyodalmak miatt indul el egy folyamat, amely akadályozza a spontán, egészséges érést.

Találunk olyan családokat, ahol már vannak, vagy később születnek egészséges testvérek, akik erősítik ezt a kis közösséget. Megoszlik az a teher, amelyet egyszülős családban gyakran az anyának egyedül kell hordoznia. Ha az egészséges testvérekkel beszélgetünk, kiderül, hogy nekik is van hiányérzetük, álmaik, amelyeket nem élhetnek meg, még a legnagyobb szülői odafigyelés mellett sem. Találkozom olyan esettel, ahol a gimnazista lány csupán annyit kért volna a szülőtől, hogy ők hármában menjenek el valahová, töltsék együtt azt a pár napot. Négyesben, az öccsével nem

lehet, mert egész napos gondoskodást igényel, és nem bírja ki idegen helyen.

Ilyenkor el kell gondolkodni azon, hogy milyen lehetőséget nyújt az intézeti ellátás, amely már régen nem a januártól decemberig tartó, családtól szeparált gondoskodást jelenti, hanem lehet napközi, heti vagy havi szolgáltatás is. Kombinált ottlét, amely a napi bejárást és az időnkénti ott alvást is jelenti. A szülőknek joguk van magukkal is törődni, színházba menni, üdülni. Komolyabb ok is szükségessé teheti ezt a megoldást: ha például a szülő megbetegszik. Vagy csak együtt szeretnének lenni a szalagavatón a lányukkal. Már ismerik az intézetet, megbíznak a gondozókban, a gyermek jól érzi ott magát, csak a döntést kell meghozni. Együtt! Meg kell beszélni az érzéseinket, fájdalmainkat, vágyainkat és a jövőt: mi vár ránk, a gyermekeinkre, és milyen jövőt tudunk biztosítani számukra.

Ehhez a lehetőségek megismerése, tanácsadás, szülői fórumok, a szakma és a család együttműködése szükséges.

(A szerző pszichológus, gyógypedagógus, a Selye János Egyetem Református Teológia Karának docense.)

Meghívó

A nagyfödemesi Konrádko Polgári Társulás és a Carissimi Nonprofit Alap szeretettel vár minden érdeklődőt az **Építkezünk...! Autizmussal terhelt párkapcsolatok** című szakmai napra. **Helyszín:** Pázmány Péter Irodaház, Galánta, Kodály Z. u., 777. (a Szociális Biztosító épülete mögötti utca), **időpont:** 2024. április 6. (szombat), 09.30–15.30. Az előadó **Gyórfy Anikó**, a nagykanizsai Alapítvány az Autista Gyermekekért kuratóriumának elnöke, házassági tanácsadó, pedagógus, tapasztalati szakértő. Szó lesz a párkapcsolatok erősségeiről, gyengeségeiről, a növekedési területek-

ről, az autista gyermekek nevelésével kapcsolatos kérdésekről, a kocka- (LEGO-) terápia gyakorlati alkalmazásáról. 12.00–12.30 **büfébéd.** Zárásként lehetőség lesz a vendég-előadóval való kötetlen beszélgetésre, egyéni tanácsadásra.

A részvétel előzetes regisztrációhoz kötött, a hivatkozás a **www.konradko.wbl.sk** honlapon található.

Jelentkezési határidő: 2024. április 4. A részvételtől szóló igazolás a helyszínen igényelhető.

További tájékoztatás: Slezák Erika, tel.: 0903/261499, e-mail: konradko3.oz@gmail.com.

„Nagyon büszke vagyok a szülőkre”

Nem vagy egyedül! címmel autista gyermeket nevelő szülők és szakemberek találkozóját szervezte meg nemrégiben a Melioratio Magán Gyógypedagógiai Fejlesztőközpont. Többek között előadást tartott dr. Perhács Ildikó dunaszerdahelyi gyermekpszichiáter. Megdöbbentő adattal szolgált: az autizmus spektrum zavara a világon mintegy 52 millió embert érint, ami 0,6–1%-os előfordulási gyakoriság a korábbi 0,08%-hoz képest. Rendelőjében jelenleg 220 ilyen gyermekkel van kapcsolatban. Az autizmus okairól, kezeléséről, a szülői odaadásról beszélgettünk.

– **Doktornő, az autizmust már többféleképpen definiálták. Most milyen értelmezés az elfogadott?**

– A jelenleg érvényes meghatározás szerint szocializációs és kommunikációs károsodás, valamint repetitív és sztereotip viselkedés jellemzi, továbbá nyelvi, 70%-uknál intellektuális károsodás kísérheti. Ez nagyon komoly állapot, főleg, ha a régi jelentésében beszélünk autizmusról. Ma már autizmus spektrum zavarnak nevezzük, a tünetek ugyanis különböző mértékben vannak jelen egy-egy páciensnél. A nagyon alacsony vagy kismértékű spektrumzavartüneteket nem is kell, hogy észrevegyük. Ahol azonban a tünetek erősen jelen vannak, az már mindenképpen klinikai kórkép, pszichés zavar vagy állapot.

– **A mostani ismeretek szerint mi okozhatja?**

– Nagyon nehéz megmondani, nem tudjuk a konkrét okokat. Számos tényező egymásra hatásában keresendők, a kórképet az egyén biológiai, környezeti és szocializációs tényezőinek együtthatása eredményezi. Sok esetben hiába próbálunk meg kutakodni, nem jövünk rá, mert a családban a felmenők között senkinek

sem volt skizofréniája vagy autizmus spektrum zavara. Van, amikor az egyik szülő autista, ott azért egyértelmű, de nagyon sokszor nem tudjuk az



okát. Jönnek szülőpárok, hogy a terhességgondozás rendben volt, a családban nincs neuropszichiátriai betegség, ráadásul van négy egészséges gyermekük, és az ötödik lett autista. Olyanról is tudunk, hogy kilenc egészséges gyermek után a tizedik lett az. 30–50%-ban genetikai tényezők számlájára írható, és ami meglepő: a genetikai vizsgálatok mutációkat is kimutatnak. A kérdés, hogy miért lehetnek ezek a mutációk a gyermekek szervezetében, ha a visszamenőleg elvégzett vizsgálatok során a mutáció egyik szülőnél sem található meg. Tehát sokszor friss mutációról van szó, és ez nem csak pszichiátriai kérdés – de ez már nem az én szakterületem.

– **Ön is tapasztalja, hogy megnőtt az autisták száma?**

– Igen, egyértelmű. Vitatkoznak róla, hogy azért, mert régebben mindenkit a mentális retardáció, értelmi sérülés kategóriába soroltak be, és nem nagyon kutakodtak, hogy azon belül mi lehet még. Idővel a szakemberek is jobban felfigyeltek rá, de 25

éves pályafutásom alatt régebben valóban ritkábban tapasztaltuk az autizmus spektrum zavart.

– **Ön milyen életkorban találkozik autista gyerekekkel? Mikor kerülnek önhöz?**

– Ez sok mindentől függ. A gyermekorvosnak volna a feladata, hogy figyelje a gyermek pszichomotoros és beszédfejlődését. Ha észreveszi, hogy valami nincs rendben, akkor el kellene küldenie őt a pszichológiai tanácsadóba, ahol felméri a viselkedését, vagy a logopédus is látja, hogy miről lehet szó. Gyermekpszichiáterhez is a gyermekorvosnak kellene küldenie, amikor már valóban fennáll az autizmus vagy a fejlődési zavar gyanúja. A neurológus és a pszichiáter az a két szakorvos, akik kivizsgálják ezeket a gyerekeket. Általában hároméves kor után küldik őket, vagy még később. Attól is függ, hogy a gyermekorvos meg a család mennyire érzékeny erre a tünetre, az illető első gyermek-e a családban, vagy már van tapasztalatuk, hogy szakemberhez eljussanak. Voltak-e pszichológusnál, mondta-e, hogy valami gyanú van. A szülőnek kellene figyelmeztetnie az orvost, ha valami szokatlant tapasztal: mutatja neki, »nézd, ott a napocska, repülő«, és nem követi a szemével, nem reagál a nevére, olyan, mintha búra alatt élne, nem kezdi el mondani az első szavakat, vagy megállt a fejlődésben – tehát valami baj van.

– **A diagnózis felállítása milyen folyamaton megy keresztül?**

– A tanácsadó és megelőző központokban (korábban pedagógiai-pszichológiai, gyógypedagógiai tanácsadók) pszichológusok vizsgálják a gyermekeket. Leggyakrabban az Érsekújvári Magán Tanácsadó és Megelőző Központba küldjük őket, ahol a speciális skálák alapján magyaráz is végeznek vizsgálatot. Ezek

strukturált interjúk, s megfigyelik a gyermekeket bizonyos helyzetekben. Leírják a viselkedésüket, reakcióikat, kommunikációjukat, hogy mennyire lehet velük kapcsolatot létesíteni. Kiértékelik a tesztek, megírják a szakvéleményt arról, milyen mértékben vannak jelen autista tünetek. A pszichiáter az utolsó, aki kivizsgálja a gyermeket. Van gyakorlati oldala is a dolognak, ugyanis a meghosszabbított gyermekgondozási segély megítéléséhez orvosi diagnózis is szükséges. Fontos, hogy a szülőnek ne kelljen visszamennie dolgozni, mert az autista gyermek nem képes egész nap az óvodában lenni. A diagnózis azért is fontos, hogy megkezdhesék a fejlesztést az autista- vagy a gyógypedagógiai központban.

– **A diagnózis után továbbra is kapcsolatban van velük, vagy ezzel az ön szerepe befejeződött?**

– Az a probléma, hogy az autizmus diagnózisa meglehetősen homályos. Az autizmus spektrum zavarral jelenleg hozzám tartozó 220 gyermek egyike sem hasonlítható a másikhoz, mindegyikük más és más. Nagyon széles a spektrum. Egyesekkel csak két évente találkozunk, hogy kiértékeljük a fejlődésüket, aktuális klinikai állapotukat. És van, akinél súlyos viselkedési zavarok vannak, pszichiátriai komorbiditás: agresszivitás, rögeszmés kényszerzavar, alvászavar fordul elő, tehát sok-sok komplikáció van még az autizmus spektrum zavar mellett. Ők rendszeresen, kéthavonta járnak. A súlyosabb állapotban levő gyermekek gyógyszeres kezelésben részesülnek. Konzultálunk a szülőkkel, hogy szükséges-e változtatni a gyógyszeradagoláson, rákérdezzük, hogy javult-e az alvászavar, a kényszeres viselkedés, a kitörések, javult-e a figyelme és az iskolai feladatokhoz való motivációja. Akiknek normaintellectusuk van, és nincsenek komorbiditásaik, normál iskolába járnak, jól működnek, de enyhe szociális zava-

ruk van, és nehezebben tudnak beilleszkedni a közösségbe. Kamaszkorban előfordulhat intenzívebb szorongás vagy depresszió. Általában van a gyermeknek gyógypedagógusa vagy személyi asszisztense (az iskolában pedagógiai asszisztens is segítheti* – a szerk.), aki keresi az okát a felmerülő viselkedési zavarnak, és próbál rá reagálni. Tehát a napi problémákat oldják meg a gyógypedagógussal, az autizmusra szakosodott klinikai pszichológussal. Ez utóbbiakból nagyon kevés van, és hihetetlen értékes szakemberek. Ha pedig nincs más megoldás, akkor gyógyszeres kezeléssel próbálkozunk. Vannak gyógyszerek, amelyek nélkül nem tudunk létezni. Ma este egy strasbourgi webináriumba fogok bekapcsolódni: a melatonin szerepéről lesz szó, neuropszichiáter fog beszélni az autizmussal kapcsolatban jelentkező alvászavarokról.

– **A családban, ahol autista gyerek van, gyakran a szülő is sérül, neki is szüksége van szakember segítségére.**

– Azért így nem lehet általánosítani. Vannak hihetetlen pozitív energiával rendelkező családok és szülők. Nagyon-nagyon büszke vagyok rájuk, mert rengeteg az energiájuk. Kreatívak, rá tudnak hangolódni arra, hogy éppen milyen dimenzióban van a gyermek, megpróbálják dekódolni, hogy mire van szüksége. Csofaldatos, mi mindent tudnak kitalálni! Képek, zene vagy játékok segítségével próbálnak javítani a gyermek állapotán. Vannak szülői tréningek is, néha azokra is szükség lehet. Mert azért ők is meg tudnak ijedni. Van, aki elkezd olvasni az autizmusról egy enciklopédiát, miközben az ott leírtakból az ő gyermekére csak néhány tünet jellemző. Annak tényleg semmi értelme sincs, hogy még önmagát ostromozza, marcangolja. Nem gyakor, hogy ők maguk pszichiáterhez fordulnának; a tanácsadás természetes, és igyekszem is válaszolni a kér-

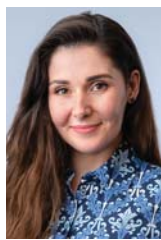
déseikre, bár én sem tudhatok mindenre tökéletes választ adni.

– **Mit tart a legnagyobb problémának, amelyre megoldást kellene találni?**

– Fontos megemlíteni, hogy anyagi vonatkozásában nagyon sok hárul a szülőkre, a terápiák, fejlesztések általában magánközpontokban érhetőek el. Ez nagy gond. Ott is nagyon nehéz, ahol komorbiditás fordul elő. Súlyosabb autistáink speciális iskolába járnak, ahol autistacsoportban öten-hatan tanulnak együtt. Mindenkinél ki kell vizsgálni, hogy értelmileg akadályozott-e. Ha nem, az a jobbik eset – viszont akkor nem megoldás a speciális iskolában az autistacsoport, hanem meg kell teremteni a feltételeket a normál alapiskolában való integrációjához, ez azonban nagy gondal jár. Kevés az asszisztens és az olyan szakember, aki egyáltalán foglalkozni tudna velük. A nem értelmi akadályozott autista a normál osztályközösségben nehezen találja a helyét, tehát szüksége van az asszisztens segítségére a tanítás alatt és a szünetekben is. Már óvodáskorban el kellene kezdeni a fejlesztést, és később az iskolában egyengetni a szocializációjukat. Ezek a gyermekek beszélnek, de sokszor nem értik a viccet vagy a dolgok átvitt értelmét, a bonyolultabb szociális helyzetekben nem tudnak megfelelően reagálni. A közösségben rögtön észreveszik, hogy ez az osztálytársuk más. Ők beszélnek, kommunikálnak, csak nem olyan módon, ahogy a többiek elvárják, mondják is nekik, hogy hú, autista. Nekik kellene nagyobb segítség az iskolákban.

T. E.

* A személyi asszisztensekről a 447/2008-as sz., a súlyos fogyatékos anyagi kompenzálásáról szóló törvény, a pedagógiai asszisztensekről a 138/2019-es sz., a pedagógus alkalmazottakról és az oktatáshoz kapcsolódó szakterületeken dolgozókról szóló, valamint a 245/2008-as sz., a közoktatásról és köznevelésről szóló törvény rendelkezik.



Szmolka Orsolya

A korai szűrés és diagnosztika fontossága

A szűrés és a diagnosztika szerepe a teljes életkori spektrumon kiemelkedően fontos, hiszen az esetek meghatározó részét nem ismerik fel korai időszakban, vagy az érintettek rossz diagnózissal téves pályára kerülnek. Ilyenkor csak iskoláskorban – sok esetben felnőttkorban – válik lehetővé a diagnózis felállítása. Az autizmus spektrum zavar ma már a legkorábban 18 hónapos kortól felismerhető, és ez lehetővé teszi a rá kidolgozott célzott komplex korai beavatkozást.

Az autizmusspecifikus diagnosztikai folyamat változatos utakon keresztül valósul meg. Leggyakrabban a szülők észlelik az első jeleket és keresnek vizsgálati lehetőséget. Egyre gyakrabban fordul azonban elő, hogy a gyermekorvos küldi a családot kivizsgálásra. Gyakori az is, hogy a gyermeket ellátó intézmények szakemberei javasolják a vizsgálatot.

Az autizmus diagnózisa az úgynevezett autisztikus diád alapján állítható fel. Ez a következő két tünetegyüttest foglalja magában: tartós deficit a szociális kommunikációban, szociális interakciókban és szűk körű repetitív mintázatok a viselkedésben, érdeklődésben, aktivitásban.

Az autizmus spektrum zavar felismerése és diagnózisa az első és megkerülhetetlen lépés afelé, hogy az adott személy fejlődési és viselkedési eltéréseinek természetét megértsük, és családjá számára biztosítható legyen a sérülésspecifikus komplex beavatkozás és ellátás. A diagnózis azonban csak az egyik kiindulópontunk, önmagában nem jelöli ki a be-

avatkozás lépéseit. Ezek megtervezésekor a specifikus (autizmusból származó) szükségleteken kívül figyelembe kell vennünk az egyén és családja általános szükségleteit, továbbá a beavatkozást adaptálnunk kell az egyéni szükségletekre.

A korai segítségnyújtás feltétele a korai diagnózis, ez pedig csak a megfelelően érzékenyen működő szűrő-felismerő rendszer segítségével lehetséges. A korai szűrés és diagnosztika elsődleges célja tehát a specifikus beavatkozás biztosítása. A korai felismerés lehetővé teszi annak elkerülését, hogy a család a különböző magyarázatok és téves diagnózisok között tévutakon és útvesszőkben bolyongjon jelentős önvádak mellett. A korai diagnózis teszi lehetővé, hogy magyarázatot kapjunk a viselkedési eltérésekre, és elkerülhetők legyenek a téves értelmezések és téves diagnózisok. Segítségével kezdődhet meg minél korábban a komplex korai intervenció, amely a legfontosabb lépés a többedleges következmények (viselkedési zavarok, a gyermek és a család elszigetelődése) elkerülése végett. A család a diagnózist követően veheti igénybe a specifikus juttatásokat, szükség szerint célzott genetikai tanácsadison vehet részt. A felismert diagnózis lehetővé teszi a hasonló helyzetben lévő családokkal való kapcsolatfelvételt.

Fontos tisztáznunk, hogy az autizmus spektrum zavarok esetében hogyan értelmezzük a szűrés fogalmát. Az autizmus jellemzőivel összefüggő sajátos szempont, hogy mind a szűrőkor, mind pedig a diagnosztikus felmérés során fokozott figye-

lemmel kell lennünk az autizmus szempontjából rizikócsoporthoz tartozó gyermekekre. Ilyen szempontok az időszakos rutin gyermekorvosi szűrések alkalmával fejlődési késést mutató, a megkésett/eltérő beszédfejlődésű és a „szokatlan” viselkedést mutató gyermekek, terhelő családi adatok mutatkozása (autizmus a családban, autizmussal élő testvér), a szülők/család fejlődésre és viselkedésre vonatkozó aggodalmai. Annak ellenére, hogy az autizmus spektrum zavar orvosi-pszichiátriai diagnosztikai kategória, a diagnosztikus folyamatban szükséges, hogy az orvosi diagnosztikus tevékenységbe integráljuk a pszichológia és a gyógypedagógia diagnosztikai eljárásait.

Konszenzus jellemző abban a tekintetben, hogy a lehető legkorábban megkezdett autizmusspecifikus komplex beavatkozás hatékonysága kiemelkedő, jelentős szerepe van a fejlődési zavar következtében kialakuló következményes tünetek és nehézségek megelőzésében, csökkentésében.

Szerencsére egyre többet tudunk az autizmusról, és elmozdultunk onnan, hogy ez egy ritka betegség, oda, hogy ez egy nagyon gyakori idegrendszeri konstelláció. Azonban még mindig mérhetetlen és rugalmatlan sztereotípiákkal élünk vele kapcsolatban – s ezen változnunk kell.

(A szerző pszichológus, képzésben lévő család- és párterapeuta, a budapesti KidLife és MindLife pszichológiai központ munkatársa, az előbbinek diagnosztikai szakmai vezetője.)

Fegyelmezettség és kedvesség

A Füleki Bentlakásos Speciális Alapiskolát mintegy száz sajátos nevelési igényű tanuló látogatja a városból és környékéről. Az oktatás három épületben, magyar és szlovák tannyelvű osztályokban folyik. A messzebből érkezők diákkotthonban lakhatnak.

Katarína Šuliová igazgatónő kiemelte, hogy a foglalkozásokat a tanulók egyéni szükségleteihez és lehetőségeihez igazítják; felkészítik őket arra, hogy később be tudjanak illeszkedni a társadalomba és a munka világába. Önállóságra, jó cselekedetekre, mások iránti toleranciára, a negatív érzelmek kordában tartására nevelik őket.

Sok a hiperaktív, halmozottan fogyatékos, autista, Down-szindrómás, mozgássérült tanuló. A pedagógusok munkáját pedagógiai asszisztensek segítik. Egyikük **Oláh Ferenc**, aki szakképesítését abban az időben szerezte, amikor nálunk még nem volt rá lehetőség. Szeretettel beszél a gyerekekről, iskolai feladatairól.

– **Miért érzett indíttatást erre a pályára?**

– Érdekel, és gyermekekkel is szerettem foglalkozni. Főiskolára is készültem, de végül nem lett belőle semmi. A 2000-es évek elején a civil katonai szolgálatom után az Új Szóban láttam egy felhívást, hogy egy salgótarjáni alapítványi iskola egyéves pedagógiaiasszisztens-képzést indít határon túli magyarok részére. Jelentkeztem, nagyon megtetszett, majd folytattam a másfél éves gyógypedagógiai asszisztensi képzéssel. Nagyon színvonalas, komplex felkészítést kaptunk; nálunk akkoriban ilyen nem volt. Foglalkoztunk különböző betegségekkel, fogyatékoságokkal, volt biológiánk, psi-

chológiánk, oktattak bennünket egészségügyi nővérek, pszichológusok. A képzés a Szegedi Egyetem Bölcsészettudományi Karával közösen folyt.

– **Utána rögtön a füleki iskolába került?**

– A szakmai gyakorlatomat Zupko Máriánál töltöttem ebben a speciális alapiskolában. Nagyon sokat segített, sok mindent köszönhetek neki. Az ő unszolására döntöttem úgy, hogy maradok. Akkoriban kezdett a pedagógiai asszisztensi szakma teret nyerni. Tetszett az iskola is, a vezetés is, tanárok is, úgyhogy maradtam, és azóta itt vagyok, több mint húsz éve. Lényegében minden gyakorlati dolgot tőle tanultam. Főleg azt, hogyan viselkedjek az osztályban, a gyerekekkel, hogyan tanítsak. A legfontosabb, amire tanított: a fegyelmezettség és a kedvesség. Ő a legproblémásabb tanulókkal is mindig nagyon kedvesen viselkedett. Láttam, hogy ez működött. Én is alkalmaztam, a mai napig élek vele.

– **Nem nehéz problémásabb gyerekekhez kedvesnek lenni?**

– Néha nagyon nehéz. De alapvetően nyugodt típus vagyok, tehát nem okoz nagy gondot. Megtapasztaltam, hogy kritikus helyzetekben jobb nyugodtnak, kedvesnek maradni, így a nagyobb problémát is könnyebb megoldani. Természetesen nálam is előfordul, hogy elveszítem a türelmem, és megemelem a hangom, de ennyiben ki is merül a dolog. Nálunk a legtöbb gyerek magatartásproblémákkal küszködik. Nem könnyű velük, mégis kitartok amellett, hogy kedvesen szóljak hozzájuk. Nem kell még olaj a tűzre. Már olyan hangulatban jönnek iskolába, hogy látom rajtuk: idegesek, feszültek; valószínűleg otthon is problé-



Oláh Ferenc az osztályban
(Katarína Šuliová felvétele)

mák vannak, ezért igyekszem belátni több lenni velük, nem bántani őket.

– **Milyen egy átlagos napja?**

– Reggel már negyed nyolckor a kapuban állok a kollégáimmal, ott szoktam várni a gyerekeket. Van, akinek abban kell segíteni, hogy fel tudjon jönni a lépcsőn, elkísérem őket a mosdóba, az öltözködés szokott nagy probléma lenni. A nagyobbaknál attól is függ, hogy milyen a kedvük, és már rögtön reggel el lehet kezdeni a nevelésüket. Van órarendem, de nem nagyon tartható meg, oda kell mennem, ahol nagyobb szükség van rám. Ezt mindig reggel beszéljük meg a pedagógusokkal. Egy osztályban több gyereknek is szoktam segíteni. Ha valakinél látom, hogy feszültebb, mert sokan vannak az osztályban, és nem szereti a nyüzsgést, elvonulunk egy külön terembe. Ilyenkor mozgunk egy kicsit, labdázunk. Másoknak a tanulásban, olvasásban, írásban, matematikában segítünk, ha lemaradnak

a többiektől, vagy pótolniuk kell a tananyagot. A pedagógus megmondja, hogy miben kér segítséget, de sokszor magamtól is tudom.

A tanítás végén el szoktam kísérni őket ebédre, mert az ebédlő egy másik épületben van. Ott is ügyelek a rendre, a kézmosásra, öltözködésre. Az öltözködéssel van a legtöbb munkám, a cipőfűzés nem megy nekik... Tanítjuk is őket, de nem mindenkinek sikerül. A legtöbben otthon nem sajátítják el ezeket a szokásokat, készségeket. Egy Downszindrómás kislány egy óra hosszat ebédel, őt meg szoktam várni. A kicsiket visszakisérem az iskola épületébe, a napköziben vannak, amíg nem jönnek értük a szülők. Megtörtént az is, hogy reggel el kellett mennem a gyerekért, ha a szülők nem tudták elhozni az iskolába, és hazakisérni is szoktam őket. A napköziben a házi feladatok megírásában segítek, játszom is velük. Részt veszek szinte minden iskolai rendezvényen. Anyák napi, karácsonyi fellépésen sokat segítek a program megszervezésében, biztosítom a zenét, a gyerekeknél a felügyeletet, és ott vagyok velük minden kiránduláson.

– **Mi az, ami örömmel tölti el? Milyen sikerélményei vannak?**

– A gyermekekkel való foglalkozás, beszélgetés, ha látom, hogy van értelme annak, amit mondok nekik, meghallgatják, elvégzik a feladatokat, fejlődnek. Ezek jó dolgok. Jó érzés, hogy a legtöbb gyerek megbízik bennem, családi dolgokat is elmondanak, vagy a tanulással kapcsolatban olyasmint, amit adott esetben felnőttnek nem mondanak el. Nagyon jó a munkakapcsolatom a pedagógusokkal. Hallottam máshonnan olyan dolgokat, hogy nem mindig fogadják szívesen az asszisztenseket, vagy nem szeretik, ha a tanórán bent vannak, de én ezt soha nem tapasztaltam.

– **Milyen a kapcsolata a szülőkkel?**

– Legtöbbjüket régtől ismerem, közülük többeket már tanítottam is. Jó a kapcsolatunk. Családlátogatásokra is szoktam járni, s ha valamilyik tanuló megbetegszik az iskolában, hazakisérem. Ha jönnek a gyerekekért, mindig megbeszéljük az adott napot. Hogyan viselkedtek, hogy ment a tanulás.

– **Úgy látja, hogy a helyén van? Jó választás volt?**

– Úgy érzem, hogy jól választottam, bár sokszor nagyon fáradt vagyok, huszonegy év az iskolában nem kevés. A türelemért is meg kell dolgoznom, de eddig még sikerült.



(Botos Marika, 14 éves)

Nem voltak nagy problémáim sem a gyerekekkel, sem a szülőkkel. Ennek örülök.

(t)

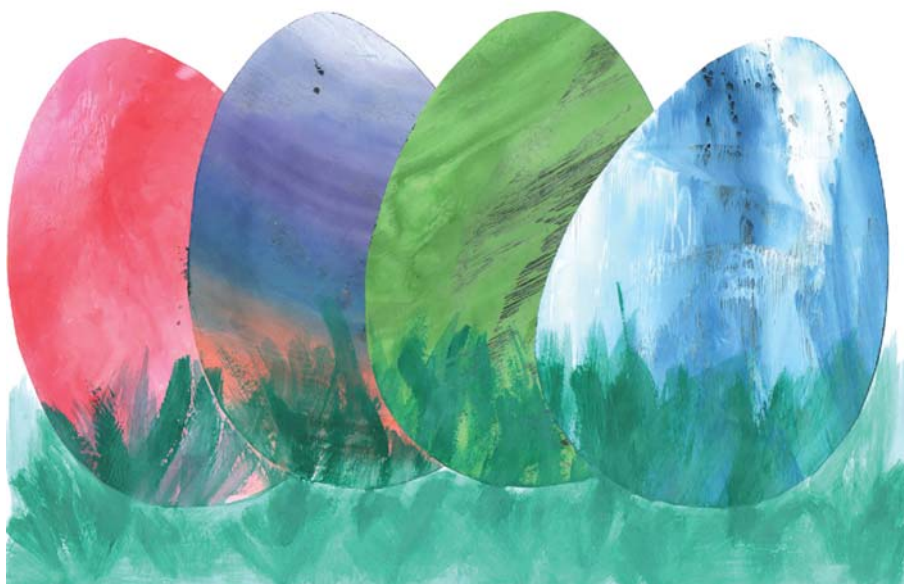
Húsvétvárás

A Füleki Bentlakásos Speciális Alapiskola egyes tanulói már a húsvétot várják. Lerajzolták, papírból kivágták, fonállal kivarrták, hogy mi jutott eszükbe az ünnepről. Alkotásaikból válogatást közlünk lapunkban.

A 2. oldalon a következőknek a munkái láthatók:

1. Baláz Peter (7 éves);
2. Bari Alexandra (12 éves);
3. Berky Fabian (8 éves);
4. Botos Marika (14 éves);
5. Čonka Patrik (9 éves);
6. Dömény Martina (10 éves);
7. Gubčo Alex (13 éves);
8. Oláh Kevin (12 éves);
9. Botos Richard (12 éves);
10. és 14. Szilárdi Justin (12 éves);
11. Nora Pušková (13 éves);
12. Yasemin Veronika Špaňová (12 éves);
13. Lenka Jackuliaková (14 éves).

(Csoportmunka)





Hanuliak Ildikó

Ökológiai tudatosság és a környezeti kultúra innovatív alakítása

Az Eco-Compass projekt eredményei

A nagymegyeri Együttműködéssel a Jobb Jövőért Polgári Társulás főpályázóként magyarországi, romániai és szlovákiai partnerszervezetekkel együttműködve 2022–24-ben az Erasmus+ program társfinanszírozásával valósítja meg **A környezettudatosság és a környezeti kultúra innovatív kialakítása az értelmi fogyatékkal élő emberek környezeti készségeinek fejlesztése és attitűdjeinek formálása** című projektet. Ennek fő eredménye az Eco-Compass innovatív környezeti nevelés, amelyet nemzetközi szakértői csoport dolgozott ki 15 összegyűjtött jó gyakorlati példa, valamint 43 szakember részvételével, Öko-világkávészó címmel tartott kerekasztal-beszélgetések ajánlásai alapján.

Az Eco-Compass négy modulból áll:

1. Ökológiai készségek és kompetenciák az egyéni életben;
2. Az ökológiai értékek és attitűdök fontossága a családban;
3. Fenntartható fejlődés a munkahe-lyen, a munka és a magánélet egyensú-lya;
4. Aktív részvétel a zöld társadalom kialakításában.

A környezeti nevelés célja, hogy a fenti modulok és témák révén hozzájáruljon az ökológiai tudatosság és kultúra kialakításához s az ökológiai készségek és kompetenciák fejlesztéséhez.

Az elméleti oktatási anyag a szociális területen dolgozó szakemberek számára készült, akiknek mindennapi munkájuk során elengedhetetlen,

hogy megfelelően tudják irányítani az értelmi fogyatékos felnőtteket a környezetvédelem és a környezeti felelősségvállalás területén. Minden modul az elméleti rész mellett kultúri tevékenységek részletes leírását is tartalmazza.

Az értelmi fogyatékos embereknek szánt oktatási anyag célja, hogy hozzájáruljon képességeik fejlesztéséhez, segítse őket az ember és a környezet közötti kapcsolat, valamint a helyi és globális környezeti problémák megértésében s a környezetvédelemért való személyes felelősségvállalásban. Az oktatási anyag videókat, több interaktív kvízt, könnyen érthető nyelven megfogalmazott elméleti témákat, kapcsolódó kérdéseket és feladatlapokat tartalmaz.

Az Eco-Compass tesztelése három partnerországban: Szlovákiában, Magyarországon és Romániában történt. A tesztelési fázisban 32 résztvevő (enyhe és közép súlyos értelmi fogyatékos felnőtt) s 5 szakember vett részt; Szlovákiából a Dunaszerdahelyi Értelmi Akadályozottakat Segítő Társulás kapcsolódott be.

Szinte valamennyi résztvevő úgy gondolta, hogy a képzésen tanultakat felhasználják majd a mindennapi életben. A tudatosság és az ismeretek segíthetnek nekik aktív szereplőkké válni a környezetvédelemben és a fenntarthatóság terén, s hozzájárulhatnak a környezeti problémák megoldásához. A tananyagból könnyen a gyakorlatba ültethető területek: a fenntartható életmód kialakítása, a kerti vagy növénytermesztési tevékenységek, az újrahasznosítás és hul-

ladékkezelés, valamint a vásárlási szokások és tudatosság.

A tananyag segítette az értelmi fogyatékos felnőtteket a tanulásban, hozzájárult esélyegyenlőségük növeléséhez. A könnyen olvasható és érthető információk átadása során kevesebb nyelvi vagy kognitív akadály merült fel, s ez lehetővé tette számukra a tartalom jobb megértését. A könnyen érthető információk segítették őket abban, hogy a jövőben önálló és tudatos döntéseket hozzanak a környezetvédelem területén. Az Eco-Compass-tananyag hozzájárult önbizalmuk növeléséhez, mert képessé váltak az adott témával kapcsolatos információk megértésére és feldolgozására.

A képzés kísérleti tesztelése s értékelése megerősítette azt az elképzelést és törekvést, hogy az értelmi fogyatékos embereknek a környezetvédelemben való bevonása több szempontból fontos és értékes. Ők is részt vehetnek a közösség munkájában, és értéket hozhatnak létre, s ez pozitívan hat életminőségükre és önbizalmukra. Egyedi látásmódjuk és tapasztalataik kreatív módon segítik a problémák megoldását. Sokszínűségük hozzáadott érték a környezetvédelemben, melyet elszántan képviselnek.

Bízunk abban, hogy a jövőben egyre több szervezet használja majd az Eco-Compass-tananyagot, amely négy nyelven ingyenesen hozzáférhető a projekt weboldalán (<https://eco-compass-project.eu/home-hu.html>).

(A szerző a nagymegyeri Együttműködéssel a Jobb Jövőért P.t. alelnöke, projektmenedzser.)



Lanstyák Edit

Innovatív környezeti nevelés – tesztelési tapasztalatok

Az Erasmus+ program Eco-Compass projektje által egy nagy és régi vágyunk vált valóra. A kétéves munka folyamán elkészült egy cselekvő részvételen alapuló, élményszerűen fejlesztő tananyag enyhe és közép súlyos értelmi akadályozottsággal élő felnőttek részére, mely az ökológiai tudatosságuknak, környezetvédelmi készségeiknek s kompetenciáiknak növelésére irányul. Az innovatív környezeti nevelés modulok oktatásban történik. A háttér-tananyag két formában készült el: külön az oktatók részére és könnyen érthető nyelven, egyszerűsített formában, sok szemléltető ábrával a résztvevők számára.

Modulonként öt kérdésre lehet válaszolni. Minden modul **négy témára** tagolódik, és minden téma után **két feladatlap** vár megoldásra. Az utóbbiakat színes ábrák teszik érdekessé, szemléletessé. Megoldásuk egyszerű és szórakoztató, mégis alaposabb tudásra tesznek szert a résztvevők, mivel átgondolják, gyakorolják az elméletben tanultakat.

1. modul: Ökológiai készségek és kompetenciák az egyéni életben

Az első téma a víz, a levegő és a talaj összetétele, fontosságuk. A második az élőlények közti kapcsolatot taglalja, s felhívja a figyelmet a biológiai sokféleségre. Itt találkozunk a fotoszintézissel, a szerves anyag előállításának fontosságával. A folyamatot egyszerű ábra szemlélteti; segítségével könnyen érthetővé válik a lényeg: a fa vagy a zöld növény a gyökerei által felszívott vizet, a légkörből nyert szén-dioxidot, valamint a napenergiát a levelekben levő klorofill segítségével oxigénné és cukorrá (táplálékká) alakítja át. A fotoszintézist bemutató ábrát a célcsoport minden tagja maga is lerajzolta. Így értették meg, miért nem szabad kivágni a fát, s miért mondjuk azt, hogy a fa tápanyag-előállítóként és szűrőként is szolgál a természetben. Izgalmas téma volt a tananyag tesztelése során annak megfigyelése, hogyan alakul ki a tápláléklánc a természetben. A növények maguk építik fel saját testüket, a növényevő állatok pedig a fogyasztók. A rovarok, más állatok egymásnak is szolgál-

nak táplálékláncul. A célcsoport résztvevői közösen állítottak össze tápláléklánco-kat. Ilyen volt például: „A salátát meg-eszi a csiga, a csigát megeszi a kacsa, a kacsát megeszi a róka”, stb. A harmadik téma az emberi tevékenységnek a természetre gyakorolt káros hatását elemzi, a negyedik pedig arról szól, hogy mit jelent a környezetvédelem, és mi mindent kell védeni. Az itt található tíz intelm megfogadásával sokat tehetünk környezetünk fennmaradásáért.

2. modul: Az ökológiai értékek és attitűdök fontossága a családban

A környezetbarát háztartás kialakítása az aktív környezetvédelem felé tett első lépés. Az átgondolt vásárlás, hulladékosztályozás, komposztálás, vízzel, energiával való takarékoság nagyban hozzájárul környezetünk védelméhez.

3. modul: Fenntartható fejlődés a munkahelyen, a munka és a magánélet egyensúlya

Az első téma felhívja a figyelmet arra, hogy a munkahelyeken is környezeti-kímélő magatartást kell tanúsítanunk. A második a környezetitелjesítmény-modell (KTM) alkalmazásával foglalkozik: az egészséges, biogazdálkodásból származó gyümölcs- és zöldségkosaraknak a helyi közösség számára való kínálása hozzájárul a gazdaság stabilitásának megteremtéséhez. Ennek a modellnek a segítségével csökken a termelő és a fogyasztó közötti fizikai távolság, valamint – a hosszú ellátási láncokkal ellentétben – a minőség garanciájaként a személyes kapcsolatot, a bizalmat és sokszor az ökológiai minősítést építjük be a rendszerbe. A harmadik téma arra mutat rá, hogy oda kell figyelni a munka és a magánéletünk közti egyensúlyra. A



A természet közelsége (Szép Andrea felvétele)

negyedik azt emeli ki, mennyire fontos és milyen az egészséges életmód.

4. modul: Aktív részvétel a zöld társadalom kialakításában

Az első témakörben rámutatunk arra, hogy a növekvő fogyasztói társadalomban szükségszerűvé válik fogyasztásunk csökkentése. Útmutatást adunk a tudatos vásárláshoz. A második témakör keretében nemcsak a szelektív hulladékgyűjtés szabályaival, az újrahasznosítással ismerkedhetünk meg, hanem a nem szelektálható és veszélyes hulladékról is kijelölt helyeken való gyűjtéséről is szó van.

A Közlekedés és természetvédelem témakör útmutatást ad arra, hogy helyes döntéseinkkel milyen módon járulhatunk hozzá környezetünk védelméhez, amikor a magunk kényelme helyett a környezetet és a természetudatosságot helyezzük előtérbe. Amikor úgy döntünk, hogy autó helyett gyalog, kerékpárral vagy tömegközlekedési eszközzel közlekedünk.

A fenntartható életvitel motiválása a társadalmi tevékenységekben való részvétel segítségével című részben azt vizsgáljuk, hogyan vehetnek részt a közösségek a zöld társadalom építésében. Szó van a „zöld motiváltságról” s a

fenntartható fejlődés három tényezőjéről, a társadalmi és gazdasági fejlődés, valamint a környezetvédelem szoros összefüggéseiről. Ismertetjük a jeles környezetvédelmi napokat. Ilyenkor közösségek fognak össze, hogy hasznos tevékenységgel, faültetéssel vagy közös hulladékgyűjtéssel ünnepeljék meg ezeket a napokat.

Minden témához két kültéri gyakorlat társul. Mivel a fogyatékos emberek általában nagyon szeretnek a természetben lenni, a tesztelés folyamán ezeknek a gyakorlatoknak volt a legnagyobb sikerük. Céljuk a tanultak gyakorlati alkalmazása, gyakorlati készségek, rutinok fejlesztése volt. A kültéri feladatok révén sajátítják el az egyes hulladékfajták osztályozását, a szelektív hulladékgyűjtést. Megtanulják a pléhdobozoknak és PET-flakonoknak az erre kijelölt gyűjtőautomatákban való visszaváltását. Megtanulnak madáretetőt, rovarhotelt, valamint a jeles napokra, mint pl. a föld napja vagy a méhek világnapja, csoportmunkával plakátot készíteni. Szintén fontosak azok a gyakorlatok, melyek során a célcsoport tagjai élelmiszerboltban tájékozódnak arról, hogy milyen az Eco, Bio, Natur jelöléssel ellátott

termékek összetétele, a termékek szavatossági ideje. Más gyakorlat folyamán autómentes napot tartanak, ilyenkor mindenki gyalogosan vagy biciklivel érkezik a foglalkozásra. Nagy élmény volt kipróbálni a tömegközlekedési eszköz használatát, amikor saját maguk vásárolták meg a vonatjegyeket, és csoportosan utaztak Komáromba egy kiállításra. Szintén felejthetetlen élményt nyújtott az erdőben való barangolás: a résztvevők minden érzékszervükkel átértékelték a természet, az erdő szépségeit, színeit, illatát, az erdei hangokat, tudatosítva, hogy a természet részei vagyunk.

A fent ismertetett tananyag hiánypótló az értelmi akadályozott emberek részére. Különösen fontos biztosítani őket arról, hogy ők is aktív részesei a társadalomnak, és vállalniuk kell a felelősséget környezetünk védelmében. Tudatos környezetkímélő életmóddal, szükségleteink csökkentésével, a hulladék szelektív gyűjtésével, újrahasznosítással, környezetkímélő közlekedéssel van esélyünk fenntarthatóvá tenni környezetünket.

(A szerző a Dunaszerdahelyi Értelmi Akadályozottakat Segítő Társulás alelnöke.)



Lakatos Annamária

Valóra vált egy álom

Nappali ellátást nyújtó szakosított intézmény Bősön

A bősi székhelyű Pro Bono Polgári Társulás vezetősége nagy fába vágta a fejszéjét, amikor az addig nyújtott szociális szolgáltatásainak sorát kibővítve 2023 januárjában Pro Bono névvel szakosított intézményt hozott létre, amely nappali ellátás formájában nyújtja szolgáltatásait. A nyitás után egy évvel örömmel mutatom be a tevékenységét.

Az intézmény a város központjához közel, az egyik kevésbé forgal-

mas utcában egy újonnan átalakított családi házban található. Az épület oromzatán tábla hirdeti új funkcióját.

Az igényesen kialakított, minden előírásnak megfelelő, színes belső terek a szolgáltatást igénybe vevők mindennapi tevékenységei: a foglalkozások, étkezések és a délutáni pihenés színterül szolgálhatnak. A kültéri részeket az épület előtti pihenőhely, a pihenésre és kreatív tevé-

kenységek végzésére egyaránt alkalmas fedett télikert, az elkülönített gazdasági udvar s a kertészkedés céljaira kialakított kicsi kert – magásgyászaival és fáival – alkotják. Az ügyfelek mobilitása végett a létesítmény belső és külső terei egyaránt akadálymentesítettek.

A Pro Bono Pt. ügyvezető igazgatónője, Czére Szilvia készségesen válaszol a kérdéseimre.

– Honnan jött az ötlet, hogy szaksított intézményt hozzanak létre Bősön?

– Az egészségügyi és szociális szférában végzett sokéves tevékenységünk és tapasztalataink eredményeképpen született meg a gondolat. Évek óta működtetünk gondozószolgálatot, akkreditált képzést kínálunk gondozónők számára, és szállítószolgálatot biztosítunk Nagyszombat és Nyitra megyében. Munkánk során sok olyan családdal kerültünk kapcsolatba, ahol meggyengült egészségi állapotú idős vagy egészségkárosodott, fogyatékos családtagról gondoskodnak. Beszélgetéseink alkalmával kiderült, hogy milyen problémákkal kell megküzdeniük, és hogy nagy szükség volna egy olyan, nappali ellátást nyújtó szaksított intézményre, ahol hozzátartozójuk szeretetteljes közösségben tölthetné a napjait. Megbecsülnék, megérténnék, tisztelnék, és lehetősége volna társas kapcsolatok építésére, értelmes tevékenységek végzésére. Nem mellékes szempontként elhangzott az is, hogy ha egy ilyen intézményben történne a fokozott figyelmet igénylő hozzátartozó szakszerű ellátása, a család többi tagjai napközben dolgozhatnak, intézhetnék ügyes-bajos dolgaikat, vagy egyszerűen csak regenerálódhatnak. Ekkor kezdtünk gondolkodni az intézmény létrehozásáról. A megyével együttműködve sok tervezés és rengeteg előkészítő munka után a múlt év januárjában végre megnyitotta kapuit. Hiánypótló, amit csinálunk, hiszen mind járási viszonylatban, mind a széles környéken egyedülként nyújtunk ilyen típusú szolgáltatást.

– Mekkora kapacitással működik az intézmény, és kik vehetik igénybe a szolgáltatásait?

– Legfeljebb tíz személy szakszerű ellátását tudjuk biztosítani. Ügyfeleink egy része olyan idős ember, akiről gyermekeik, unokáik gondoskod-

nak, többnyire velük közös háztartásban élnek. De napközben dolgozniuk kell, és hozzátartozójukat egészségi állapota miatt nem akarják magára hagyni, vagy pedig ő maga szeretné társaságban tölteni az idejét, amíg a fiatalok hazatérnek. Intézményünk megoldást nyújt a problémájukra. Ügyfeleink másik csoportját kortól függetlenül olyan emberek alkotják, akik egészségkárosodással, illetve fogyatékossgal élnek, például Parkinson-kór, Alzheimer-kór, pervazív fejlődési zavar, sclerosis multiplex, skizofrénia, demencia, siketvakság, AIDS vagy súlyos fokú organikus pszichoszindróma a diagnózisuk. Jelenleg a legfiatalabb ügyfelünk 18 éves, a legidősebbet pedig egy meghatározó ünnepség keretében tavaly köszöntöttük 89. születésnapján.

– Mindennapjaikra hogyan hat a közöttük lévő nagy különbség?

– Kezdetben nehéznek tűnt összeegyeztetni a fiatalok és az idősek napirendjét, hiszen minden korosztálynak mások a szokásai, igényei, elvárásai és az érdeklődési köre. Ahogy azonban jobban megismerték egymást, úgy omlottak le közöttük a képzeletbeli falak. Az időseket magával ragadta a fiatalok lendülete, jókedve, tenni akarása, a fiatalok pedig szívesen hallgatták a régi időkről szóló elbeszéléseket, örömmel fogadták az idősebbek feléjük irányuló figyelmét, szeretetét. Hamar kialakult közöttük egyfajta megértés és bizalom. A fiatalabbak szívesen segítenek az idősebbeknek, bár némely tevékenység elvégzésében maguk is segítségre szorulnak. A napi tevékenységek tervezése és kivitelezése során igyekszünk mindegyik nemzedék igényeit figyelembe venni, mindemellett fontos szerepet kapnak az egyénre szabott elfoglaltságok is.

– Kik végzik a szolgáltatást igénybe vevők ellátását?

– Dolgozóink összetétele megfelel a törvényben előírtaknak. Ügyfeleink

mindennapi tevékenységéről, biztonságáról, egészségéről, étkeztetéséről, tiszta és kellemes környezetéről hatagú csoport gondoskodik. Egy szociális munkás, két gondozónő, egy munkatárs, aki az étkeztetésért és a környezet tisztaságáért felel, egy egészségügyi nővér, valamint egy gépkocsivezető-karbantartó. Minden kollégának és kolléganőnek a beosztásának megfelelő végzettsége van, többéves szakmai gyakorlattal. Alapvető és a polgári társulás vezetősége által megkívánt tulajdonságaik közé tartozik a kedvesség, természetesség számát az ügyfelek és az egymás iránti tisztelet, a nyugodt, megfontolt viselkedés. Szakmai felkészültségüket továbbképzések, tréningek segítségével növeljük.

– Hogy telnek az itt-tartózkodók mindennapjai?

– Reggel fél 8-kor a gondozónőink már várják az ügyfeleinket. A napot könnyed testmozgással kezdjük. Ezután következik a reggeli, amelyet kávé vagy tea melletti beszélgetés és személyre szabott tevékenységek követnek. Ezeket mindenkinek az egészségi állapotához, személyes igényeihez alkalmazkodva állítja össze a szociális munkásunk. Ez azért nagyon fontos, mert mindenki speciális igényekkel érkezik, tehát egyedi bánásmódról és személyre szabott fejlesztésre van szüksége. Tekintettel vagyunk arra is, ha valaki társaságkedvelő, másnak pedig az esik jól, ha több időt tölthet egy kicsit elkülönülve a többiekkel. A tevékenységek az ügyfél pillanatnyi közérzetétől függően is változhatnak, megegyezés szerint variálhatók. A foglalkozások, étkezések során fokozott figyelmet fordítunk arra, hogy segítsük ügyfeleinket meglévő készségeik megtartásában, illetve új készségek elsajátítását tegyük lehetővé a számukra. Ha az időjárás engedi, a tízórai elfogyasztása után szívesen tartózkodunk kint az udvaron vagy indulunk hosz-



Czére Szilvia és az egyik kliensük, Méri Marián (Az intézmény archívuma)

szabb-rövidebb sétára, majd a déli harangszó minket is ebédhez szólít. Minden étkezéskor szem előtt tartjuk a diétára vonatkozó igényeket. A délutáni pihenést foglalkozások követik, jó idő esetén kimegyünk a szabadba. Több alkalommal szerveztünk kirándulást is. Voltunk már a közeli állatkertben, sétáltunk a Duna-parton, és kihasználtuk a járási autóbusz-közlekedési vállalat által nyújtott lehetőséget is: kibéreltük a »kisvonatot«, s ellátogattunk egy távolabbi településre. Megtekintettük a nevezetességeit, és az uzsonnánkat az egyik éttermében fogyasztottuk el. Az uzsonna a nap utolsó étkezése, elköltése után beszélgetünk, énekelünk, majd négy óra után ügyfeleink hazaindulnak. Van, aki egyedül, van, akiért jönnek a családtagok. Megemlíteném még, hogy ügyfeleink számára szükség esetén alapfokú egészségügyi ellátást is biztosítunk.

– **Milyen mértékben van szükség a családtagokkal való együttműködésre?**

– Már a szolgáltatás nyújtásának megkezdése előtt óriási szerepe van. Csak a tőlük kapott alapvető információk birtokában tudunk ügyfeleink számára személyre szabott ellátást biztosítani. Legtöbb esetben valamelyik közeli hozzátartozó szerez

tudomást létezésünkről. Kapcsolatba lép a vezetőséggel, megtekinti a honlapunkat, érdeklődik, véleményt formál. Ha a leendő ügyfél egészségi állapota megengedi, akkor vele, ha nem, akkor az őt képviselő családtaggal történő személyes találkozásokor megbeszéljük, hogy vannak-e speciális igényei, elvárásai, és mi az, amit biztosítani tudunk számára. Tájékozódunk az egészségi állapotáról, milyen gyógyszereket szed, szükséges-e az adagolásuk az intézményben töltött idő során is, kik tartoznak a szűkebb és tágabb szociális környezetéhez, van-e kedvenc tevékenysége, milyen a megszokott napirendje, és így tovább. Ha megfelelőnek tartják a szolgáltatásainkat, általában »összeül a családi tanács«, s eldönti, hogy szeretné-e igénybe venni őket. A szükséges dokumentumok beszerzése után megbeszéljük és szerződésben rögzítjük a belépés dátumát s feltételeit.

– **Ki téríti a szolgáltatás költségeit?**

– Hozzájárul Nagyszombat megye, valamint a Munka-, Szociális és Családügyi Minisztérium, így az ügyfél csak jelképesnek mondható összeget fizet.

– **Milyen módon tudnak az érdeklődők kapcsolatba lépni önökkel?**

– Az intézményt üzemeltető Pro Bono Pt. (Občianske združenie Pro Bono) jelen van a szociális hálón, van honlapja és Facebook-oldala, de hagyományosan módon, telefonon is elérhetők vagyunk a hét minden munkanapján.

– **Az intézmény mely értékeire különösen büszkék, és hogyan látják magukat öt év múlva?**

– Kiemelten büszkék vagyunk intézményünk családias jellegére. A kis létszámnak köszönhetően lehetőség nyílik valódi, tartalmas emberi kapcsolatok kialakítására. Alapvető értékeink közé sorolom azt, hogy munkatársaink tisztelettel, megbecsüléssel és empatikusan bánnak ügyfeleinkkel, nagyon fontosnak tartva emberi méltóságuk megőrzését. Ügyfeleink biztonságos, nyugodt, szeretetteljes, kellemes környezetben tölthetik napjaikat. Számomra mindennél többet jelent, amikor azt látom, hogy reggelente örömmel érkeznek hozzánk, szeretettel köszöntik egymást, és hiányolják, ha valaki nem jött el. A tőlük hallott »ha korábban tudtam volna, hogy létezik ez az intézmény, hamarabb jöttem volna magukhoz« mondat számomra a legnagyobb elismerés.

Elmondhatom, hogy egy álmunk vált valóra intézményünk létrejöttével. Egyéves működésünk után látva ügyfeleink és családjuk elégedettségét, úgy érezzük, hogy fáradásunk nem volt hiábavaló. Legjobb tudásuk szerint, örömmel állunk ügyfeleink szolgálatára. Hogy hogyan látjuk magunkat öt év múlva? Szeretnénk olyan családias jellegű intézmény maradni, ahol szak tudásunkkal, tapasztalatunkkal, szeretetünkkel segítjük a szolgáltatásainkat igénybe vevők életét, mindennapjait. Szeretnénk méltók lenni megbecsülésükre és családjuk bizalmára.

(A szerző szociális munkás.)



Kocsis Károly

Időhurokban – avagy vígjátékról komolyan

Furcsán hangozhat a cím. Ez a kacagtató műfaj az önfeledt szórakoztatást, kikapcsolódást jelent sokunk számára. A felszínes könnyedség alatt azonban gyakran tragikus helyzeteket, a nehéz életek viszontagságainak humoros oldalát mutatja be. A humor mindig kitűnő eszköz volt ahhoz, hogy szociális feszültségeket oldjon, elvegye az élüket. Manapság is gyakori eszköze az érzékenyítésnek.

A műfaj számomra meghatározó alkotása az 1993-ban bemutatott *Idétlen idő* című amerikai filmvígjáték, amely még látóként szerzett felejthetetlen szórakozást. Azóta tucatnál is többször láttam. Annyira szórakoztató, hogy többszöri megnézés után sikerült felismernem zseniális mivoltát, és a végén az élet értelmének egyik lehetséges alternatíváját kaptam. Úgy érzem, a történet meglehetősen pontos választ ad arra a kérdésre, hogy egy sérült léleknek milyen utat kell bejárnia a gyógyuláshoz. Párhuzamba tudtam állítani személyes traumámmal. Látássérültként egy teljesen új képet kaptam.

Phil Connors, egy helyi televíziós csatorna meteorológusa és kétfős stábjá elindul, hogy közvetítse az évenként megrendezett mormotanapot.

A Bill Murray által megformált főszereplő gögös, egocentrikus, kiállhatatlan figura. A fesztivált követően azonnal szeretnének távozni, de egy váratlan hóvihar maradásra kényszeríti őket. Phil tudtán kívül időhurokba kerül, és amikor már sokadszor ébred ugyanarra a napra, ráeszmél halhatatlan mivoltára. Krónikussá válik déjà vu érzése. Zavartságából, kétségbeeséséből felocsúdva a maga hasznára fordítja a helyzetet. Lop, csal és hazudik. Ezt egészen addig folytatja, amíg kolléganője meghódítására

tett kísérletei sorozatos kudarcba nem fulladnak. Andie MacDowell Rita szerepében egy földre szállt angyal. Női megérzése mindig segíti abban, hogy Phil furmányos terveit felismerje. Megannyi hasra esés után a férfi megtörik, depressziós lesz. Életellenes tettekhez folyamodik, de másnap mindig sértetlenül ébred szállodai szobájában. Ezt követően változtat magatartásán, és elkezd másokon segíteni. Életeket ment meg, bajbajutottakat húz ki a csávából. Nagy elánnal beleveti magát önmaga fejlesztésébe. Zongorázni tanul, jégsozobráskodik. Ritát meglepi a változás, és beleszeret Philbe. Az első együtt töltött éjszaka után a főhős arra ébred, hogy mellette van szerelme. Megtört a varázslat. Az őszinte szerelem segített továbbgörgetni az idő kerekét, kikerült az időhurokból.

Saját életemre vetítve a történetet, én is megéltem az időhurokba kerülés élményét látássérülésem következményeként. Úgy éreztem magam, mint ha mindennap ugyanarra a napra ébredtem volna jó pár éven keresztül. A tehetetlenség, kétségbeesés és a csodavárás gondolatai, érzései szőtték át napjaimat. Múltak a hetek, hónapok a reménnyel, hogy majdcsak jobb lesz. Bíztam benne, hogy létezik valahol egy orvos, természetgyógyász, aki csodát tesz majd velem. A tehetetlenség és az elvárások okozta csalódások gyakori vendégeim voltak. A változást az elfogadás és a fókusz megváltoztatása hozta. Segített a problémákról való figyelemelterelés és a tehetetlenségből való kilépés. A lelki gyógyulást mindezek és a meglévő megküzdő stratégiák, illetve a hozzáállásom hozta meg számomra. Kis lépések nagy bátorsággal.

A filmben szereplő Phil úgy reagál az őt ért változásokra, ahogy a való életben a krízisre, traumára reagál az emberek többsége. Ha egy váratlan élethelyzet felkészületlenül ér bennünket, megpróbálunk a rendelkezésünkre álló elhárító mechanizmusokkal és megküzdő stratégiákkal megoldást találni. Ha kevésnek bizonyulnak, bekövetkezik az összeomlás. Miután azonban sikerül szembenézni az adott helyzettel, első lépésként elfogadni, elkezdődhet az újraválasztás. Számba kell venni a rendelkezésünkre álló lehetőségeket, és célokat meghatározva folytatni életutunkat. Újabb megküzdő stratégiákkal felvértezve magunkat, már készen állhatunk arra, hogy az eléünk kerülő kihívásoknak megfeleljünk. Ennek a folyamatnak az első fázisát a filmben főhősünk hiábavaló próbálkozásai következtében kártyavárként összedőlő élete szemlélteti. Aztán túllép önzésén, és személyiségén dolgozva éli mindennapjait. Már nem kergeti a boldogságot, így a boldogság talál rá. Némelyik filozófiai felfogás szerint az élet önmagában értelmetlen. Mi határozzuk meg a tartalmát, célját. A film végén felsejlik „segíts másokon, és dolgozz magadon” gondolatot sajátomnak érzem. Kiutat mutat a csüggedésből. Ha másokhoz hasonlítjuk magunkat, az a depresszió melegágya lehet, másrészt viszont ha magunkra koncentrálunk, eluralkodhat rajtunk a kétségbeesés.

A körülöttünk élőkre irányítva figyelmünket felajánlhatjuk segítségünket. Többek között megajándékozhatjuk őket az egyik legfontosabbal, az odafigyelésünkkel. Ezenfelül a jóra törekedve, tanulva hibáinkból, aktív életet élve gazdagíthatjuk személyiségünket. Élhetőbb, boldogabb élet lehet a jutalmunk.

(A szerző mentálhigiénés segítő.)

A Carissimi Nonprofit Alap tevékenysége 2023-ban

A korábbi évekhez hasonlóan tavaly is voltak rendezvényeink, részt vettünk konferenciákon, és támogatást nyújtottunk a hozzánk fordulóknak.

Februárban a Szlovákiai Magyar Pedagógusok Szövetsége által szervezett XXVII. komáromi pedagógiai napokon a Carissimi Nonprofit Alap és lapunk is bemutatkozott.

Júniusban az Értelmi Sérülteket Segítő Társulás galántai szervezetével együttműködve Petőfi emlékének szentelve tartottuk Taksonyban a tizennegyedik versmondó fesztivált, amelyen fellépett a Kobold zenekar.

Júliusban meghívtát kaptunk arra a háromnapos rendezvénysorozatra, amellyel megalakulásának 25. évfordulóját ünnepelte a Mátyusföldi Nagycsaládosok Egyesülete (Máncse).

Augusztusban – részben a Carissimi kezdeményezésére – korlátlifet szereltek fel és akadálymentes mosdót alakítottak ki a Komáromi Jókai Színházban.

Szeptemberben – előrehozva a fogyatékos emberek decemberi világnapjára való megemlékezést – a Konrádko Pt.-vel közös szervezésben Galántán megtartottuk a Ki mi tud?-ot. Ezen Szeredy Krisztina énekművész volt a vendég.

Októberben Budapesten részt vettünk a Kárpát-medencei Családszervezetek Szövetségének tisztújító küldöttgyűlésén; jelen voltunk Duna-szerdahelyen a Femit által szervezett Szakembereink és a jövőnk – segítő szakemberek hiánya a Felvidéken című konferencián; továbbá együttműködtünk a Pozsonyi Városi Galériában a kultúra akadálymentesítéséről, a fogyatékos emberek számára való hozzáférhetővé tételéről tartott konferencia szervezőivel. A Szlovák Televízió magyar adásában közel egyórás műsorban mutatták be tevékenységünket.

Novemberben online formában kapcsolódtunk be a Családi Értékek Vezetői Hálózatának 5. ülésébe, amelyet a Kopp Mária Intézet a Népese-désért és a Családokért (KINCS) szervezett, és Budapesten részt vettünk a kilencedik fogyatékoságtudományi konferencián. Rimaszombatban a Szövetség a Közös Célokért társulás ünnepi közgyűlésén is képviseltette magát a Carissimi, valamint bemutat-tuk szervezetünket Búcsón a Femine Fortis – Erős Nők Pt. közgyűlésén.

Decemberben támogattuk a pozsonyi koronázó templom, valamint a benne levő Szent Márton-lovasszobor leírását tartalmazó, látássérülteknek készült beszélő-tapintható keret magyar nyelvű ismertetővel való bővítését.

A Carissimi Nonprofit Alap két tagja tavaly rangos elismerésben részesült. Március 15-e alkalmából a Magyar Arany Érdemkeresztet adományozták Zsidó János nyékvárkonyi esperesplébánosnak, a Carissimi kuratóriumi tagjának, májusban pedig Bauer Edit volt szociális ügyi államtitkár, volt európai parlamenti képviselő, a Carissimi kuratóriumának elnöke Somorja város Pro Urbe díját vehette át.

2023-ban huszonnegy, fogyatékos vagy beteg gyermeket nevelő családnak nyújtottunk támogatást rehabilitációra, fejlesztésre, valamint gyógyászati segédeszközök vásárlásához. Támogattuk a sérült gyermeket nevelő családok nyári táborát, és hozzájárultunk egy jótékonyági naptár költségeihez.

A Szlovák Humanitárius Tanács kiadásában tavaly is sikerült megjelen-tünk a Carissimi c. lapot. Valamennyi lapszámunk a honlapunkról (www.carissimi.sk) is letölthető. A Facebookon is jelen vagyunk.

A Carissimi Nonprofit Alap önkéntes szervezet – kuratóriuma térítésmentesen végzi munkáját. Tevékenységünket, ingyenes lapunk kiadását

pályázatokból, valamint jó szándékú emberek pénzzadományából, adófelajánlásából tudjuk végezni.

Köszönjük

a Bethlen Gábor Alap, a Kisebbségi Kulturális Alap, a Slovnaft Rt., a SZAKC, továbbá magánszemélyek (Csémi Ildikó és Szilárd, Derencsényi Éva, dr. Effner-Domonkos Etelka, Füleky Éva és Pál, Kováčik Ilona, Kurcz Szilvia, Nagy Amália, Szöcs Gizella és Kálmán, Várent Kinga, illetve magukat megnevezni nem kívánó adományozók) támogatását, valamint a nekünk juttatott adófelajánlásokat. Külön köszönjük mindazoknak, akik Duray Miklós temetésén a család és a SZAKC kérésére nem virággal rótták le kegyeletüket, helyette a Carissimit s rajtuk keresztül a hozzánk forduló családokat támogatták; az Egyesült Államokból is érkeztek adományok a Carissimi számlájára.

Továbbra is kérjük mindazokat, akik tehetik, hogy idén is ajánlják fel adójuk 2, illetve 3%-át szervezetünknek, hogy támogathassuk a segítségre rászoruló családokat. Köszönjük.

A jogi személyek és azok a természetes személyek, akik maguk készítik adóbevallásukat, az adóív megfelelő részébe írják be a Carissimi adatait: IČO: 31821910; obchodné meno/názov: Carissimi n. f. Az alkalmazottak a lapunkban található vagy a honlapunkról letölthető nyilatkozatot töltsék ki, és az adó befizetését igazoló nyomtatvánnyal (ezt a munkaadójuktól igényelhetik) együtt április 30-áig juttassák el a lakhelyük szerint illetékes adóhivatalba. Az adóhivatal értesítést küld a Carissiminek a felajánlás tényéről (nem az összegéről!), ha ezt a lehetőséget x-szel bejelölik a nyilatkozat megfelelő rovatában.

A Carissimi kuratóriuma



Sztakó Zsolt

A bajnok

Hogy miért ezt a címet adtam ennek a rövid jegyzetnek? A végére kiderül.

Mosolykát még a tízes évek elején kezdtem el követni a szociális hálón. Megfogott a belőle áradó derű és elszántság, amely a képeken is átjött. Mintha minden szeplője külön-külön is mosolyogna.

Azt csak később tudtam meg, hogy az orvosok mindössze tizenhét évét jósolták neki, mivel izomsorvadással diagnosztizálták, és azt mondták, hogy tizenhét éves korára leáll a tüdeje, s megfullad. Ő azonban nem nyugodott bele, nem adta fel, és mostanra már sikerül „rádupláznia” erre a jóslatra – azaz kétszer annyi ideje él, amennyit az orvosok jósoltak neki. Ezért is mondja azt, hogy a diagnózis csak egy darab papír.

Mosolyka erejére jellemző, hogy azt se titkolja, amikor rosszul van, és alig kap levegőt. Életének minden pillanatát megosztja velünk, s tabuk nélkül beszél mindenről. Igazán drámai volt az a pillanat is, amikor csak feküdt, mert minden ereje elhagyta: folyik róla a verejték, és arról beszél, hogyan kezdődnek a rosszullétek.

Hogy mit csodálok Mosolykában leginkább? Az elszántságát és a bátor-

ságát, amellyel szembemegy a világ előítéleteivel, s nem hajlandó azt az utat járni, melyet a sors kijelölt neki. Sokan ezt önféjségnek nevezik. Nevezzük akárhogyan is, Mosolyka a saját útját járja, és ez az, amiért őszintén bámulom őt!

Persze ezt nem tudná megtenni segítők nélkül, akik a mindennapok küzdelmeiben mellette állnak. Mert hogy vannak olyan élethelyzetek, amikor minden nap küzdelem, hogy még holnap is felkeljen a nap. Hogy mégis mi az, ami életben tartja? A remény, hogy holnap talán jobb lesz, és a meggyőződés, hogy az életben még feladatok várnak rád, amelyeket csak te tudsz elvégezni. Hogy bebizonyítsd a hitetleneknek, hogy reménytelen helyzetekből is lehet győzni.

Ott hagytuk abba, hogy Mosolyka segítők nélkül nem tudná véghezvinni mindazt, amiért annyian csodálják. Legfőbb segítője és életének társa Sankó, akivel tíz évvel ezelőtt kötötték össze a sorsukat; azóta együtt birkóznak az előttük tornyosuló akadályokkal.

Közösen még egy egész estés játékfilmet is létrehozta, neves színművé-



szek közreműködésével. Mi másról is szólhatna, mint Mosolyka életéről, az ő könyve alapján. Címe is tükrözi az életfilozófiáját: Majd helyett most.

Ők ketten most éppen Tenerife szigetén próbálják megvalósítani az álmaikat, egy birtokon, amelybe első látásra beleszerettek. Elnevezték Canaan in Tenerifének. Feladták otthoni életüket, és kiköltöztek erre a gyönyörű szigetre, hogy egy apartmanházban fogadjanak vendégeket. Mosolyka pedig minivlogokban enged bepillantást a mindennapjaikba.

Még folytathatnám, hiszen Mosolyka élete szerteágazóbb annál, hogysem beleférne egy rövid cikk kereteibe. Arról például még nem írtam, hogy motivációs előadásokat is tart, és ép embereket inspirál az élettörténetével, hogy hozzá hasonlóan soha ne adják fel.

Fénykép: Mosolyka Facebook-oldala

MEGRENDELŐLAP

Megrendelem a **Carissimi** című **ingyenes folyóiratot** az alábbi címre:

NÉV/INTÉZMÉNY: _____

PONTOS CÍM: _____

FOGLALKOZÁS/MUNKAHELY: _____

Telefon: _____

Dátum: _____

Aláírás: _____

A megrendelést a következő címek egyikére kérjük:

Levélcímünk: **Carissimi, Bučinová 14, 821 07 Bratislava**. E-mail: **carissimi.lap@gmail.com**

Köszönettel fogadjuk, ha támogatják lapunkat.

Számlatulajdonos (názo v účtu): **Carissimi n. f.**, számlaszám (č. účtu): **SK93 7500 0000 0040 3005 1552**.

A Carissimi Nonprofit Alap a megrendelő személyes adatait csak a megrendeléssel kapcsolatban használja fel.

A nyilvántartás feltételei a www.carissimi.sk honlapon olvashatók.

Magyar–szlovák, szlovák–magyar szótár

akadályozott beszédfejlődés, fejlődési diszfázia – narušený vývin reči, vývinová dysfázia
 augmentatív és alternatív kommunikáció (AAK) – podporná a náhradná komunikácia
 autizmus spektrum zavar – porucha autistického spektra (PAS)
 egyenlő hozzáférés – rovnaký prístup
 értelmi fogyatékoság, akadályozottság – mentálne postihnutie
 európai fogyatékosági kártya – európsky preukaz pre osoby so zdravotným postihnutím
 európai parkolási kártya fogyatékosággal élő személyeknek – európsky parkovací preukaz pre osoby so zdravotným postihnutím
 fejlődési diszfázia, akadályozott beszédfejlődés – vývinová dysfázia, narušený vývin reči
 halmozott sérülés – viacnásobné postihnutie
 (a) hang kibontásának az iskolája – škola odhalenia hlasu
 jelnyelv – posunková reč
 kedvezményes bánásmód – preferenčné zaobchádzanie
 korai szűrés – včasný skrining
 (a) közoktatásról és köznevelésről szóló törvény – zákon o výchove a vzdelávaní (školský zákon)
 mozgáskorlátozottság – motorické postihnutie
 pedagógiai asszisztens – pedagogický asistent
 sajátos nevelési igény – speciálna výchovno-vzdelávacia potreba
 siketvakság – hluchoslepota
 (a) súlyos fogyatékoság anyagi kompenzálásáról szóló törvény – zákon o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia
 szakosított intézmény – specializované zariadenie
 személyi asszisztens – osobný asistent
 szorongás – úzkosť
 taktilis jelnyelv – taktilná posunková reč
 tanácsadó és megelőző központ – centrum poradenstva a prevencie
 tánc- és mozgásterápia – tanečno-pohybová terapia
 zeneterápia – muzikoterapia

centrum poradenstva a prevencie – tanácsadó és megelőző központ
 európsky parkovací preukaz pre osoby so zdravotným postihnutím – európai parkolási kártya fogyatékosággal élő személyeknek
 európsky preukaz pre osoby so zdravotným postihnutím – európai fogyatékosági kártya
 hluchoslepota – siketvakság
 mentálne postihnutie – értelmi fogyatékoság, akadályozottság
 motorické postihnutie – mozgáskorlátozottság
 muzikoterapia – zeneterápia
 narušený vývin reči, vývinová dysfázia – akadályozott beszédfejlődés, fejlődési diszfázia
 osobný asistent – személyi asszisztens
 pedagogický asistent – pedagógiai asszisztens
 podporná a náhradná komunikácia – augmentatív és alternatív kommunikáció (AAK)
 porucha autistického spektra (PAS) – autizmus spektrum zavar
 posunková reč – jelnyelv
 preferenčné zaobchádzanie – kedvezményes bánásmód
 rovnaký prístup – egyenlő hozzáférés
 škola odhalenia hlasu – a hang kibontásának az iskolája
 školský zákon (zákon o výchove a vzdelávaní) – a közoktatásról és köznevelésről szóló törvény
 specializované zariadenie – szakosított intézmény
 speciálna výchovno-vzdelávacia potreba – sajátos nevelési igény
 taktilná posunková reč – taktilis jelnyelv
 tanečno-pohybová terapia – tánc- és mozgásterápia
 úzkosť – szorongás
 včasný skrining – korai szűrés
 viacnásobné postihnutie – halmozott sérülés
 vývinová dysfázia, narušený vývin reči – fejlődési diszfázia, akadályozott beszédfejlődés
 zákon o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia – a súlyos fogyatékoság anyagi kompenzálásáról szóló törvény
 zákon o výchove a vzdelávaní (školský zákon) – a közoktatásról és köznevelésről szóló törvény

Támogatóink:

Kisebbségi Kulturális Alap

(Realizované s finančnou podporou Fondu na podporu kultúry národnostných menšín.);
 Csémi Ildikó és Szilárd, Komárom; Derencsényi Éva, Bátka; dr. Effner-Domonkos Etelka,
 Zsigárd; Füleký Éva és Pál, Pozsony; Kováčik Ilona, Rimaszombat; Szöcs Gizella és Kálmán,
 Nagykeszi; Valént Kinga, Somorja.

