

MAJOR ZSOLT BALÁZS – MÉSZÁROS KATALIN:  
FARKAS VAGY ÁLDOZAT, Edge 2000 Kiadó, Budapest, 2017.

A címben feltett kérdés a magatartási problémákkal küzdő gyermekekre vonatkozik. A gyakorlatközpontú kézikönyv segít a háttérben meghúzódó problémák felismerésében és kezelésében.

A pedagógiai munka során felmerülő problémákat nem a munka akadályainak, hanem kihívásnak kell tekinteni. Ha megérjük a nehézségek mögött meghúzódó összefüggéseket, akkor kevésbé érezzük magunkat eszköztelennek, és kevésbé lesz stresszes az oktató-nevelő munka.

Az átláthatatlannak tűnő helyzetek látható felszíne mögé kell nézni.

A zavaró probléma (pl. agresszió) általában: tünet. A tüneteket gyakran a kora gyermekkori történések okozzák. Az észlelt probléma valódi okának beazonosításával meg lehet érteni, hogy ez mit is jelent „itt és most”<sup>1</sup> A kézikönyv olyan okokra ható módszereket ismertet, amelyek alkalmazásával a tüneteket is csökkennek. Miért viselkedik egy gyerek úgy, ahogyan? Miért alakulnak ki az adott tünetek? A gyakorlatban bevált módszerek elemzése segít egy látásmód kialakításában. A gyermek a saját élettörténete okán ott és akkor nem volt képes másként cselekedni, mint ahogyan cselekedett. A pedagógusnak meg kell érteni a gyermek cselekvésének az okát.

A könyvben ismertetett módszerek a gyakorlatból indulnak ki. A működő megoldásokat elméleti információkkal magyarázzák. Arra adnak választ a szerzők, hogy egy-egy megoldás miért működik. A könyv célja az, hogy tovább gondolkodásra ösztönözzön, hogy az Olvasó a saját gyakorlatába át tudja ültetni az olvasottakat. A könyv legnagyobb erőssége, hogy minden egyes gondolathoz egy-egy olyan konkrét példa is olvasható.

A könyv a Miért-Mit-Hogyan? triászára épít.

### *Miért?*

Miért nem működik együtt egy gyerek az órán? Miért mutat magatartászavart? Ezekre a kérdésekre a Szerzők válasza: Mert nem rendelkezik stabil és bizalomteli személyiséggel, amely a korai években alakul ki. A korai élmények kiszámíthatósága és következetessége teremti meg a gyermek biztonságérzetét. Ha éhes, enni kap, és az jó neki. Ha fázik, az rossz neki. Amikor sír, a szülők megszüntetik ezt az állapotot.

Amennyiben azonban a külvilág kiszámíthatatlan, következetlen, akkor a gyermek bizalma összetörik, és feszültség keletkezik benne. A bizonytalanságot az énközpontúsága miatt úgy értékeli, hogy miatta (nem érte) van. Így kialakul a negatív énkép.

---

<sup>1</sup> 22. o.

A negatív énkép nem enged be a tudatba olyan információkat, ami ennek ellentmondana.

Továbbá olyan viselkedésre készítet, amely megerősíti a már kialakult negatív énképet.

A negatív énképpel rendelkező gyerek: nem hiszi el, hogy ügyes, de mindent megtesz, hogy bizonyítsa, hogy nem az. Mert az legalább kiszámítható. Ehhez fog ragaszkodni. Tehát ügyetlenkedni fog. Ennek a ténynek az ismerete segít a pedagógusnak abban, hogy türelmesebb legyen.

A könyv többször is hangsúlyozza, hogy ne hagyjuk, hogy a látszat elvonja a figyelmet a tartalomról. mindig meg kell próbálni a viselkedés mögé nézni. Például az agresszió mögé.

Az emberi szervezet a tartós feszültséget nem képes elviselni. (ld. káromkodás)

Az agresszív viselkedés mögött: düh, harag, kétségbeesés és belső feszültség van. Ezen érzelmek által kiváltott viselkedés reflexszerű.

A Szerzők fontos gondolata: aki erős érzelmeket él át, az abban az adott pillanatban az „nem tudhatott”<sup>2</sup> másként cselekedni.

A reflexszerű cselekedeteket az ember a későbbiekben a saját döntésének fogja tartani akkor is, ha maga nem is ért egyet ezzel (pl. egy pofon). Mivel saját döntésének tartja, ezért igyekszik megmagyarázni a döntése helyességét.

Ha egy ember cselekedetét kritizáljuk, akkor a személyiség az énvédő mechanizmusa miatt védekezni fog.

A megoldást azt jelenti, ha a tettek mögött meghúzódó érzelmeket vesszük tudomásul. Ennek egyik lehetősége, ha az agresszív személy érzelmeit kihangosítjuk. Fontos: kijelentő módban tegyük ezt. A kérdést támadásnak élheti meg, a felszólítás pedig a kommunikáció szempontjából zsákutcába vezet. Kommunikációs hidat kell kiépíteni. A könyv egy nagyon szemléletes és érthető példán keresztül mutatja be ezt a módszert egy unokáját pofonvágó nagyszülő esetén keresztül.

„Tudom, hogy megijedt, kétségbeesett és dühös volt, és haragudott az unokájára. Épp ezért beszélgessünk arról, hogy a jövőben hogyan kerülhetők el az ilyen helyzetek.”

Az első mondat képez hidat a kommunikációhoz. A második mondat pedig jelzi, hogy a tettel nem értünk egyet.

A Szerzők az áldozatok mellett az agresszorokat is segítségre szorulóknak tartják. Amíg az ember nem talál megoldást egy élethelyzetben, tehetetlennek érzi magát. Ez belső feszültséget okoz.

Az agresszív megnyilvánulások hátttere: adott élethelyzet, amelyben nem talál megoldást az adott személy. Ennek következtében tehetetlenséget érez. Emiatt belső feszültség jön létre.

---

<sup>2</sup> 34. o.

Ugyanez a mechanizmusa az áldozathelyzeteknek is.

A tehetetlenségélmény következménye:

- Az ember elveszíti **biztonságérzetét**.
- Sérül a **kontroll** érzése, hogy képes az életét a kezében tartani.
- Saját **kompetenciájában** kezd kételkedni, hogy képes lenne megoldani problémákat.
- A létrejövő szorongás kioltja az **örömet**.

## *Mit és hogyan?*

A korábbi sérülések és jelenlegi hiányok megértése az összefüggések felismerése vezethet oda, hogy a jelenlegi helyzeteket kezelni tudjuk.

A pedagógusnak az a feladata, hogy a gyermeket képessé tegye.

Az okra ható tevékenységeket kell elhelyezni egy sajátos tartalmi keretben.

A korai életkorban elveszett vagy hiányzó élményeket és szükségleteket kell szinte pótolni. A pedagógus kompetencia határain belül kell igyekezni erre. A jelenbeli szükségletek kielégíthetők. De nagyon fontos, hogy csak hosszútávon számíthatunk látványos eredményre. A Szerzők felsorolják a hiányzó alapszükségleteket, és tanácsot adnak, hogy ezeket hogyan lehet szinte pótolni a pedagógiai munka révén:

### TÜRELEM ÉS ELFOGADÁS

A problémás gyerekek és felnőttek esetében az első hiányzó alapszükséglet az irántuk való türelem és a feltétel nélküli elfogadás. Tudnunk kell, hogy bizonyos dolgokat nehezen vagy nem képesek megtenni. Tanári lehetőség: fizikai körülmények elfogadása, tiszteletben tartása<sup>3</sup>.

### KÖVETKEZETESSÉG, KISZÁMÍTHATÓSÁG

A következetesség definíciója pedagógiai szempontból:

„akkor vagyunk kiszámíthatóak, ha hasonló helyzetekben önmagunkhoz és lehetőségeinkhez képest mindig ugyanúgy reagálunk.”<sup>4</sup>

Lehetőségeinkhez képest azt jelenti: stabil normarendszerrel és belső szabályozóval rendelkezünk (utóbbi: meghatározza az esetleges szabálytól való eltéréseket).

„A jól felépített és következetesen betartott és betartatott szabályok és szokások a biztonságérzetet növelik.”<sup>5</sup>

---

<sup>3</sup> 44. o. Pl. családlátogatáskor kínálás.

<sup>4</sup> 46. o.

<sup>5</sup> 47. o.

Szabályok: hogyan kell viselkednie az egyénnek a közösségben, mi a következménye, ha megszegi. Egyértelműen előre meghatározottak.

Szokások: Mindig ugyanúgy történő események. Elősegítik az összetartozás érzését, erősíti a kiszámíthatóság-élményt. Nincs szankciója. Közösség elhatározásából születnek.

A Szerzők konkrét ötleteket is felsorolnak. (programok, rituálék)

## BIZTONSÁG

Tanári lehetőség: értő odafigyelő meghallgatás. Véleménynyilvánítás nélkül. Az elfogadás nem jelent egyetértést.

## KONTROLL

A gyermek számára a döntés lehetősége a kontroll érzését adja. Tanár lehetősége: Döntési élmény biztosítása. Ezt a pedagógus 3 módon biztosíthatja:

- Meghallgatás megajánlása. Kijelentő módban. (Ha szeretnéd, elmesélheted nekem.) Kérdést vagy felszólítást támadásnak vehetik.
- És ha igen, és ha nem-szókapcsolat.
- Önrendelkezés fejlesztése. Pl. Nem kérdés, hogy a gyerek segít-e. De az eldöntheti, hogy miben. Nem kérdése, hogy kell pulóver. De azt eldöntheti, hogy melyik. Nem dönthet mindenben (mert nem tudhat felelősséggel dönteni életkora miatt).

## KOMPETENCIA

Kompetencia: képességeink révén meg tudunk oldani egy helyzetet. Meg kell látni a gyermek viselkedése mögött, hogy mi a kompetenciája. A gyerek saját helyzetéből kell kiindulni. Meg kell látni a gyermekben lévő erőforrást, mely révén jó dolgokat tud tenni (erős gyerek cipelhet). Amikor egy gyermek átéli, hogy valamiben jó, akkor ez a tapasztalat visszaadja a kompetencia érzését.

## ÖRÖM

Az öröm a szorongás nélküli állapot jelenti. Amikor az ember a hétköznapi élethelyzetekben elért eredmények miatti elégedett. Fontos a játék, ami az

„önmagáért való öröm átélése érdekében végzett tevékenység”<sup>6</sup>

Összefoglaló gondolatok a képessé tevésről:

Ha a korai életkorban keletkezik sérülés,

„a személyiség egy része megreked a sérülés időpontjának megfelelő életkorban.”<sup>7</sup>

Olyan dinamikát kell felépíteni, amely a korai életkori sajtoságokat veszi alapul.

---

<sup>6</sup> 67. o.

<sup>7</sup> 69. o.

A negatív önképpel rendelkező diákoknak a pedagógus a „bátorítás technikájával” segíthet nagyon sokat. Ezt mondhatjuk: Ezt ügyesen megcsináltad! Ez a dicséret ugyanis az adott cselekvésre vonatkozik, ezért a gyermek negatív énképe ezt nem tudja kétségbe vonni. Ha csak azt mondja a pedagógus: Ügyes vagy, akkor az egész személyiséget érintő dicséretet a negatív énkép megcáfolja.

**A LEGFŐBB „MUKNAESZKÖZ”: A SZEMÉLYISÉGÜNK!**

A pedagógus minden tudást és módszert a saját személyiségén keresztül szűrve ad át, ezért azok hatékonyságát döntően befolyásolja a személyiségünk mindenkori állapota.

### *ÖNISMERET ÉS ÖNFEJLŐDÉS*

Az agresszív és magatartás zavaros gyerek tulajdonságai mögé be kellene látni, mivel a saját negatív önképük ezt nem engedi meg nekik. Ezt a látásmódot kialakítani segítenek a Szerzők az alábbi gyakorlat elvégzésével:

A könyv 78. oldalán található táblázatba írjuk le 10 pozitív és 10 negatív tulajdonságunkat. Majd ezeket egyenként vizsgáljuk meg, és írjuk fel az adott tulajdonságok ellenkező előjelű alternatív értelmezését. Példa: késés. Oka lehet: alapos feladatvégzés, arra törekvés, hogy ne felejtsem el egy jó új gondolatot.

### **„Változtatni lehetetlen, változni lehetséges...! – Önreflexió**

Másoktól várunk változást. A gyerektől. A változásra való felszólítás nem működik. Ha képes lenne önmagától máshogyan tenni, úgy tenne. Az emberi viselkedés egymásra épülő cselekmények láncolata, szerepek alakulnak ki, amelyek később meghatározzák a történések kimenetelét. Sémák szerint viselkedünk. Ha ebből ki akarunk lépni, nekünk kell változni. Nekünk kell kilépni a forgatókönyvből.

(Saját gondolatom: Az alcímet úgy lehetne pontosabbá tenni: Csak magadat tudod változásra felszólítani, buzdítani, ha változást akarsz.)

Viselkedés mögé látva az okokra kell reagálni. Ezt a szemléletet kell elsajátítani.

### *Attitűdök, általános készségek*

Az önfeljesztés része, hogy a pedagógus attitűdje változik. Az egyéni és szervezeti elköteleződés segíti a fejlődést.

**Az elköteleződés ötujjas modellje** az alábbiakat szimbolizálja:

*Kisujj*: biztonság, *gyűrűsujj*: elkötelezettség, *középső ujj*: tisztelet, *mutató ujj*: felelősség, *hüvelykujj*: pozitívnak lenni.

Szakmai hit lényege: az okra ható gondozásnak eredménye van.

### **A pedagógus szerepe, szerepfegyelme – „Nem ítélni!”**

Sok konfliktusnak az a forrása, hogy a szerepeket nem tisztázzák. A szerepfegyelem a normák betartását jelenti. A magatartásnak az aktuális cselekedetre, és ne a teljes személyre nézve legyen következménye.

## **Keretfüggetlenség**

A kereteken való kilépés szemléltetéséhez a 90. oldal kínál egy feladatot. A problémás helyzetekben időnként ki kell lépni a keretek közül.

## **Alázat**

A szükségletekről való lemondást jelenti, és nem a célokról való lemondást.

*Kommunikációk készségek, technikák*

## **Hitelesség és határozottság**

A Szerzők a hitelesség alatt verbális ténszerűséget értenek. A ténszerűség kiszámíthatóságot ad, ami biztonságot jelent. A határozottság a hitelességből származtatható.

## **Pontos kommunikáció**

A kommunikáció során primer szinten sérülhet a kommunikáció. (v. ö.: Mosogass el! – példamondat.)

Egy gyermek számára nagyon fontos, hogy az információkat a lehető legpontosabban adja át a pedagógus, és egyértelmű fogalmakat használjon. Rövid, egyértelmű és pontos utasításokat kell adni. Különösen fontos ez áldozattá vált gyerekek számára. Az iskola „jól kidolgozott kódolású nyelvét” egy újonnan érkező gyakran nem érti. Az utasításokat egyesével mondjuk!

## **Pozitív szemlélet és kommunikáció**

Ha egy gyerek negatívan viselkedik: a kommunikációban a mögöttes érzelmekre kell fókuszálni. Ha egy gyerek pozitívan viselkedik: emeljük ki a tettet. Pl.: Ezt ügyesen csináltad!

## **Igen, de...**

A negatív énképpel rendelkező gyerek egy mondatból, amely az „igen, de” kifejezést alkalmazza, csak a „de” utáni részt hallja. Az előtte elhangzó dicséretet nem. Ezért a Szerzők azt javasolják, hogy a pedagógus használja a következő kifejezést: „igen és ...”

## **Konfliktuskezelési stratégiák**

Kilman<sup>8</sup> modelljéről azt írják a Szerzők, hogy a dinamikus kezelés a leghatékonyabb, azaz a helyzethez mértén változó, hogy alkalmazkodó, versengő, kompromisszum kereső, elkerülő vagy problémamegoldó.

## *Dinamikus rendszerszemlélet*

A célokat és a tevékenységeket nem szabad összekeverni. A cél, hogy újra létrejöjjön az az állapot, amikor a gyerekek bíznak magukban.

## **Felismerés**

---

<sup>8</sup> 105. és 106. o.

A hiányzó élmények megjelennek a gyermekek magatartásában. A Szerzők több példán keresztül bemutatják, hogy a hiányzó élmények hogyan jelennek meg a gyerekek magatartásában. Nagyon széles a viselkedési tünetek skálája, ami arra utal, hogy a gyermek bizonyára áldozattá vált. Az egyes tünetek hátterében több ok is állhat.

## Közösségek rendszere

A Szerzők a magatartási problémákat egy rendszer részében vizsgálják. Az agresszív eseményeknek vannak agresszor, áldozat és szemlélő résztvevői. A rendszerszemlélet alapján: az agresszorok maguk korábban áldozatok voltak, és az agresszorok annyit tehetnek meg, amennyit megengednek nekik.

### *Primer, szekunder és terciér prevenció*

Az agresszió kezelésének több szintje van.

Primer prevenció: az agresszió megelőzése. Ide tartozik a családtagok és a pedagógusok támogatása is. Szekunder: enyhébb esetek kezelése. Terciér: súlyos esetek kezelése és visszaesés megelőzése. Nehézsége: a bántalmazás ténye nem minden esetben derül ki.

Minden problémás gyerek áldozat valamely szinten.

### *„Közösség és (ön)érték” – Individuálpszichológiai alapok*

Adler szerint elemi ösztöne minden embernek, hogy ugyanolyan értékesnek érezze magát, mint mások, vagy olyan értékesnek, amilyenek ő másokat gondol. Ha felborul az egyensúly, a helyreállításhoz az egyensúly modell ad útmutatást. A gyerekek viselkedése és a lelki folyamatok összefüggése:

## OK, FIGYELEM, HARC, BOSSZÚ, APÁTIA

A Szerzők konkrét tanácsokat adnak az egyes lépcsőfokokon tartózkodó gyermekek kezeléséhez. (Pl. Ha a figyelem megszerzése érdekében viselkedik feltűnően, akkor kapjon több figyelmet.) A lépcsőfokokon mindig csak egyet lehet lépni. Ha kilép az apátiából egy gyerek, akkor a társába fog belekötni (bosszú lépcsője). Ez a szemlélet segít abban, hogy egy adott agresszív helyzet esetében mind a két felet áldozatnak is tudjuk tekinteni.

### *Resztoratív szemlélet – A közösség megtartó ereje*

A közösség biztonságot jelent. A szabályok kontroll érzést adnak. A közösségben elfoglalt szerep révén kompetensnek érzi magát az ember. És joga van az örömhöz.

A resztoratív szemlélet a közösség pozitív erejére épít. Egy adott eset resztoratív megközelítése szerint egy ügyben minden résztvevőt, körülményt és tényezőt fel kell tárni. A feltáráshoz a Szerzők az élménypedagógia által használt tölcser-modell kérdéseit ajánlják:

Mi történt? Mit éreztél? Mi volt a kulcsmozzanat? Mit tennél máshogyan? Mi a tanulság?

### *„A csodák a komfortzónán kívül történnek” – Komplex technikák*

Érdemes több alternatív pedagógiai módszert ötvözni: élmény-, kooperatív- és projektpedagógia.

## Egyéb eszközök

### *Specifikus visszajelző-jutalmazó rendszer*

Egy jól felépített értékelő-visszajelző-jutalmazó rendszer segít a hiányzó élmények pótlásában, a szükségletek kielégítésében és erősíti a közösséget.

A pozitív cselekvés megerősítésére fókuszál. 7 alapelv adja a specifikusságot.

1. Igen-nem elvű visszajelző kategóriák. (pl. késés, házi)
2. Jól körülhatárolt, egyértelmű, egymástól független kategóriák. (nincs házi, de a gyerek jól viselkedik, kap pozitív visszajelzést.)
3. Azonnali adminisztráció. (jutalmaké)
4. Átlátható időtáv az jutalmazásra. (azonnali visszajelzés, de későbbi jutalom)
5. Ténylegesen motiváló erőt jelentő külső jutalom.
6. Szintek vannak, és nem rangsorok. (nemcsak az elsők kapnak elismerést, mindenki, aki elér egy meghatározott szintet)
7. Mindig legyen jutalmazott gyermek – de ne mindig csak ugyanazok.

Jó példa: lyukas garas. (blogrészlet)

### *Gamification („Játékosítás”)*

Kiindulás: mai fiatalok a számítógépes játékokon nőttek fel. Leképezni, megteremteni azokat az elemeket, amelyek azonos élmények megélését biztosítják a valóságban is, mint amelyeket a számítógépezés során megtapasztalnak.

### *Más szemmel nézve... – további tallózás a mindennapokból*

A szülőkkel való kapcsolat ápolása is segít.

A könyv végül madártávlatból további témákat érint:

- Kulturális különbségek (Amit nem tudunk, vagy értünk, azt meg kell kérdezni.)
- Gyerekszegénység, szegény családok
- Iskolakerülés
- Állami gondoskodásban élő gyerekek
- Gyógypedagógiai ízelítő



**Záró gondolataim:**

A Szerzők a fegyelmezési kérdéseket alapvetően pszichológiai oldalról közelítik meg, és elsősorban a pedagógus szerepét emelik ki a megoldásban. Széles ismeretre alapozva a gyakorlati pedagógiai munkához számtalan konkrét ötlettel szolgálnak. A gondolatmenetük követhető és olvasható. A gyakorlatból vett példák révén valódi szakmai segítséget jelentő kézikönyvet kap kezébe az olvasó. A könyvet ajánlom elolvasásra és a leírt módszereket, javaslatokat kipróbálásra.