

Tartalom

Ajánlás a magyar adaptációhoz 7

Első rész: Kommunikációs és nyelvi készségek 13

Előszó	15
I. Gesztus- és beszédértés 19	
Bevezetés	19
1. Az auditív és vizuális figyelem kialakítása	21
2. Gesztusok és egyszerű kérések megértése	28
3. Alternatívák közötti választás	33
4. Cselekvést jelentő szavakat tartalmazó kérések megértése	43
5. Jelzót tartalmazó kérések megértése	50
6. Helyhatározót tartalmazó kérések megértése	58
7. Nyelvtani elemek megértése	62
II. A nem verbális jelzések használata és a beszédprodukciónak megteremtése 65	
Bevezetés	65
1. A kommunikáció és a nyelvi fejlődés feltételeinek megteremtése	67
2. A nyelvi fejlesztés alapelvei	70
3. A nyelvi fejlődés állomásai	72
4. A nem verbális jelzések használata	76
5. A beszédprodukciónak fejlesztése	94

Második rész: Nagymozgás-készségek 111

Előszó	113
Bevezetés	115
1. A járást megalapozó készségek	117
2. Egyensúlyozás, járás, futás	142
3. Lépcsőn mászás és járás	165
4. Labdakészségek	173
5. Ugrás	179
6. Triciklizés	184

Harmadik rész: Finommozgás- és kognitív készségek 187

Előszó	189
I. Finommozgás-készségek 191	
1. Vizuális észlelés és figyelem	192
2. Szem-kéz koordináció és kézügyesség	197
II. Kognitív készségek 216	
1. Utánzás	218
2. Tárgyállandóság	220
3. Problémamegoldás	223
4. Tárgyak különböző tulajdonságainak integrációja	231
III. Rajzolás 240	

Negyedik rész: Önellátás és szociális készségek 249

Előszó	251
Bevezetés	253
1. Szocializáció és játékfejlődés	254
2. Evés és ivás	273
3. Öltözködés	284
4. Szobatisztaság	293
5. Tisztálkodás	302

APRÓ LÉPÉSEK

KORAI FEJLESZTŐ PROGRAM LASSABBAN FEJLŐDŐ GYERMEKEK ÉS SZÜLEIK SZÁMÁRA

A fordítás alapjául szolgáló eredeti kiadás:

Moira Pieterse, Robin Treloar, Sue Cairns:

SMALL STEPS

An Early Intervention Program for Children With Developmental Delays

Macquarie University, Sydney, 1989

Átdolgozta: Tar Judit, Szelényi Marianna, Juhász-Tóth Zsuzsa,

Tóth Anikó, Rosenberger Tímea, Borbély Sjoukje

Szerkesztette: Szelényi Marianna

Nagymozgás-készségek illusztrációi: Julia Tuke

Felelős szerkesztő: Hidalmási Anna

Műszaki szerkesztő: Durmits Ildikó

ISBN 963 9228 99 0

© Moira Pieterse, Robin Treloar, 1989

Hungarian translation © Pintér Boróka, Molnár Simon, 2005



WALLIS

Készült a Wallis Alapítvány támogatásával

Felelős kiadó: Korai Fejlesztő Központot Támogató Alapítvány

A könyv szerzői jogvédelem alatt áll. Egyéni tanulmányozás, kutatás, kritika vagy beszámoló céljából kötött előzetes megállapodáson kívüli mindenféle elektronikus, mechanikus vagy fénymásolással történő tárolása, sokszorosítása, rögzítése írásos engedély nélkül tilos. Kérelmeket a Macquarie Egyetemhez kell benyújtani.

APRÓ LÉPÉSEK

KORAI FEJLESZTŐ PROGRAM LASSABBAN
FEJLŐDŐ GYERMEKEK ÉS SZÜLEIK SZÁMÁRA

Budapest, 2006

Ajánlás a magyar adaptációhoz

Az 1970-es évekig a „korai fejlesztés” ritkán hallható kifejezés volt a gyógypedagógia különböző szinterein. A legtöbb értelmileg akadályozott gyermek és az őket nevelő családtagok egészen iskolakezdésig semmilyen rendszeres segítséget nem kaptak képzett szakemberektől. Az orvosi kezeléseken kívül speciális segítség leginkább a mozgásukban akadályozott kisgyermekek számára volt elérhető. Nem irányult kellő figyelem arra, hogy amennyiben a komplex segítségnyújtás elég korán megkezdődik, az értelmileg akadályozott gyermekek és családtagjaik számára is előbb nyílhat lehetőség az egymás közti adekvát kommunikáció kialakítására, egymás jelzéseinek megértésére. Ezzel olyan folyamat veheti kezdetét, mely során a gyermek kompetensnek élheti meg önmagát, ami lehetőséget teremthet az akadályozott fejlődésű gyermekekről alkotott elképzelések átfogalmazására.

Az utóbbi évtizedekben jelentős előrelépés történt ezen a téren. A 70-es évek második felétől a gyermeki fejlődéssel foglalkozó új elméletek hangsúlyozták az első évek tanulási tapasztalatainak jelentőségét, s mindez a gyógypedagógia elméletében is egyre nagyobb szerepet kapott. Az ausztráliai Macquarie Egyetem oktatóinak egy kis csoportja ezen elképzelések nyomán alakította ki *Apró lépések* című programját, az elméleti kutatások és a gyakorlati tapasztalat ötvözeteként.

Magyarországon a korai fejlesztés a 80-as években indult el, amikor a Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Tanárképző Főiskola Pszichológiai Intézetének munkatársai lehetőséget teremtettek a bevezetésére. Diagnosztikai módszereket dolgoztak ki kisgyermekek vizsgálatához, és a korai pedagógiai segítségnyújtás fontos témává vált. Ezt követően hamarosan szakkollégiumok, majd posztgraduális képzés formájában is elkezdődött a korai fejlesztés oktatása a főiskolán. Egyre több gyógypedagógus vett részt a képzésben, akik különböző intézményekben – más szakterületen dolgozó munkatársakkal együtt – kezdtek el dolgozni. Ebben az időben több bölcsőde megnyitotta kapuit az eltérően fejlődő gyermekek előtt, részben gazdasági okok, részben a Népjeléti Minisztérium bölcsődei integrációt elősegítő programja következtében. A kedvező folyamatba később egyre több óvoda is bekapcsolódott, főként az érzékszervi és mozgássérült gyermekek ellátását segítve.

A 90-es évek folyamán a korai fejlesztés szélesebb körben vált elérhetővé a rászoruló családok számára, mivel egyre több korai fejlesztő intézmény alakult, elsősorban a civil szférában. Mindemellett az 1993-as új oktatási törvény deklarálta, hogy a sérült gyermeknek a felismerés pillanatától joga van az ellátásra, és az oktatáshoz normatív hozzájárulást is biztosított az ellátó intézmények számára. A jogi szabályozás lehetőségei mellett mindmáig nehézséget jelent, hogy nem épült ki olyan országos ellátói hálózat, mely biztosítaná a családok számára, hogy a lakóhelyükhöz közel és szükségleteikhez igazítva kaphassák meg a gyermekeknek járó ellátást. Az ellátó intézmények többnyire a nagyvárosokhoz kötötten (szakértői bizottságok a

fővárosban és a megyeszékhelyeken, korai fejlesztő központok) vagy elszórtan, kisebb településeken, egy-egy elhivatott szakember vagy szülő kezdeményezése alapján működnek.

A Budapesti Korai Fejlesztő Központban 1992-ben – egyéves előkészítő munka után – kezdtük el az akadályozott fejlődésű gyermekek diagnosztizálását, és kezdettől igyekeztünk az őket nevelő családoknak segítséget nyújtani. Nemzetközi kapcsolatok alapján sikerült a korai fejlesztésben alkalmazott – akkoriban legmodernebb – szakirodalmat, fejlesztő programokat (köztük az Apró lépések programot) megismernünk, melyek nagymértékben segítettek munkánk elkezdését. Mivel fontossá vált számunkra saját tapasztalataink átadása, az elmúlt évek során rendszeresen részt vettünk a gyógypedagógiai tanárképzésben, gyakorlati terepet nyújtottunk hallgatók, szakemberek számára, továbbképzéseket szerveztünk, és publikációkat jelentettünk meg a korai fejlesztéshez kapcsolódó témakörökben. A gyógypedagógusokkal, gyógytornászokkal, pszichológusokkal és más, kapcsolódó területen dolgozó szakemberekkel (szociális munkások, bölcsődei gondozók, óvónők, asszisztensek stb.) való kapcsolattartás során gyakran megfogalmazódott, hogy mennyire kevés átfogó módszertani segédanyag vagy útmutató áll a szülők és a szakemberek rendelkezésére értelmileg akadályozott gyermekek korai fejlődésével kapcsolatban. Bár ezt a módszertani kiadványt elsősorban nem nekik szántuk, előfordulhat, hogy szülők is kézbe veszik, hiszen az ő számukra is támpontokat adhat életszervezésük megkönnyítésében (különösen az önellátásról szóló rész). Ebben az esetben csak úgy segítheti a kiadvány a gyermek-szülő-szakember kapcsolatot, ha az egyes fejezeteket közösen értelmezi szülő és szakember, a gyermek fejlődési specifikumait figyelembe véve. Egyik fejezetet sem ragadhatjuk ki a fejlődés egészének „hálójából”, és az egyes készségeket sem gyakorolhatjuk anélkül, hogy ne ismernénk helyét a többi készség rendszerében. A fejlődés dinamikusságát éppúgy szem előtt kell tartanunk, mint a fejlesztését. Fontosnak tartjuk, hogy a fejlesztés megkezdését a gyermek alapos, komplex orvosi, gyógypedagógiai és mozgásvizsgálata, fejlettségi szintjének minél pontosabb meghatározása előzze meg, és – amennyire lehetséges – legyen körülhatárolt diagnózisa. A fejlesztési diagnosztika elvét elfogadva mindezt kiegészíthetik a továbbiakban azon konkrét megfigyelési szempontok, melyeket a kiadvány kínál a szakemberek – és rajtuk keresztül a szülők – számára. Kötetünk módszertani segédanyagként használható egyrészt értelmileg akadályozott, másrészt bármely fejlődési területen megkésett, lassabban fejlődő gyermekek és családjaik megsegítésére. A velük állandó kapcsolatban álló szakemberek számára irányelveket fogalmaz meg, amelyeket egyénre szabottan ajánlunk alkalmazni, hiszen minden gyermek egyéni módon, másképpen tanul (függ a temperamentumtól, a figyelmi készségektől, az akadályozottság mértékétől, típusától, a társulási tünetektől stb.). A fejlesztés során érdemes tekintetbe venni, hogy az értelmileg akadályozott gyermekek nemcsak lassabban, hanem kevésbé egyenletes módon is fejlődnek, az egyes fejlődési szakaszok között lazább a kapcsolat, és gyakran több területet egy időben érint a fejlődés akadályozottsága. Emellett minden fejezet tartalmazza, hogy mely esetekben szükséges speciális szakemberrel való együttműködés. Reményeink szerint az anyag segítséget nyújt a szakembereknek a szülőkkel való aktív és partneri kommunikáció megvalósításához is. Annak ellenére, hogy a szöveg az eltérő fejlődésmenet különböző szinterei közül látszólag a biológiai sérülések következtében kialakult pszichomotoros funkciózavar szintjére koncentrált (egy-egy fejlődési terület készségeinek szisztematikus kialakítása, az elmaradás mértékének csökkentése által), valójában felhívja a figyelmet a szociális aspektusra is. Az akadályozottság fogalom használata közvetve kifejezi, hogy munkánk során csökkenteni szeretnénk a tartósan hátrányos

helyzet kialakulásának lehetőségét már a legkorábbi életszakaszban, a gyermeket és családját egyaránt segítve.

Az átfogó jellegű fejlesztő programok közül az ausztráliai Maquarie Egyetem *Apró lépések* programját választottuk alapul jelen munkánkhoz, mivel didaktikailag jól átgondolt, részletesen kidolgozott program, nyelvezete egyszerű, és a konkrét fejlesztési feladatokon túl jó támaszt nyújt az otthoni alkalmazáshoz. Alapkonceptiója tiszta, a gyermek jelenlegi fejlettségi szintjéről (vizsgálati eredmény) indulva követi a normál fejlődés menetét. A meghatározott készségek kialakításához pontos útmutatóval szolgál, magabiztosságot nyújtva a segítőnek. Az *Apró lépések* programot eredeti megjelenése (1989) után két évvel ismertük meg, és azóta is rendszeresen használjuk a fejlesztések során. A gyakorlatban a program előbb felsorolt előnyei bizonyos szempontból mégis kerékkötői lettek munkánknak. Az előre kitűzött célok megvalósításának igénye ellentmond annak az elvnek, amely szerint a fejlődés a gyermek és környezete közötti aktív együttműködés alapján történik. E programban a segítő irányít, miközben a gyermek személyiségét, vágyait, elképzeléseit nem veszi kellően figyelembe, és a motiváltság hiánya ellenállásba csaphat át. A magyar és az ausztrál társadalom kulturális különbözőségei, a nyelvi és szemléletbeli különbségek, az új lélektani ismeretek, valamint saját tapasztalataink és szemléletünk alapján tehát indokoltnak látnuk a program átdolgozását. A magyar adaptációhoz megkaptuk a szerzők engedélyét.

A program koncepciójában két alapvető változtatást tartottunk szükségesnek. Az egyik szempont a *szülők szerepének* újragondolása volt. A program eredetileg szülők számára készült Down-szindrómás gyermekek otthoni fejlesztéséhez. A szülő az, aki felméri a gyermeket, kitűzi a fejlesztési célokat, és tanít is egy személyben. Ennek alapján a szülő kerül terapeuta szerepbe, egy didaktikailag mereven meghatározott rendszerben. A korai fejlesztés modern szemlélete szerint a segítségnyújtás fókuszában nem a gyermek, hanem a család áll. A család szükségleteinek és lehetőségeinek, értékrendjének, kulturális szokásainak, valamint elvárásainak ismerete nélkül nem tudjuk őket hatékonyan szolgálni. Véleményünk szerint a fejlesztés szakmai felelőssége és irányítása a szakemberek feladata, de a folyamatban nélkülözhetetlen a szülők együttműködése. Célunk, hogy a fejlesztés során a szülőket megerősítsük a szülői szerepben, és ne terheljük őket a koterapeuta extra felelősségével, feladataival. Az erre vonatkozó részeket kihagytuk az eredeti szövegből. Természetesen a szülők gyakran szívesen részt vesznek gyermekük megfigyelésében és fejlesztésében az otthoni körülményeik között. Ehhez jó gyakorlati útmutatást adnak az *Apró lépések* program egyes feladataihoz kapcsolt, otthoni megfigyelésre és gyakorlásra szánt részek, valamint az önkiszolgálásról szóló teljes fejezet.

A másik szempont a *fejlesztés irányának* tudatos megváltoztatása volt. Az eredeti program egy előre kitűzött célhoz rendeli hozzá a gyermeket, míg mi próbáljuk a gyermek személyiségét, ismereteit, figyelmi állapotát tekintetbe véve kijelölni a következő tanítandó készséget. Előbbiben a fejlesztő szakember a kompetens személy, aki tudja, hogy mi a fontos a gyermek számára, mi az, amit meg kell tanulnia. Ebben a szemléletmódban a gyermek inkább a tanítás tárgya, mint aktív résztvevője. A mi megközelítésünkben azonban lényeges szempont a gyermek aktivitása, kompetenciájának erősítése.

Az újabb fejlődéslélektani kutatások megállapították, hogy a gyermekek – így az akadályozott fejlődésű gyermekek is – alapvetően kétféle módon fedezik fel a világot: egyrészt saját észlelésükön és tevékenységükön keresztül, ahogyan és amit tesznek, másrészt a környezetükben élő emberekkel való kommunikáción keresztül. Fejlesztő szakemberként feladatunk a fenti elveknek megfelelően kettős: egyrészt bátorítjuk a gyermek önállóságát, másrészt a

kommunikációs kapcsolatban biztosítjuk őt, hogy társként, együtt, közösen fedezzük fel a világot. A gyermekek születésüktől kezdve képesek kommunikálni a környezetükkel tekintettel, mozdulatokkal, gesztusokkal, hangokkal. Fontos, hogy koncentrált figyelemmel észrevegyük a gyermek kezdeményezéseit, és jó empátiás készséggel, lehetőleg közvetlenül reagáljunk ezekre. Miközben bővülnek a gyermek világról szerzett ismeretei, erősödnek szociális készségei is. Miközben választ kap kezdeményezéseire, magabiztosságot nyer, erősödik az énképe.

A gyermek önállóságát azzal segíthetjük elő, hogy elegendő teret, időt és megfelelő eszközöket biztosítsunk számára, hogy saját tevékenysége, tapasztalatai révén gyűjtsön új élményeket és tudást. Tevékenységeinek repertoárját új elemekkel bővítve elősegíthetjük a rejtett készségek kibontakozását. Ehhez szükséges, hogy érzékeny figyelemmel kövessük a gyermek érdeklődését, és ennek megfelelő, jól kiválasztott eszközöket kínáljunk fel. Az előkészített eszközökkel szükség szerint segíthetjük a gyermeket az adott tevékenység továbbfejlesztésében, de szükség esetén módosíthatunk is rajta. Amennyiben a foglalkozáson a gyermek szívesen vesz részt az új tevékenységben, akkor tanácsot adhatunk a szülőknek, hogy ez hogyan illeszthető a gyermek otthoni tevékenységei közé. Így közösen biztosíthatjuk, hogy a fejlesztő órák és az otthoni környezet ugyanazon cél felé segítsék a gyermeket. A két szempont ezen a ponton szorosan összekapcsolódik: bár a hozzánk forduló szülők gyermekük fejlődésének előrehaladását tekintik elsődlegesnek, a velük való kapcsolat során láthatóvá kell tennünk számukra, hogy ez nélkülük lehetetlen. Ha az a célunk, hogy az akadályozott fejlődésű gyermek saját lehetőségeinek megfelelően képes legyen megélni a mindennapokat, akkor olyan készségeket kell gyakorolnia vagy tanulnia, amelyekre fejlettségi szintje lehetőséget ad. Ezek a gondolatok sokszor a szülői elvárások újragondolását, átértelmezését jelenthetik. Ennél a folyamatnál éppúgy jelen kell lennünk, mint a gyermek lehetőségeinek felismerésénél, hogy a szülőket segítsük a későbbiekben az otthoni lehetőségek kihasználásában. A fejlesztő szakemberek gyermek felé fordulása és kommunikációja már önmagában segítséget jelenthet azoknak a szülőknek, akik gyakran saját jelzéseikben is tévovák, bizonytalanok. Néha azonban elég, ha ötletekkel szolgálunk, vagy nevelési helyzeteket gondolunk végig közösen. A lényeg a közös gondolkodás, amelynek súlypontjait a gyermek-szülő-szakember háromszög dinamikus kapcsolata alakítja, változtatja.

Az elmúlt 12 évben munkánk során gyakran megtapasztaltuk a kétféle fejlesztési szemlélet előnyeit és hátrányait. Szinte minden fejlesztési foglalkozáson – igencsak korlátozott időkeretek között – meg kell találnunk a finom egyensúlyt az előre megtervezett tanítás és a gyermek követése között. Úgy gondoljuk, hogy a kétféle szemlélet kombinálásával lehet leghatékonyabban dolgozni. Ennek megfelelően tekintsük az Apró lépések programban leírt feladatokat és játékokat folyamatosan bővülő példatárnak, ahová bátran lehet ötletért fordulni, de a konkrét fejlesztés során a gyermek spontán érdeklődése, aktivitása határozza meg a tennivalókat.

A tartalmi, szemléleti átdolgozás során az eredeti változatot szerkezeti felépítésében is módosítottuk:

Mivel a fejlődés egészes, összetett jellegét és a különböző fejlődési területek szoros összetartozását tartjuk szem előtt, a különálló füzetek helyett egy kötetbe foglaltuk a programot. Így megvalósulhat a részek közötti utalások közvetlen értelmezése, és elkerülhető egy-egy terület indokolatlan kiemelése a többi közül.

Szoros kapcsolódásuk miatt egy fejezetbe került a kommunikáció és nyelvi fejlődés két nagy területe, bár szerkezetük és tartalmi feldolgozásuk eltér egymáséitól.

Az ellenőrző listát és az ehhez szükséges pontozási rendszert nem vettük át az eredeti programból, merevnek, túl didaktikusnak tartjuk. Az ehhez szükséges feladatszámozást átláthatóbb, folyamatos számozásra módosítottuk az egyes készségek leírásánál.

A *Finommozgás- és kognitív készségek* rész tagolását és címszavait megváltoztattuk a könnyebb érthetőség kedvéért.

Az egyes részeket a Budapesti Korai Fejlesztő Központ munkatársai dolgozták át. Az eltérő stílus, hangvétel és megfogalmazási mód hátterében egyrészt az ő személyiségük különbözősége, másrészt az egyes fejlődési területek sajátosságai állnak. A legbővebb, és legtöbb konkrét megfogalmazást tartalmazó rész a *Nagymozgás-készségek* című, hiszen ezen a területen valósítható meg a legkevésbé a rögtönzés, itt kell a legtudatosabban megterveznünk saját mozdulatainkat, főként a legkorábbi időszakban. Azonban itt is érvényes, hogy a mozgások kivitelezésének segítése csak akkor szükséges, ha a gyermek önállóan nem kezdeményezi azokat. Az ellentétes póluson az *Önellátás és szociális készségek* részt találjuk, amely a legközvetlenebb stílust közvetíti, és amely leginkább alkalmazható a szülők számára is.

A különböző részek szerkezeti felépítése többnyire hasonló (kivéve a *Kommunikációs és nyelvi készségek* részben a Nem verbális jelzések használata és a Beszédprodukció fejezetet), bár hangsúlybeli és apróbb szerkezeti eltolódások e tekintetben is érzékelhetők: az átdolgozó személy saját előszava után az egyes készségek kialakulási sorrendben történő bemutatása következik. A készségek leírásánál a megfogalmazást követően megfigyelési szempontok, a fejlesztés irányelvei, valamint szülőknek szóló alkalmazási javaslatok olvashatóak. Egyes fejezetek útmutatást adnak a feladatok bővítésének tekintetében. A stílus különbözőségei mellett az egységes fogalomhasználatot fontosnak tartottuk, mely tükrözi szemléletünket az értelmileg akadályozott gyermekek fejlesztésére vonatkozóan.

Végezetül köszönjük Moira Pieterse támogatását, aki kezdettől fogva figyelemmel kísérte munkánkat. Nagy segítséget jelent mindnyájunk számára, hogy megkaphattuk tőle a fordítás és a magyar adaptáció jogát.

Szelényi Marianna – Dr. Gallai Mária

Első rész

**Kommunikációs
és nyelvi készségek**

Előszó

A kommunikáció fejlődése igen korán – már a méhen belüli életben – megkezdődik, a gyerekek a nyelv iránti érzékenységgel és az emberekkel való kommunikáció hajlamával jönnek a világra.

A megszületés után a kommunikációs készségek fejlődése alapvetően összekapcsolódik a szociális interakcióval, azonban mint alapvető érintkezési és megnyilvánulási forma valamennyi funkció fejlődésétől elválaszthatatlan. A fejlődés alapja kezdetben a szülő érzékeny válaszkészsége, amely követi a gyermek viselkedését, ismétli, értelmezi azt. A korai életkorban a gyermek kifejező megnyilvánulásainak megfigyeltetését napirendjének ismerete segíti.

Jóval az első szavak megjelenése előtt hangadással, tekintettel, gesztusokkal és egyéb nem verbális jelzésekkel szülő és gyermeke lassan felismeri, megérti egymás szándékait. Azonban a jelzéseknek és a nyelvnek mint jelrendszernek is csak akkor van értelme, ha a közlést, a kommunikációt szolgálja.

A fejlődésben döntő tényező, amikor a gyermek megtapasztalja, hogy viselkedésével képes befolyásolni környezetét, jelezni tudja igényét, szükségletét, illetve érzelmeit. A sikeres kommunikáció kölcsönös, dialógus jellegű, azaz a szülő folyamatosan reagálni próbál a gyermek viselkedésére. Fontos, hogy kompetens partnerként fogadja el gyermekét, hogy segítsen értelmet adni a közléseknek.

Az akadályozott fejlődésű gyermekek esetében lassabban, nehezebben, korlátozott formában alakulnak ki a kölcsönösséget segítő egyszerű, első jelzések, hiszen a külvilágról szerzett tapasztalataik feldolgozása, értelmezése, így az azokra adott reakcióik is lassabban, más módokon alakulnak ki. A szülők emiatt elbizonytalanodnak, zavartan reagálnak, nem értik gyermeküket. Fontos azonban a korai szakaszban, hogy a szülő ne veszítse el kedvét, hanem a fejlesztő szakember segítségével figyelje, ismerje meg, és utánozza a gyermek közlő jellegűnek értékelt megnyilvánulásait, valamint saját jelzéseit is a gyermek ismereteihez igazítsa. Ennek gyakorlótere a szeretetteljes családi légkör, amelyben a gondozási műveletek ismétlődő, megszokott párbeszédei válnak elsődlegessé, kezdetben főként a gyermek testi tudatosan érzékeny értelmezése során. Az akadályozott fejlődésű gyermekek esetében tudatosan kell törekednünk a beszédértés és a kifejező beszéd előkészítésére a nem verbális csatornák lehetőségeinek bővítése által, mely csatornák számukra mindig fontosak is maradnak. A szociális aspektus mellett figyelni kell a kognitív szempontokra is, amely a mi nézőpontunkból fordított: a közlés tudatossága eleinte nem a gyermek felől jön (pl. egy szándékos cselekvés a kontaktusteremtés érdekében), hanem a segítő partner előlegezi meg azt (egy véletlen mozdulat szándékosnak vélt értelmezése során). Fontos szempont tehát a gyermek aktivitása, kezdeményezése a kompetencia megélése szempontjából, amit gyakran a partner tudatosan irányít hosszabb várakozás beiktatásával. A nyelvi fejlődés nem

megfelelő alakulása gyakran egy általános fejlődési zavar tünete, megnyilvánulási formája. A nagymozgáshoz hasonlóan a nyelvi fejlődésnek is megvannak a társadalom által körülhatárolt, ismert állomásai, és az ettől való eltérés szembeötlőbb, mint például a figyelem- és játékkészség, a finommozgás, az értelmi készségek eltérő alakulása. A szülők számára a beszédértés is sokszor a „beszéd mögé bújik”, azaz kevésbé szembeötlő számukra, ha gyermekük egy kérést csak a szituációból ért, mint az, hogy még nem mondja az első szavakat. Ez a rész tartalmazza majd a nyelvelsajátítás két nagy egységét: a beszédértést és a beszédprodukciót, a nem verbális kommunikáció egyes elemeinek bevonásával. (A könyv eredeti változatához képest ez nagy szerkezeti változtatást jelentett, hiszen ott két, egymástól teljesen elkülönített fejezetben jelent meg az utóbbi két fejlődési terület.) A nem verbális fejlesztést azonban nem lehet teljesen különválasztani a nyelvelsajátítás folyamatától: átszövik, segítik is egymás fejlődését, így nem jelent majd külön szerkezeti egységet a bővebb leírásban.

A fejezet átdolgozása során a kommunikációt szülő és akadályozott fejlődésű gyermeke között zajló, összehangolt szerepcserélgetésként, érzelmek megosztásaként, párbeszéd jellegű interakcióként értelmeztük. Megpróbáltuk csak azokat a „feladatokat” meghagyni, amelyek ezt a szemléletet tükrözik, és abban is segítenek, hogyan lehet elérni a mindenki számára örömteli kommunikációs helyzeteket. Nem kiragadott, a mindennapoktól idegen helyzeteket kerestünk, hanem éppen ellenkezőleg, a hétköznapiakban rejlő lehetőségeket.

Fejlesztő munkánkba természetesen a hétköznapiak aktualitását csak úgy lehet bevonni, ha a fejlesztő szakembernek minél több tudása van erről. Ehhez bátran támaszkodhatunk a szülők részletes beszámolóira, megfigyeléseire. A kiadvány ajánlásában is hangsúlyoztuk, hogy a leírt feladatokat és játékokat példatárnak tekintjük, ahová érdemes ötletért fordulni, azonban a fejlesztő munka során a gyermek spontán érdeklődése, aktivitása, és a szülővel folytatott beszélgetések dinamikája határozza meg a tennivalókat. Ajánlatos a könnyebb áttekinthetőség kedvéért a teljes fejezetet átolvasni, így jobban követhető a feladatok dinamikája.

A *Gesztus- és beszédértés* rész fejezeteiben megtalálható készségek leírása két szálon fut: egyrészt olyan feladatok találhatók benne, amelyek inkább az otthoni élethelyzetekhez, többnyire a gondozási tevékenységekhez kapcsolódnak (főként a kisebb gyermekek esetében, ekkor a megfigyelés kerül előtérbe), másrészt olyanok, amelyek az irányítottabb fejlesztő munka elemei lehetnek (ekkor a készség kialakítása hangsúlyosabb).

A *Gesztus- és beszédértés* rész tartalma valamennyi fejezet tartalmával szoros összefüggésben van: a kifejező nyelvi készségek alapjául szolgál, ugyanakkor nagy szerepe van a szociális- és játékkészségek, az önkiszolgálás és az értelmi funkciók fejlődésében is, amit mindvégig szem előtt kell tartani. Érdemes egy-egy nagyobb egységet egészében átolvasni, hogy az összefüggések és a lépések egymásra épülése követhető legyen.

A *nem verbális jelzések használata és a beszédprodukciónak* részben jobban kettéválik a két említett terület, hiszen a lassabban fejlődő gyermekek beszéde általában jelentősen megkésett, vagy szerepét teljes mértékben a nem verbális kommunikáció veszi át. A legkorábbi hangok, hangkapcsolatok mint pl. a sírás, gagyogás és a kiabálás még nem kommunikatív értékűek, később azonban a szituációtól függően differenciálódnak, és egyéb figyelemfelhívó, felszólító jelzésekkel (pl. tiltakozás, kérés gesztusai) kiegészülve megfelelő fejlődés esetén a 9-12. hó táján már kommunikatívnak tekinthetők. Később a kijelentő jellegű gesztusok is megjelennek, amelyekkel a gyermek felhívja partnere figyelmét egy adott tárgyra vagy

eseményre, majd később kommentálja is azt (kb. 18 hónaposan). A még nem beszélő gyermekek fejlesztése a kommunikáció tágabb értelmezését igényli (pl. játék- és utánzási készség), melyekről a kötet különböző részeiben részletesebben is írunk. Itt a kommunikáció szerepét vizsgáljuk bennük, ami a fejlesztéshez jó támpontokat adhat. A beszéd kialakulásával már társalgási készségről beszélünk, amely során a gyermek aktívan vesz részt a kölcsönös nyelvi interakcióban, a szavakon keresztül jelen nem lévő dolgokra tud utalni, szimbólumokban képes gondolkodni. Nem minden akadályozott fejlődésű gyermek tanul meg beszélni, de törekednünk kell a feltételek megteremtésére, természetesen játék formájában, örömteli módon, a képességekhez mérten. A beszédprodukcióval foglalkozó rész hármass szerkezetű: a beszélő szándékán kívül a beszéd tartalmi és formai oldalát próbáljuk körvonalazni, a többi résztől eltérő felépítésben. Külön felhívjuk az olvasó figyelmét arra, hogy a különböző érzékelési területek közül ebben a részben a hallási figyelem és érzékelés kap nagyobb hangsúlyt, annak ellenére, hogy a nyelvi fejlődésben valamennyi terület nagy szerepet játszik. Ezt a súlyozást megtartottuk az eredeti változatnak megfelelően, mert a szerkezeti felépítésbe ez az elgondolás jól beilleszthető. A látási érzékelés jelentőségéről a finommozgás- és kognitív készségek részben lesz szó bővebben.

A fentieket megelőzően azonban különös figyelmet kell fordítanunk a kommunikációra irányuló fejlesztés feltételeinek megteremtésére. Olyan általános irányelvek ezek, melyekben nincs semmi rendkívüli, amelyeket minden segítő szakember gyakorol is munkája során. Talán mégsem hiábavaló megfogalmazásuk, újbóli átgondolásuk, hogy a szülőknek is közvetíteni tudjuk azokat.

Tar Judit, Szelényi Marianna

I. GESZTUS- ÉS BESZÉDÉRTÉS

Bevezetés

A gesztus- és beszédértés segítségével értjük meg mások kommunikációját, közlését. A nyelvi jelzések felismerése és megkülönböztetése nagymértékben segíti ezt a folyamatot. Akkor használjuk ezeket a készségeket, amikor a kommunikáció során partnerünket meghallgatjuk, majd a kölcsönös kommunikációs helyzetet fenntartva a szituációnak megfelelően cselekszünk, azaz jelezzük beszélgető partnerünk számára, hogy értjük, illetve nem értjük közlését. A beszélő így rögtön visszajelzést kap közléséről, és a válasz milyenségétől függően folytatja, illetve módosítja beszédét.

Mire kell különösen odafigyelnünk a gesztus- és beszédértés tanításakor? A gesztus- és beszédértést a gyermek teljes kommunikációs programjának részeként kell tekintenünk. A gyermeknek értenie kell a szavak és gesztusok jelentését, mielőtt maga is használni kezdi őket. Amikor a gesztus- és beszédértés-gyakorlatokhoz gesztusokat, szavakat, kifejezéseket választunk, figyelembe kell venni, mi az, amiről a gyermek kommunikálni szeretne, vagy kommunikálnia kell, most és a jövőben. Fontos szempont, hogy a gyermek hamar ráérezzen, hogy jelzéseivel önmaga is képes befolyásolni a körülötte lévő világot, ezáltal nemcsak kommunikációja, hanem személyisége is fejlődik.

A figyelem minden gesztus- és beszédértés-készséghez alapvetően fontos. Mindig fontos meggyőződni arról, hogy a gyermek a kommunikáló partnerére figyel-e. Viselkedését akkor tudjuk kommunikatívnak értékelni, ha egyértelműen a partneréhez igazodik: ránéz, vagy hozzá fordulva hallgatja. Amikor a gyermek figyel, üsztán, érthetően és a lehető legegyszerűbben fogalmazva érdemes beszélni hozzá. Kéréseink megfogalmazásakor egyszerű tömondatokat használjunk. Kezdetben a beszédértést nagyban segítük a nyelv egyéb elemei, a hangsúly, hangerő, hanglejtés és a beszédszituáció. Természetes, hogy hosszú távon azt szeretnénk elérni, hogy a gyermek akkor is megértse azt, amit mondunk, ha éppen a szobában szaladgál, vagy amikor sokan veszik körül. Ahhoz, hogy ezt elérjük, a gyermeknek előbb olyankor kell a mondanivalónkra figyelnie, amikor a körülmények a lehető legkevésbé terelik el a figyelmét, amikor érthetően beszélünk hozzá, és amikor teljes figyelmünket rá irányítjuk.

Azt gondoljuk, hogy a fenti megállapítások elsősorban az értelmi fejlődésükben akadályozott gyermekek kommunikációs fejlesztésére vonatkoznak. Amennyiben a fejlesztett gyermek érzékszervi- vagy mozgássérült, illetve viselkedészavarokkal küzd, speciális megsegítést igényel (l. ajánlás). A sorozatban szereplő feladatokon változtatni kell úgy, ahogyan azt a körülmények megkívánják. Mindenképpen érdemes ilyenkor a megfelelő szakemberrel konzultálni, akinek segítségével meg lehet állapítani az egyes tevékenységek legfontosabb

célkitűzéseit, hogyan lehet még apróbb lépésekre lebontani egyes készségek elsajátítását, hogyan lehet megtalálni a megfelelő speciális eszközöket és módszereket.

A programban szereplő sorozatok a következők:

1. Az auditív és vizuális figyelem kialakítása
2. Gesztusok és egyszerű kérések megértése
3. Alternatívák közötti választás: tárgyak és képek megkülönböztetése
4. Cselekvést jelentő szavakat tartalmazó kérések megértése
5. Jelzőket tartalmazó kérések megértése
6. Helyhatározót tartalmazó kérések megértése
7. Nyelvtani elemek megértése

1. Az auditív és vizuális figyelem kialakítása

A sorozat készségei minden fejlődési területhez elengedhetetlenül fontosak. Ha a gyermek képes figyelmét ráirányítva meglátni és meghallgatni más személyeket, akkor fejlődni is fog általuk. Tanításukhoz nem szükséges semmilyen fejlesztési módszer, a fejlesztő szakember feladata, hogy a szülőknek megmutassa és tudatosítsa bennük, hogyan segíthetik természetes gondoskodásukkal ezeknek a készségeknek a fejlődését az otthoni tevékenységek során. Valójában nem is lehet szétválasztani ezeket a készségeket a mindennapoktól, a játéktól és a ház körüli tevékenységektől. A figyelem felkeltése, fenntartása, irányítása lényegében mindig jelen van, amikor gyermekkel foglalkozunk.

Különösen a fiatal csecsemők esetében kapcsolódik szorosan össze a figyelem és a szocializáció. Ha a gyermek már képes szemkontaktust teremteni, és odafigyelünk arra, hogyan fejlődik általában a gyermekek kifejező nyelvi és kommunikációs készsége, a lehető legjobban ki lehet használni a gyermekkel töltött időt.

Az itt szereplő készségek többségét a gyermekek életük első 12 hónapjában tanulják meg, tájékoztatásul megadtuk az ép gyermekekre vonatkozó aktuális időhatárokat is. Természetesen az elmaradás ténye miatt az időpontok mások lesznek sérült gyermek esetében, de a készség fejlődésének sorrendisége nem változik.

0-tól 3 hónaposig

1. Hangra összerezzen, vagy viselkedése változtatásával reagál.
2. Beszédhangra összerezzen, vagy viselkedése változtatásával reagál.
3. Egy pillanatig arcra néz.
4. Arcra irányultságot tart fenn (a beszélő szemét és száját figyeli).
5. Környezetét figyeli, egyik tárgyról a másikra néz.

3-tól 6 hónaposig

6. Szemével keresi a hangot.
7. Hang felé fordul (szemével és fejével lokalizálja).
8. Beszédhang felé fordul (szemével és fejével lokalizálja).

6-tól 9 hónaposig

9. Zenét hallva tevékenységét rövid ideig abbahagyja.
10. Képeskönyvet nézve egyszerű tárgyképet rövid ideig nézeget.
11. Barátságos vagy mérges beszédhangokra felfigyel, arckifejezését megváltoztatja.

9-től 12 hónaposig

12. Hosszabb ideig képes a beszélőre figyelni.
13. Ritmikus zenére kéz- és testmozdulatokkal reagál (a zene ütemének megfelelően).

1.1. Hangra összeressen, vagy viselkedése változtatásával reagál

A készséget fejlődési mérföldkönek tekintjük, kialakulása nem igényel speciális tanítást. A kezdetektől fogva különféle hangokat, környezeti zajokat szölkaltathatunk meg a gyermek közelében, ezáltal megmutathatjuk neki az őt körülvevő világot. Ha a gyermek az első pár hét elteltével sem mutatja jelét annak, hogy hangokat hall, javasoljunk hallásvizsgálatot.

Figyeljük meg a gyermek viselkedését, mikor teljesen ébren van, és a hátán fekszik: rázzunk meg egy közepes vagy mély hangfekvésű csengőt vagy egy csörgőt a közelében úgy, hogy ne láthassa. Többször is próbálkozhatunk, fontos azonban, hogy mindig megfelelő időt hagyjunk két megszölkaltatás között. A megszölkaltatás ne sok egymás utáni rövid hanghatás legyen, hanem határozott, egyszeri, folyamatos hang.

A gyermek többféle módon jelezheti, hogy tudomást vett a hangról, pl. úgy, hogy pislog, testét kissé megmerevíti, vagy testmozgásán változtat. Lehet, hogy elkezd sírni, vagy ha azelőtt sírt, most abbahagyja.

Megfigyelhetjük azt is, hogyan reagál, amikor a telefon cseng, vagy az ajtó becsapódik.

1.2. Beszédhangra összeressen, vagy viselkedése változtatásával reagál

A csecsemők általában valamivel később kezdenek a beszédhangra figyelni, mint más hangokra, bár ez nincs minden esetben így.

Általában ennél a készségnél sincs szükség külön tanításra, azonban általános elv, hogy a gyermekhez születésétől kezdve a lehető legtöbbet kell beszélni. Néhány szölkőnek ez természetes, más szölkőknek azonban nem megy ilyen könnyen, különösen az első hetekben, amikor a gyermek még nem mosolyog vissza, nem figyel oda, ha beszélnek hozzá.

Olyan időponthan **figyeljük meg**, amikor a gyermek a hátán fekszik, és néhány pillanatra minden csöndes. Szölkítsuk a nevéen, először egyik oldaláról, majd a másíkról. Figyeljük meg, hogy bekövetkezik-e a fent leírt reakciók közül valamelyik a gyermek viselkedésében.

A vizsgálati helyzetnél természetesebb, ha a szölkőt kérjük arra, hogy ezt otthon is próbálja meg különböző helyzetekben. Amikor belép a gyermek szobájába, és a kiságya felé közeledik, már azelőtt nevéen szölkíthatja, mielőtt még a gyermek meglátná.

1.3. Egy pillanatig arcra néz

Ugyanezt az elemet az Önellátás és szociális készségek sorozatban is megtalálhatjuk. Azért szerepel mindkét listán, mert az arc figyelése az önellátás és a szociális készségek, valamint a gesztus- és beszédértés fejlődése szempontjából egyaránt nagyon fontos. Valójában a két terület fejlődése szorosan összekapcsolódik az élet első évében, és nagyrészt azután is.

Az arc (eleinte leginkább az anyáé) nézése a szemkontaktus kialakításához vezető első lépés – nélkülözhetetlen a szocializációhoz, a figyelemhez és a tanuláshoz. Legjobban beszéddel és mosolygással ösztönözhetjük a gyermeket arra, hogy ránk nézzen, ezt pedig a születés pillanatától el lehet kezdeni.

Beszélgünk a gyermekhez, mosolyogunk rá, és közben **figyeljük meg** a tekintetét. A készség kialakult, ha egy-két másodpercig arcra figyel, azonban nem kell feltétlenül a szembe néznie.

Ha szükséges, **segíthetünk** úgy, hogy távolítsuk és közelítsük, esetleg a gyermek arcához érintjük arcunkat. Végigvezethetjük kezét arcunkon, közben gyengéden beszéljünk hozzá. Fontos, hogy a gyermek számára érdekessé tegyük arcunkat.

1.4. Arcra irányultságot fenntart (a beszélő szemét és száját figyeli)

A gyermek pillantásával most már nemcsak megkeresi az arcunkat, hanem folyamatosan a szemünkbe néz, és figyeli a szánkat, amikor beszélünk hozzá. Biztathatjuk is erre, ha röpke szemkontaktusait mosollyal és még több beszéddel megjutalmazzuk. Fontos, hogy ekkor adjunk bőven időt a gyermeknek, hogy megtaláljon bennünket. Valószínű, hogy egy interakció alatt többször elveszti a szemkontaktust, majd újra megtalálja.

Figyeljük meg a gyermeket, folyamatosan beszélve hozzá, és biztassuk, hogy nézzen ránk. Várjuk meg, amíg folyamatosan nézi szemünket, szánkat. Az otthon végzett gondozási helyzetek nagyon jó alapot adnak e készség színesítésére, játékosabbá tételére, amely az első egyszerű szociális játékok alapját is képezheti.

1.5. Környezetét figyeli, egyik tárgyról a másikra néz

Az újszülöttnak az arc a legérdekesebb „dolog”, amit nézni lehet, és amit vizuálisan észlelni képes. Ahogy növekszik, egyre inkább figyel a körülette lévő tárgyakra is. Kezdeti, látszólag fókuszátlan tekintetét fel-felváltják olyan időszakok, amikor tisztán láthatóan egy tárgyról egy másik tárgyra néz, először talán az ablakra, majd arról az ágya felett függő képre.

A gyermek tekintete nem mindig szándékosan irányított, ezért olyan időszakban **figyeljük meg**, amikor a legéberebb. Kísérletezhetünk a különböző távolságokkal. Először a szemétől körülbelül 30 cm-es távolságra helyezzünk tárgyakat. Hasznosak lehetnek azok a tárgyak, melyek kellemes hangot adnak, például a szélharang, vagy más mozgó dolgok, pl. a szellő által lebegtetett függöny.

A tárgyak mellett az arcok továbbra is jelentős vonzerőt jelentenek. Ezt kihasználva meg lehet figyelni azt is, hogy észreveszi-e már mindkét szülő arcát pelenkázás, fürdetés közben, ill. váltogatja-e tekintetét egyikről a másikra.

1.6. Szemével keresi a hangot

Hirtelen vagy hangos zajok hallatán a gyermek először összerезzen. A fejlődés harmadik hónapja körül úgy kezd el keresni a hang forrását, hogy körülnéz. Idővel majd gyorsan és pontosan meg tudja határozni a hang forrásának helyét, ennél a készségnél azonban arra vagyunk kíváncsiak, hogy megkísérli-e a hangforrást megtalálni, függetlenül a sikertől.

Figyeljük meg a gyermeket, mikor a hátán fekszik: egyik oldalán rázzuk meg a csengőt úgy, hogy ne lássa. Ha a gyermek szemét (vagy a fejét) mozgatja, akkor hallja a csengőt vagy a csörgőt. Nem fontos, hogy a hang forrásának irányába mozduljon. Bár az előbb csengőről és csörgőről volt szó, az emberi hangok továbbra is fontosak a gyermek számára. Figyeljük meg, hogy emberi hangra körülnéz-e, keres-e bennünket.

Hogyan segítsünk?

Ha a gyermek nem keresi a csengőt vagy a csörgőt, hozzuk ezeket a látóterébe, bíztassuk, hogy nézzze, amikor megrázzuk, majd ismét távolítsuk el. Ha a hangadó személyt sem keresi, hajoljunk hozzá közelebb, és mosolyogjunk, ha meglátott, majd lassan távolodjunk el ismét.

Gondoskodjunk róla, hogy minden próbálkozása legyen sikeres, végül mindig megtalálja a zajt keltő tárgyat, vagy a személyt, aki beszél hozzá.

1.7. Hang felé fordul (szemével és fejével lokalizálja)

1.8. Beszédhang felé fordul (szemével és fejével lokalizálja)

Ezek a készségek közvetlenül azt bővítik, amikor a gyermek egy hang forrását kereste anélkül, hogy feltétlenül megtalálta volna. A gyermek most már céltudatosabban és pontosabban lokalizálja egy hang vagy beszédhang forrását. Ha feje jól meg van támasztva, a hang irányába fordul, még akkor is, ha ez látóterén kívül esik.

Azok a gyermekek, akiket jobban érdekelnek a beszédhangok, mint más zajok, valószínűleg előbb fordulnak a beszédhang irányába, mint a csengő vagy csörgő hangjának irányába. Nem fontos, hogy milyen sorrendben tanítjuk meg ezt a két készséget, foglalkozhatunk velük akár egy időben is.

Figyeljük meg a gyermeket különböző hangok megszólaltatása során. Saját hangunkat, és a csörgő vagy csengő hangját egyaránt használhatjuk, bármelyik sorrendben. Ha elfordítja szemét és fejét, és megtalálja a csengőt, a csörgőt vagy a személyt, egyszerű dolgunk van, a készség kialakult.

Hogyan segítsünk?

Ha a gyermek nem fordul felénk, helyezzük kezünket fejének túlsó oldalára, és gyengéden fordítsuk magunk felé, miközben a nevén szólogatjuk. Amikor megtalál, széles mosollyal és dicsérettel jutalmazzuk.

Legközelebb már csak finomabb érintéssel segítsük. Egy idő után érezni fogjuk, hogy magától próbálja a fejét mozgatni. Csak annyit segítsünk neki, amennyit szükségesnek érzünk, ne többet. Sok gyermeknek könnyebb az egyik irányba fordulni, mint a másikba, ezt is érdemes figyelembe vennünk, a gyengébb oldalt is erősítve.

Más zajokkal is kísérletezhetünk. Morzsolhatunk celofánt, összenyomhatunk csipogó játékokat vagy megcsörgethetünk kulcsosomót – próbáljunk ki bármit, ami kéznél van. Fokozhatjuk érdeklődését, ha ilyenkor beszélünk neki ezekről a dolgokról. Habár szavainkat még nem érti meg teljesen, kifejlődik benne az a tudat, hogy egy esemény folytán élményeinket megosztjuk vele, mégpedig beszéddel.

1.9. Zenét hallva tevékenységét rövid ideig abbahagyja

A mindennapi élet hangjainak fontos eleme a zene. A gyermekek már igen kis korban képesek figyelmüket a lüktető, ritmusos zenére összpontosítani. A zenét bekapcsolva

figyeljük meg, változik-e a gyermek viselkedése, tevékenysége. Kezdetben **segíthetünk** neki úgy, hogy felhívjuk figyelmét arra, hogy valami történni fog. Később egyre inkább csökkentsük aktivitásunkat.

1.10. Képeskönyvet nézegetve egyszerű tárgyképet rövid ideig nézeget

Ez a készség remek lehetőség a közös játék és a beszélgetés alapjainak a megteremtésére.

Figyeljük meg a gyermeket, miközben ölbe vesszük, és az egy oldalon egy képet tartalmazó képeskönyv egyszerű tárgyképéről mesélünk neki. Próbáljunk meg minél egyszerűbben és dallamosabban beszélni. Teremtsünk lehetőséget a szemkontaktus felvételére, és arra is, hogy az általunk mutatott képet nézve figyelme egyszer legalább egy percig tartson.

Hogyan segítsünk?

A figyelem hiánya gyakran abban nyilvánul meg, hogy a gyermek nem teremt velünk szemkontaktust, nem nézi a képet, vagy futólag tekint csak ránk és/vagy a tárgyra.

Először arra törekedjünk, hogy velünk kerüljön szemkontaktusba, a képet hagyjuk későbbre. Legelőször mondjuk a gyermek nevét, majd várjunk, hogy figyel-e. Ha nem figyel, szólítsuk ismét a nevén, és gyengéden fordítsuk magunk felé a fejét, míg végül szemkontaktusba kerülünk vele. Ezután ismét beszéljünk hozzá, és simogassuk meg az arcát, hogy reakcióját megjutalmazzuk.

Hogyan vegyük rá a gyermeket, hogy ránk nézzon? A megoldást gyakran a színészi érzék jelenti – a szobában lévő minden egyébnél fontosabbnak kell mutatnunk magunkat, és játék segítségével a képet. Leglelkesebb reakciónkat tartogassuk akkorra, amikor a gyermek ránk néz.

A gyermeknek meg kell tanulnia, hogy jó élmény a tekintetváltás, és utána csupa izgalmas dolog történhet. Néha a lendületes biztatás nem elég. Ha ily módon nem jutunk előbbre, más módszerekkel is próbálkozhatunk.

1. *Csendes szobában foglalkozzunk gyermekkel.* A halk, nyugodt beszéd szintén nagyon hatásos lehet egyes gyermekek esetében. Ha ez beválik, fokozatosan kezdjünk figyelemelterelő eszközöket bevezetni.
2. *Kövessük a gyermeket.* Ha a gyermek már aktívan játszik, ülünk mellé, és kapcsolódjunk be a játékába. Majd kezdjünk el arról beszélni neki, amit csinál. Próbáljuk meg megfogalmazni érzéseit, gondolatait. Segítsünk neki a játékban anélkül, hogy átv vennénk a kezdeményezést.

1.11. Barátságos vagy mérges beszédhangokra felfigyel, arckifejezését megváltoztatja

A gyermek arckifejezése az eltérő hanghordozás hatására megváltozik, például amikor mérges hangot hall, elcsendesedik, a beszélő arcát nézi, és ijedtnek látszik, ha pedig barátságos hangot hall, mosolyog.

A mindennapok során **figyeljük meg** a gyermek reakcióját, amikor természetes helyzetben egy ismerős személy egyszer mérges, máskor barátságos hangon beszél. Azt is megfigyelhetjük, hogy a gyermek észreveszi-e, ill. tulajdonít-e jelentőséget az ismerős felnőttek hangszínváltozásainak? A hangerő, hanglejtés, hanghordozás olyan nyelvi elemek, amelyek a korai években nagyban segítik a beszédmegértést. Természetesen a szülő aktív beszámolójára támaszkodunk.

Hogyan segítsük?

Az egyszerű mesékben és mondókákban, ahol csak lehet, változtassuk hangszínünket. Hangunkkal és arckifejezésünkkel egyaránt közvetítjük a gyermek számára az érzelmi hangvételt, és azt is megfigyelhetjük, hogy a gyermek mutatja-e valami jelét annak, hogy próbál bennünket utánozni. Sokáig még nem érti a versek, mesék jelentését, de az érzelmekben gazdag hanghordozással segítjük beszédfejlődését. Jó példa az „Egyszer volt egy kemence” című ének, de magunk is kitalálhatunk hasonlókat.

1.12. Hosszabb ideig képes a beszélőre figyelni

A gyermek már nemcsak pillanatokra képes figyelni a beszélőre irányítani, hanem hosszasan csüng a beszélő száján, arcán. Természetesen ekkor is előfordul, hogy tekintete el-elkalandozik, de érdekes hangutánzó szavakra, bizonyos hanglejtésre azonnal a beszélőre figyel.

Ez az időszak szinte magától kínálja az egyszerű mondókák, dalok hangoztatását. A ritmusos, lüktető és mindig ugyanúgy énekelt, mondott és eljátszott dalok speciálisan a kisgyermek fogékonyságához alkalmazkodnak.

1.13. Ritmikus zenére kéz- és testmozdulatokkal reagál (a zene ütemének megfelelően)

Korábban azt figyeltük meg, hogyan változik meg a gyermek viselkedése a zene hallgatása során. Most sokkal inkább azt nézzük, hogy képes-e a zene összetettebb elemeire figyelni, a dal ritmusa, érzelmi világa hogyan jut el a hallgatójához.

A hétköznapi közös zenehallgatásai során érdemes a gyermeket ölbe, kézbe venni, a zenére ringatni, ugráltatni.

A fejezet zárásaként a mesélés fontosságát szeretnénk bemutatni. A 18 hónapostól 2 évesig terjedő fejlődési időszakban a gyermektől már elvárható, hogy egy rövid történetet figyelmesen végig tudjon hallgatni. Olyan mesét válasszunk, ahol a könyvben öt-hat kép szerepel (általában dupla oldalanként egy), és egy vagy két mondat kíséri minden képet. Fontos, hogy kezdetben olyan könyvet válasszunk, amely történeteket beszél el, nem lazán összefüggő képeket tartalmazó könyvet (pl. Kis maci egy napja, Tardos–Kálló–Kovács: A baba első lexikonja. Móra, 1979.)

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Hívjuk fel a szülők figyelmét arra, hogy a meseolvasás rendszeres napi program lehet, elalvás előtt, közös pihenéskor.

A legtöbb gyermeknek vannak kedvenc meséi, amiket újra és újra hallani szeretne. Kezdetben érdemes olyan könyvet keresni, melyben egy kisgyerek a rendes napi tevékenységeket végzi sorban, és úgy beszéljünk a képekről, hogy hozzuk őket összefüggésbe a gyermek saját élményeivel a nap folyamán. Az első mesekönyveket nagyon gondosan válasszuk ki; minden eseményhez legyen egy kép, és az események és a szavak a gyermek számára ismerősek legyenek. Biztathatjuk a szülőket, hogy a családi fotókból készítsék el gyermekük saját történetét.

Mielőtt hosszabb történeteket kezdenénk mesélni, előbb meséljünk a gyermeknek két-három rövid történetet. Ha figyelme a mese alatt elkalandozik, hanghordozásunkkal vagy beszédünk tempójának megváltoztatásával próbáljuk figyelmét újra felkelteni, vagy tegyünk fel neki egyszerű kérdéseket („Látod a ...-t?”), de saját megjegyzéseinket is hozzáfűzhetjük a történethez. Később az olvasott mesével kapcsolatban beszélgetést is kezdeményezhetünk, így visszajelzést is kapunk arról, hogy a gyermek mit értett meg a történetből.

2. Gesztusok és egyszerű kérések megértése

Ebben a sorozatban a gyermek a hallási figyelem készségeinek segítségével megtanul egyszerű kéréseket követni. Először megtanul szavakra és gesztusokra, majd kizárólag szavakra reagálni.

Az elsődleges cél, hogy a gyermek a szavak és a tárgyak, valamint a szavak és a cselekvések közti kapcsolatot megértse. Az átlagos fejlődés során ezeket a készségeket a gyermek általában az élet első 18 hónapjában vagy a körül sajátítja el.

Lássuk tehát a sorozatban szereplő készségeket.

6-tól 9 hónapig

1. Felnőtt arckifejezésére reagálva arckifejezését változtatja.
2. Gesztusokkal kísért egyszerű kéréseket megért.

9-től 12 hónapig

3. Saját neve hallatán odafordul.
4. Tiltást megért.
5. Szóbeli kérésre integet vagy tapsol.
6. Kérésre ismerős tárgyat megkeres.
7. Kérésre családtagokat megkeres.

12-től 15 hónapig

8. Kérésre átad egy tárgyat a beszélőnek.
9. Megnevezett tárgyra rámutat.

15-től 18 hónapig

10. Egy egyszerű, két vagy három szóból álló kérést teljesít.
11. Három egyszerű, két vagy három szóból álló kérést teljesít.
12. Ismert tárgyat kérésre áthoz a másik szobából.

2.1. Felnőtt arckifejezésére reagálva arckifejezését változtatja

Mivel a csecsemő környezetében az arcok a legfontosabb „tárgyak”, általában az arckifejezésekre figyel fel legelőször. Kezdetben saját arckifejezésének megváltoztatásával vesszük észre, hogy figyel, később szándékosan igyekszik utánozni azt az arckifejezést, amit lát.

Amikor ránk figyel, változtassuk meg arckifejezésünket, például semlegesről vidámra vagy semlegesről „mérgekre”, és **figyeljük meg**, hogy mimikája megváltozik-e. Kísérletezhetünk más arckifejezésekkel is, mint a nyitott szájjal csodálkozás vagy grimaszolás.

Biztassuk a szülőket, hogy otthon tükör előtt kezdeményezzenek hasonló játékokat, akár mondókák dramatizálásával.

2.2. Gesztusokkal kísért egyszerű kéréseket megért

Sok szó jelentését megtaníthatjuk a gyermeknek, ha gesztusokkal párosítjuk őket. Ha kinyújtjuk a kezünket, amikor azt mondjuk, hogy „Kérem!”, vagy integetünk a „Pápá” elhangzása közben, azt készítjük elő, hogy a gyermek később a mozdulattól függetlenül is reagáljon a szavakra.

Válasszunk ki néhány egyszerű kérést, melyek a gyermeket kommunikációs készségeinek gyakorlásában segítenék. Javasoljuk, hogy szerepeljen közöttük egy tárgy odaadása, integetés és tapsolás, kérés. Kezdetben fizikai segítséget is adjunk, de fokozatosan egyre kevesebbet, próbáljuk meg kívánni a gyermek reakcióit a szó és a gesztus hatására.

2.3. Saját neve hallatán odafordul

Ennek a készségnek a megtanulása során a gyermek az őt körülvevő sokféle hangból képes felismerni egy konkrét hangsort, azt, ami őrá utal, és odafordulással reagál is rá. Nincs szükség külön útmutatásra, hiszen a nap folyamán számos lehetőség adódhat a gyakorlásra.

2.4. Tiltást megért

Ha a gyermek még nem változtat aktívan helyet (forgás, kúszás, mászás), és még nem küzd dolgokért, akkor ez a helyzet még kevésbé aktuális. A készség kialakult, ha a gyermek tiltásra addigi viselkedését megváltoztatja: abbahagyja tevékenységét, vagy pillanatnyi megtorpanás után folytatja azt, miközben figyeli a felnőtt reakcióját.

Hogyan segítsünk?

A „nem” szónak megvan a maga szerepe, de ha túl gyakran használjuk, elveszíti jelentőségét. Öncélúan, a természetes helyzetekből kiemelve a gyakorlás értelmét veszti, így érdemes a szülőkkel megbeszélni ezeket a szempontokat. Fontos, hogy következetesen, főként a gyermek vagy más személy épségét veszélyeztető helyzetekben, határozott, de nyugodt hanglejtéssel használjuk. A hanghordozás kezdetben fontosabb a tiltás tartalmánál, amit gesztussal tovább erősíthetünk. Előfordul, hogy maga a gesztus, és annak ismételése elvonja a figyelmet a tiltott tevékenységről. A határozott, rövid hangsort (pl. „nem szabad”) cselekvéssel is megerősíthetjük, pl. elvisszük a gyermeket a veszélyforrástól, és más, számára is érdekes játékkal eltereljük a figyelmét. Ha nem veszélyes számára a tiltott tevékenység, megkérhetjük, hogy pl. pakolja vissza velünk együtt a könyvet a polcra, így megtapasztalja a következményt is.

Előfordulhat, hogy a lakás berendezését átmenetileg a gyermek aktivitásához kell igazítani.

2.5. Szóbeli kérésre integet vagy tapsol

Igyekezünk olyan helyzetet találni, amikor a tapsolás, integetés jelentőséggel bír. Nem tartjuk szerencsésnek azt, ha a gyermekkel szemben leülve minden erőnkkel tapsolásra készítjük, az adott helyzettől függetlenül. Kezdetben a közös mondókázás öröme, a játék sikere (pl. toronyépítés), a búcsúzkodás hangulata segíthet.

Később, amikor a gyermek szóbeli kérését is megért, az igazi jutalom az, ha mi is bekapcsolódunk a már megkezdett cselekvésbe.

2.6. Kérésre ismerős tárgyat megkeres

A gyermek a mindennapokban használt tárgyak nevét sok helyzetben hallja. Ilyen tárgy lehet például a pohár, cipő, sapka, hinta, könyv, labda stb.

Válasszunk ki a gyermek számára ismerős tárgyat, olyat, amelyet szeret. Különböző helyzetekben nevezzük meg a számára érdekes tárgyat. Kendő alá el is rejthetjük, megvárhatjuk, míg megtalálja, majd nevén nevezzük a tárgyat. A „Hol van a...?” jellegű kérdések segíthetnek.

Gondozási helyzetekben a szülőknek számos lehetősége van ennek a készségnek a gyakorlására, pl. öltöztetés során a rendszeresen használt ruhadarabokat kérhetik a gyermektől.

2.7. Kérésre családtagokat megkeres

Ennek a készségnek a gyakorlása számos játék lehetőségét rejti. Jó helyzet, ha az egész család jelen van, vagy várnak egy családtagot, közeli barátot. A szülők háziállatokat is bevonhatnak a játékba, pl. visznek neki ételt, és előtte meg kell keresni a kertben.

Ha a gyermek sikeresen tudja ezt a játékot játszani, azt jelzi, hogy szavakat ismerős személyekkel összekapcsol, és ki tudja választani a körülötte lévő személyek közül azt, akinek a nevét hallja. Ha a gyermek nem keresi meg a megnevezett személyt, kérjük, hogy az illető szóljon hozzá („Én vagyok a Nagyi!”), vagy rámutatással hívjuk fel rá a figyelmét („Nézd, ott van apa!”).

2.8. Kérésre átad egy tárgyat a beszélőnek

Sok gyermek reagál úgy az „Kérem” szóra, hogy a tárgyat felénk nyújtja, azonban még nem képes odaadni. Ez a „megmutatás” is kommunikatív értékű, azonban a gyermek még jobban ragaszkodik a tárgyhoz, minthogy rövid időre is megváljon tőle. Fel kell ismernie, hogy egy tárgy átadása egy örömteli, kétoldalú játék része is lehet, és nem jelenti feltétlenül azt, hogy egy értékes kincset akarnak tőle elvenni.

A kérem-tesék játékot felváltva játsszuk, beszéddel kísérve: „Én adom neked, most te add nekem.”

Hogyan segítsünk?

Az első néhány próbálkozás alkalmával segítsünk fizikailag is, ha szükséges, azután adjunk minél több lehetőséget arra, hogy a gyermek segítség nélkül folytassa a játékot. A megszer-

vezett gyakorlás mellett azokat a helyzeteket is használjuk ki, amikor természetesen merül fel, hogy a gyermeknek oda kell valamit adnia. Próbáljuk bevonni a háztartási tevékenységekbe, például a főzésbe, és adjunk a kezébe valamit, amire nemsokára szükségünk lesz. Amikor eljön az ideje, mondjuk, hogy „Ó, most szükségem van a ...-ra. Add ide nekem a ...-t!” A teregetés is jó mulatság, és segít a ruhadarabok nevének gyakorlásában is (2.6.).

A gyermek magától is kezdeményezhet közös tevékenységet azzal, hogy valamit spontán odaad nekünk. Ez egy jelentős kommunikációs gesztus. Élénken fejezzük ki, hogy mennyire érdeklődünk a tárgy iránt, amit nekünk adott (nézzük meg alaposan, tegyük bele valamibe, tűzzük ki a falra, játszunk vele közösen, a tárgy típusától függően). Biztassuk erre a szülőket is.

2.9. Megnevezett tárgyra rámutat

A gyermek hamarosan megtanul több tárgy és kép közül választani, és nagy segítségére lesz, ha rá tud mutatni a választott dologra. Ebben a tevékenységben egyelőre nem kell tárgyak között választania: most a mutató irányára összpontosítunk.

Sok kisgyermek szeret dolgokra rámutatni – így tudják vágyukat, érdeklődésüket, figyelmüket másokkal megosztani. A mutatós gyakran az általánosabb „tárgyért nyúlás” cselekvésből alakul ki, amit hely- vagy helyzetváltoztatásnak kell megelőznie. Gyakori jelenet, hogy egy gyermek odamászik a hintához, majd visszanéz az anyára. A rámutatás mellett a kívánt tárgy fizikai megközelítése továbbra is jelen lehet az interakciókban (pl. miközben a gyermek rámutat a hintára, ránéz az anyára, húzza a szoknyáját, stb.).

Hogyan segítünk?

Gondoljuk végig, hogyan használhatja a gyermek rámutatási készségeit a másokkal folytatott kommunikáció során. Mutassuk meg neki, hogy rámutatással jelezheti, ha a felső polcon lévő babát kéri, vagy a cumisüvegét, esetleg hintázní szeretne. Mindig reagáljunk, amikor rámutat valamire, hogy megtanulja, ez egy megbízható módszer a figyelemfelhívásra. Természetesen meg is nevezzük a kért tárgyat, amire jó példa a visszakérdezés. Ha a gyermek a hintára mutat, kérdezzük meg: „Hintázní szeretnél?” Várjuk meg a gyermek reakcióját, hiszen előfordulhat, hogy a hintában felejtett maciját szeretné elkérni, és kérdésünkre rázza a fejét.

Biztassuk a szülőket arra, hogy ne csak ők reagáljanak gyermekük gesztusára, hanem ők is mutassanak rá az otthon körülvéő érdekességekre, pl. kukásautó, traktor, autó, kisállat stb. A közös tevékenység öröme jó motiváció.

2.10. Egy egyszerű, két vagy három szóból álló kérést teljesít

Mostanra valószínűleg a gyermek már több egyszerű utasítást tud követni, például „nézd”, „gyere ide”, „vedd el”, „mutass rá”, „kérem”, „integess” és „tapsoj”.

Elérkezett az idő, hogy változatosabban, több szóból álló kifejezéseket is használva kérjünk tőle dolgokat. A gyermek megtanulja az egyes kifejezéseket egyetlen egységként felismerni. Nem várjuk el tőle, hogy a kifejezésekben szereplő egyes szavakat önmagukban megkülönböztesse. Nem kell tudnia, hogy ezek a többszavas utasítások valójában több önálló

szóból állnak, melyek önmagukban is jelentéssel bírnak. Segít, ha ezeket a kéréseket hosszú és összetett szavaknak tekintjük.

Az első ilyen kérés, melyet a gyermek követ, azokkal a játékokkal és játékos szokásokkal kapcsolatos, melyeket a család különösen kedvel, pl. „Bújjunk el!” vagy „Gyere ide!”. Olyan kifejezések lesznek ezek, amelyeket a gyermek gyakran hall, és feltehetőleg kellemes és izgalmas élményekkel kapcsol össze.

2.11. Három egyszerű, két vagy három szóból álló kérést teljesít

A gyermeknek most három különböző, két vagy három szóból álló kérést kell követnie. Alkalmazhatunk játékosabb és /vagy gyakorlatiasabb utasításokat, pl. „Ülj le!” vagy „Nyisd ki az ajtót!” vagy „Csukd be a szemed!”, vagy „Dobd ki a kukába!”. Eleinte ne kérjünk tőle nehéz dolgokat, hiszen a feladat sikeres végrehajtása által önállóbbá is válik, énképe fejlődik, és kevésbé utasítja el a további feladatokat.

2.12. Ismert tárgyat kérésre áthoz a másik szobából

A sorozat utolsó egyszerű készségének a célja, hogy a gyermek észben tartson egy kérést, míg átmegy egy másik szobába, megkeres egy tárgyat, és odahozza nekünk. Összetett feladat, mert az előző sorozatokban szereplő több készség gyakorlására is lehetőséget ad, mint a megfelelő tárgy kiválasztása, a több szóból álló kérés elvégzése, valamint az auditív figyelem és emlékezet fejlesztése.

Hogyan segítsük?

Először csak arra kérjük meg a gyermeket, hogy a szoba túlsó végéből hozzon valamit. Később adjunk neki valamit, hogy vigye át valaki másnak a másik szobába, így csak odafelé kell emlékeznie küldetésére. Legvégül kérjük meg, hogy hozzon be nekünk valamit a másik szobából. A későbbiekben nehezíthetjük a feladatot úgy, hogy több tárgyat kérünk, ill. a tárgy kiválasztásához adunk új szempontokat (pl. a kicsi labdát kérjük). Ehhez azonban már a következő fejezet készségeinek ismerete szükséges.

3. Alternatívák közötti választás: tárgyak és képek megkülönböztetése

A fejezet bemutatása előtt fontos megemlítenünk, hogy a következő fejezetek szerkezetén az eredeti szöveghez képest több szempontot is módosítottunk. Eredetileg a sorozat feladataihoz részletesen leírt életkori sávok tartoztak, melyek megtartásához nem ragaszkodtunk. Egyrészt azt gondoljuk, a beszédfejlődés egyéni variációit ezen keretek között nehéz értelmezni, másrészt a napi fejlesztés szempontjából kevésbé lényeges adatokat rendelni a gyermekhez. Mivel azt reméljük, hogy minden fejlesztő munka részletes vizsgálati eljárás után kezdődik, ezért a hangsúlyt sokkal inkább a feladatok egymásra épülésére, bővíthetőségére helyezzük.

A feladatsor a gyermek környezetében lévő tárgyak nevének megismertetésére összpontosít. A gyermek azzal jelzi, hogy tudja a tárgy nevét, hogy több közül kiválasztja a megnevezett tárgyat. Később a sorozat folyamán a gyermek megtanulja a tárgyakat funkciójuk alapján azonosítani, és kategóriákban elhelyezni, mint például „állatok” vagy „ételek” kategóriájában.

Mivel a kiválasztással jelzi, hogy ismeri a tárgyak nevét, ezért a feladatok elvégzéséhez nem szükséges, hogy a gyermek tudjon beszélni. A tárgyak nevének megtanítása természetesen segítségére lesz majd a beszédben, mivel ismernie kell a tárgyat, mielőtt beszélni kezd róla. Ha gyermek tud beszélni, biztassuk őt a tárgyak megnevezésére is a kiválasztásukkor. Mindvégig lényeges, hogy a tárgyakat egységesen nevezzük meg mindenféle gyakorlati helyzetben, ezzel is könnyítve a beszédmegértés folyamatát.

A sorozatban szereplő készségek ismertetésénél tájékoztatásul meghagytuk a tág, aktuális időhatárokat ép gyermek fejlődése esetében.

12-től 18 hónapig

1. Kért tárgyat kiválaszt (kettő, három tárgy közül).
2. Házon kívül távoli tárgyakra mutat.
3. Megnevezett testrészre rámutat.

18 hónapostól 2 évesig

4. Kérésre ruhadarabot kiválaszt (legalább hármat).
5. A megnevezett képet kiválasztja (kettő, négy közül).
6. Kevésbé ismert testrészeire is rámutat (könyök, csukló, boka).
7. „Hol van ...?” kérdésre önmagára rámutat.

2-től 3 évesig

8. Funkció alapján tárgyat kiválaszt (kettő, négy, hat tárgy közül).
9. Különbőle étel-, állat- és bútornevet felismer, azonosít.

10. Érti a „Kérem a ...-t és a...-t!” kérést, négy tárgy közül kiválasztja a megfelelőt.
11. Érti a „Hozd ide a ...-t és a ...-t!” kérést, a szobában bárholnan.
12. A bemutatott képek közül kiválasztja a fiút és a lányt/ férfit és nőt ábrázolót.

3-tól 4 évesig

13. Kategória alapján választ: ételek.
14. Kategória alapján választ: állatok.
15. Kategória alapján választ: ruhadarabok.
16. Kategória alapján választ: bútordarabok.

3.1. Kért tárgyat kiválaszt (kettő, három tárgy közül)

Ebben a feladatban a gyermek úgy mutatja meg, hogy tudja az ismerős tárgyak nevét, hogy több közül azt választja ki, amelyet megneveztek.

Olyan tárgyakat válasszunk, melyek érdeklik a gyermeket, és amelyekről később szívesen beszélne. Az is fontos, hogy a választott tárgyak nagyjából egyformán érdekelték, különben előfordulhat, hogy a kedvenc nyuszija után fog nyúlni még akkor is, ha tudja, hogy a kanalat kértük tőle. Ajánlatos a tárgyakat párban tanítani.

Hogyan segítsünk?

Üljünk le a gyermekkel szemben, és mutassuk meg neki a játékokat, miközben mindegyiket megnevezzük. „Nézd, itt van egy ... és egy!” Adjunk időt a gyermeknek, hogy mindkét/mindhárom tárgyat jól megnézhesse, kézbe vehesse. Majd mondjuk: „Mutasd meg a ...-t”, vagy „Vedd el a ...-t”, vagy „Add ide nekem a ...-t” (amelyik kérést a legkényelmesebbnek találjuk). Fontos, hogy próbáljunk meg a gyermekkel szemkontaktusba kerülni, hiszen csak akkor tudja megérteni azt, amit mondunk neki, ha ránk figyel.

Ha a gyermek egyszerre nyúl mindkét tárgy felé, rejsük el a tárgyakat, és ismételjük meg kérésünket. Ha a megnevezett tárgy felé nyúl, közelítsük azt felé, hogy rá tudjon mutatni, vagy hogy el tudja venni. Dicsérjük meg: „Ügyes kislány, megtaláltad a-t, itt van a!” Ha a másik tárgy felé nyúl, vagy nem reagál a kérésünkre, a nem kért játékot kissé távolítsuk el tőle, a „jó” játékot pedig toljuk hozzá közelebb, hogy szembetűnőbb legyen számára. Ha a gyermek ezután elveszi a megnevezett tárgyat, dicsérjük meg, és ismételjük meg a gyakorlatot.

Amennyiben a gyermek még mindig bizonytalan, hogy mit tegyen, menjünk vissza a feladat elejére, és töltsünk több időt azzal, hogy a tárgyakat jól megvizsgáljuk, és nevükön nevezzük. Ismételjük meg a kéréseinket, és ha szükséges, irányítsuk a kezét azon tárgy felé, amelyiknek a nevét mondtuk.

Mielőtt több tárgy közül kell választania, biztosnak kell lennünk benne, hogy a gyermek megtanulta ezt a készséget. Ez nagyon lényeges, mivel a későbbiekben szeretnénk ismereteit minél több fogalommal bővíteni.

Amikor a gyermek a kezdő készlettel (kettő, négy tárgy) már megtanulta a feladatot, váltogassuk a tárgyakat, hogy különböző kombinációkban minden tárgy szerepeljen, melyet

már ismer. Érdemes a szituációt is változtatni, hogy a játék ne váljon unalmassá a gyermek számára, és a helyzettől ne függjön a kiválasztás.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A mindennapokban is jól lehet ezt a fajta játékot játszani. Tanácsolhatjuk a szülőknek, hogy otthon a gyermekkel együtt bújtassák el az egyik játékot egy takaró vagy egy felfordított doboz alá. Kezdetben együtt keressék meg, majd felváltva találják meg az elrejtett játékot. Hívjuk fel a figyelmüket a fenti szempontok betartására, és az adódó lehetőségek jó kihasználására.

3.2. Házon kívül távoli tárgyra mutat

A gyermeket most arra kérjük, hogy olyan valamire mutasson rá, amit nem tud megfogni, ami messze van. A szabadban vagy az ablakon keresztül gyakran szemlélődünk a gyermekkel, s közben kérjük meg, hogy mutasson rá egy távoli dologra, például egy repülőre, fára, autóra. Azt a kérést használjuk, amelyiket a legjobbnak találjuk, pl. „Mutass rá a repülőre!” vagy „Mutasd meg nekem a fát!” vagy „Hol van az autó?”

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A szülőkkel való beszélgetések során fontos hangsúlyoznunk, hogy amikor lehetőségük adódik, nevezzék meg a távoli érdekes dolgokat, miközben rámutatnak. Ilyen lehet a repülő, mentőautó, kisállat, és minden más, ami a környéken előfordul. Amikor a szabadban vannak, vagy kinéznek az autó ablakán, fogalmazzák meg gyermekük számára, amit lát. Érdemes felhívni erre a szülők figyelmét, mert lehet, hogy ez számukra nem természetes. Kérjük meg őket, mutassanak is rá a látottakra, és biztassák gyermeküket ugyanerre.

A lakásban is lehet távolabbi tárgyakat keresni, pl. lámpa (a fény általában lenyűgözi a gyerekeket), mozgó függöny vagy a falon lévő kép.

3.3. Megnevezett testrészeire mutat

A testrészek tanításának legegyszerűbb és legtermészetesebb módja az, ha egyszerre egy testrészt ismertetünk meg, és csak akkor kezdünk egy újabb testrészt megtanítani, ha a gyermek az előzőt már jól tudja.

A testrészeket a rendszeres napi tevékenységek során ismertetjük meg a gyermekkel. Nincs semmi értelme a gyermeket leültetni egy székbe, és azt kérni tőle, hogy ötször egymás után mutasson rá az állára. Fürdetéskor, öltözködéskor, játék közben érdemes evvel foglalkozni. Jó helyzet még a tükör előtt állva megkeresni néhány testrészt. Kezdetben csak a gyermek testrészét mutassuk, később magunkon, babán, képen. Várjuk meg, hogy a gyermek kezdeményezze a mutatást, ne mindig mi mutassuk meg a testrészeket.

A testrészeket tetszőleges sorrendben taníthatjuk. A legelső között általában a haj, száj, szem, kéz és a láb szerepelnek. Közben taníthatjuk az orrot, fület, az ujjakat, lábujjakat,

fogakat, nyelvet, hasat és a hátat. Lényeges, hogy a gyermek saját és mások teste iránti kíváncsisága szabja meg, hogy mely testrészre hívjuk fel a figyelmét. Biztassuk a szülőt, hogy használja ki rugalmasan a spontán helyzeteket, például egy véletlenül eltakart testrész közös megkeresése, simogatása, csiklandozása hancúrozás közben.

3.4. Kérésre ruhadarabot kiválaszt (legalább hármat)

A tárgyak, melyeket a gyermek most kiválaszt, saját ismerős, gyakran használatos ruhadarabjai. Ez csak egy példa arra, hogyan gyakorolhatjuk és bővíthetjük ismerős tárgyak segítségével a több lehetőség közül választást. Ugyanezt megteheti a szülő étkezéskor, fürdetéskor, bármely olyan helyzetben, amikor a gyermek minden nap ugyanazokat a tárgyakat látja maga körül. Ha megtanulja ezeknek a tárgyaknak a nevét, aktívabban tud részt venni a hétköznapi tevékenységekben, önállóbbá válik, és közös élményeiről be tud számolni.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Hívjuk fel a szülő figyelmét, hogy minden alkalommal nevezze meg a ruhadarabokat öltözés közben, és adjon a gyermekének lehetőséget, hogy ő maga válassza ki őket. Kezdetben segíthet a kiválasztásban, majd később hagyjon egyre több teret az önálló választásnak.

A háztartásban számos lehetőség nyílik a kiválasztás gyakorlására. Kérhetünk a gyermektől egy bizonyos ruhadarabot a vasalni való ruhák közül vagy a fehérneműs fiókból. Később már színeket és más absztrakt fogalmakat is használhatunk kéréseinkben.

3.5. A megnevezett képet kiválasztja (kettő, négy közül)

Egy kép kiválasztása több lehetőség közül valamivel nehezebb feladat a gyermek számára, mint egy tárgyat kiválasztani. A gyermek ritkán ismer ugyanolyan jól egy képet, mint egy tárgyat, amelyeket a megelőző sorozatokban használt. A képet ugyanis nem tudja úgy kezelni, mintha a világ „valódi” része volna, mint a tárgy.

A képek felismerése és kiválasztása nemcsak azért fontos tudás a gyermek számára, mert ez biztosítja a későbbi, magasabb szintű tanuláshoz elengedhetetlen vizuális megkülönböztetés képességét, hanem azért is, mert a gyermek így fogja csak tudni gazdagítani játékát, és az őt körülvevő világról szerzett tapasztalatait. (Érdemes elolvasni a *Finommozgás- és kognitív készségek* rész vizuális észlelésre vonatkozó részét.)

Mielőtt hozzálátunk a képkiválasztás tanításához, néhány dolgot érdemes végiggondolnunk az eszközökkel kapcsolatban.

- A képek, amelyeket kiválasztunk, ismerős tárgyakat ábrázoljanak. Így segítünk neki abban, hogy megértse a kép és a tárgy közötti kapcsolatot.
- Viszonylag nagyméretű és gyermekkézbe könnyen fogható képeket válasszunk. Érdemes felragasztani őket kartonlapra, és ha átlátszó, öntapadó fóliával borítjuk, a képek viszonylag tartósak lesznek.
- Többé-kevésbé valóság-hű képeket válasszunk. A legjobb, ha fényképeket használunk, de a tiszta, élethű, színes ábrázolások is megfelelnek.

Ne felejtjük el, hogy az eszközöket majd változtatnunk kell, és bár egyelőre csak néhány képet fogunk használni, később szükségünk lesz egy legalább tíz darabból álló készletre.

Magunk is rajzolhatunk képeket, vagy kivághatunk magazinokból, amiket kartonlapra ragaszthatunk.

Kezdetben két olyan képet válasszunk, melyeken a gyermek által jól ismert tárgyak vannak – esetleg a sorozatban korábban felhasznált tárgyakat ábrázoló képeket. A képek megismertetésének folyamata ugyanaz legyen, mint amikor a tárgyakat választottuk ki. Azokat a könyveket, melyekben két kép szerepel egy dupla oldalon, használhatjuk a kiválasztás gyakorlására is. Ugyanerre a célra megfelelő lehet olyan fényképalbum, amelyben tárgyakat ábrázoló fényképeket helyezünk el. Pontosan úgy, ahogyan a tárgyakkal is tettük, később segítsünk a gyermeknek több lehetőségből képeket kiválasztani.

Amikor az eredeti készlet képeit a gyermek már jól megtanulta, ismételjük meg a gyakorlatot más képekkel is. A dolgot változatosabbá tehetjük, ha keresünk olyan képeskönyvet, ahol három-négy kép van egy dupla oldalon, és megkérjük, arra a képre mutasson rá, amelyiket megnevezzük. Végül a gyermek megtanulja, hogyan nézze végig tekintetével az egész oldalt, minden képet mérlegelve, míg a keresett képet meg nem találja. Ennek a készségnek a segítségével szívesebben fog részleteket is bemutató képeskönyveket nézegetni, és ezt a készséget is használja majd később az olvasásnál.

Eszközként felhasználhatjuk a kilencdarabos lottójátékot (Lottino), mely ismerős tárgyakat ábrázol, vagy egyre több tárgyat ábrázoló berakós játékot.

Ha a gyermek már képes négy kép közül a megfelelőt kiválasztani, kilencből azonban még nem tud választani, építsük fel a gyakorlatot lépésekből. Első célunk lehet például: „képet kiválaszt, ötből választ”; következő célunk: „képet kiválaszt, hétből választ”; és így tovább. Megítélésünk szerint iktassunk be több vagy kevesebb köztes lépést.

A köztes lépésekhez segítséget jelenthetnek az otthon készített eszközök. Biztassuk a szülőt ezek igondolására, elkészítésére. A gyermekeknek biztosan tetszenek a rajzaik, annak ellenére, hogy mi magunk tökéletlennek találjuk azokat. De ha nem szívesen rajzolunk, kereshetünk a papírboltokban és ajándékboltokban megfelelő matricákat.

Lehet, hogy a gyermek szívesen segít nekünk saját képes tábláinak elkészítésében, először a ragasztásban, majd később a képek kiválasztásában is, melyeket majd együtt megnevezünk.

3.6. Kevésbé ismert testrészeire is rámutat (könyök, csukló, boka)

A testrészek megismertetésére korábban leírt módszert használjuk itt is, azonban már a kevésbé feltűnő testrészeket mutatjuk be a gyermeknek.

3.7. „Hol van ...?” kérdésre önmagára mutat

A gyermekek csecsemőkoruktól kezdve figyelnek, amikor a nevüket hallják. Mégis csak jóval később tudnak a „hol van ...?” kérdésre önmagukra mutatni. Eleinte a név azt jelzi a gyermeknek, hogy a figyelmét kéri – valami olyasmi történik, ami vele is kapcsolatban van. Ez még elég távol áll attól, hogy a gyermek magát önálló lénynek tekintse, akinek neve is van. Kezdetben a kisgyermekek nem értik tisztán a különbséget „én” és „más” között úgy, ahogyan azt mi felnőttek értjük.

A kérdést bármikor, bárhol feltehetjük, nincs szükség konkrét foglalkozásokra.

Hogyan segítsünk?

Ha a gyermek nem figyel fel a kérdésre, fogjuk meg a kezét, és segítsünk neki magára mutatni: „Itt van Kati.”

Néhány példa arra, hogyan bővíthető ez a feladat:

- Próbáljuk ki, hogy a tükör előtt játsszuk ezt a játékot, amikor két vagy több arc együtt néz bele.
- Bújjócskázás közben is szólíthatjuk a nevén, ha megtaláltuk, rá is mutathatunk: „Hol van Kati? Nem találom sehol, hová bújt? Itt vagy, itt, megtaláltalak.”
- Fényképnézegetés közben is rámutathatunk az őt ábrázoló képre.
- Írjuk rá a gyermek alkotásaira és egyéb holmijára a nevét: „Ez Kati festménye. Ez a tied. Te festetted ezt a gyönyörű képet!”

3.8. Funkció alapján tárgyat kiválaszt (kettő, négy, hat tárgy közül)

A gyermek most már készen áll arra, hogy a tárgyakat nemcsak nevük, hanem céljuk, rendeltetésük alapján is kiválogassa. Ezzel a feladattal megtanulja a tárgyak és a cselekvést jelentő szavak közötti összefüggéseket is. Alkalma lesz megtanulni azt is, hogy másféle kéréseket is megértsen, és kiemlje a hosszú és bonyolult mondatokból a leglényegesebb szavakat. Ezt a feladatot a legtöbb gyermek különösen szereti, mivel a változatos kérésekre cselekvéssel is válaszolhatnak.

Bármilyen tárgyat használhatunk, amire rá lehet kérdezni funkciója alapján (mit csinálunk vele, mire való). Lássunk néhány ötletet a szavak kiválasztásához és kérdéseink megfogalmazásához!

- Kanál – „Melyikkel eszünk?”
- Pohár – „Melyikből iszunk?”
- Labda – „Melyiket dobjuk (vagy kapjuk el, vagy pattogatjuk)?”
- Könyv – „Melyiket olvassuk?”
- Kés (vagy olló) – „Melyikkel vágunk?”
- Zokni (vagy cipő) – „Melyiket húzzuk a lábunkra?”
- Ecset – „Melyikkel festünk?”
- Fogkefe – „Melyikkel mossuk meg a fogunkat?”
- Kalap – „Melyiket tesszük a fejünkre?”
- Síp – „Melyikbe fújunk bele?”

Használhatunk képeket is, azonban kezdetben jobb, ha valódi tárgyakat vagy kicsinyített másukat használjuk.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Megkérhetjük a szülőt, hogy a nap folyamán minden adandó alkalommal mutassa be és beszéljen a tárgyak funkciójáról. Mindig engedje meg gyermekének, hogy kipróbálhassa a tárgyak használatát is. Lehet, hogy kezdetben a választási lehetőségeket kettőre kell csökkentenünk, majd fokozatosan egyre több közül kell választania.

Hasznos, ha a szülő elhelyez a tárgyakból néhányat azon a helyen, ahol a gyermek játszani szokott. Legyen kéznél több példány is a kiválasztott tárgyakból, hiszen a gyermeknek tudnia kell, hogy minden pohár arra való, hogy igyunk belőle, függetlenül attól, hogy nagy vagy kicsi, piros vagy kék, üvegből vagy műanyagból van, sima vagy mintás. Ha a gyermek már legalább két tárgyat ki tud választani négyből, a választási lehetőségeket növelhetjük hatra.

Ez a készség hasznos háttérrel ad a cselekvést jelentő szavak és kifejezések tanításához, mely a kifejező nyelvi programban található. Ha a gyermek már ki tudja mondani a legfontosabb cselekvést jelentő szavakat vagy kifejezéseket, azt is meg tudja mondani, hogy hogyan használjuk a tárgyakat, ha megkérdezzük: „Mit csinálsz a ...-vel?” („Mire való a ...?”)

3.9. Különféle étel-, állat-, és bútornevet felismer, azonosít

Ebben a három feladatban nagyon sok közös vonás van, és bár külön-külön tanítjuk, most egyszerre tárgyaljuk őket.

Amikor a kisgyermek beszélni tanul, gyakran általánosít, egy-egy ismert fogalmat általános érvénnyel használ, pl. minden négylábú állat „kutyus”, és minden gyümölcs „alma” stb. Ezen a szinten azonban a gyermeknek már el kell kezdenie különbséget tenni az „egyforma-de-más” tárgyak között.

Eszközként használhatunk valódi tárgyakat (ha a gyakorlatban ez az egyszerűbb), valósághű játékokat vagy képeket. Az ételekhez a szülő segítségével válasszunk ki olyan ételeket, melyeket a gyermek jól ismer. Az állatokhoz válasszunk ki négylábú állatokat, lehetőleg olyanokat, melyeket a gyermek már látott, esetleg van is a környezetében, pl. lovat, tehenet, kutyát, malacot, cicát. A bútorokhoz jól ismert bútordarabokat válasszunk, például az ágyat, széket, asztalt, szekrényt, rádiót.

Sok gyermek külön foglalkozások nélkül is elsajátítja ezt a készséget, ha a hétköznapi tevékenységek során a tárgyak nevének megtanítására tudatosan hangsúlyt fektetünk. Természetesen ezt ne tekintsük mechanikus kérdés-felelet játéknak, hiszen a gyermek szókincsét szeretnénk bővíteni, árnyaltabbá, kifejezőbbé tenni. Még ha nem is beszél, legyen az a célunk, hogy minél több szót értsen. Általános és konkrétabb jelentésű szavakat egyaránt használjunk, pl. „Nézd az állatokat! Vannak malacok, lovak, tehenek és birkák.” Vagy: „Leporolom a bútorokat. Először az asztalt, utána a zongorát. Te porold le a kisasztalt!”

Ne felejtünk el a gyermeknek minél több alkalmat adni arra, hogy megmutathassa, érti, amit mondunk neki, ki tud választani tárgyakat, vagy követni tud egyszerű utasításokat.

A kategóriák sorát tovább bővíthetjük a gyermek érdeklődését figyelembe véve, például növények, madarakat, járművek, szerszámok, a ház részei, gyümölcsök stb.

3.10. Érti a „kérem a ...-t és a ...-t!” kérést, négy tárgy közül a megfelelő választja

A legfontosabb szó most az „és”. Egy tárgy helyett most kettőt nevezünk meg, és a gyermeknek mindkettőt meg kell jegyeznie, és oda kell adnia. Ha a gyermek ezt a készséget elsajátítja, óriásit lép előre a fejlődésben. Mivel ez egy egészen új dolog, általában intenzív megsegítést igényel.

Hogyan segítsünk?

Kezdetben sokat kell segítenünk, később fokozatosan csökkentjük a segítségadást. Ne felejsük, hogy a figyelem ennél a készségnél is nélkülözhetetlen feltétel.

Kezdetben mondjuk el a kérésünket, majd fogjuk meg a gyermek kezét, és így vezessük rá, hogy fogja meg mindkét tárgyat. Mondjuk: „Nézd, nálad van kutya és a labda.” Időnként mi adjunk neki dolgokat, mozdulatunkat beszéddel kísérve: „Odaadom neked a kanalat és a poharat. Nálad van a kanál és a pohár.”

Ha ezt a folyamatot sokszor megismételtük, próbáljuk ki ismét, most azonban ne irányítsuk a gyermek kezét. Ha csak az egyik megnevezett tárgyat adja nekünk, mondjuk „kutya és ...”, így megadjuk neki a lehetőséget, hogy visszaemlékezzen a másik tárgyra. Ha nem emlékszik, ismételjük meg az egész kérést: „Add ide nekem a kutyát és a labdát!”

Ha a gyermek két tárgyat ad nekünk, de nem azokat, amelyeket kértünk, megjegyzés nélkül tegyünk vissza a tárgyakat, és mondjuk: „Figyelj jól! Add ide nekem a kutyát és a labdát!”

Ha a gyermek már rendszeresen jól teljesíti a feladatot annyi segítséggel, mint amennyit az előbb írtunk, általánosabb módon kérdezzünk vissza: „Kész vagy?” vagy „Mit kértem?” Ha elfelejtette, tegyük ismét vissza az összes tárgyat, és ismételjük meg az eredeti kérést.

Változtathatunk a feladaton úgy, hogy egy nagy edényt vagy vödöröt teszünk az asztalra, és azt mondjuk: „Tedd bele a kutyát és a labdát!”. Találjunk ki más variációkat is.

3.11. Érti a „hozd ide a ...-t és a ...-t!” kérést, a szobában bárholnan

A program legtöbb készségénél nagyon fontos, hogy természetes környezetben gyakoroljuk, ennél a készségnél azonban olyannyira fontos, hogy külön kell szólnunk róla.

Ha a gyermek már önállóan mozog, és eljutott erre a szintre, valószínűleg már odahozza nekünk a tárgyakat, ha egyenként megnevezzük őket, pl. „Keresd meg a macit!” vagy „Légy szíves kicsim, hozd ide a cipőmet!” Most megtanulhat két részből álló utasításokat végrehajtani, mint pl. „Szükségünk lesz a sapkára és a cipődre”, vagy „Hoznál nekem egy kekszet és egy kis sajtot?”

Figyeljük meg, hogy az alapkérésnek („hozd ide”) számos más variációja létezik. A lényeg, hogy a gyermeknek mindkét tárggyal ugyanazt kell csinálnia. Kezdetben olyan tárgyakat nevezzen meg a szülő, melyeket főleg együtt használnak, például cipőt és zoknit, tányért és kanalat, vödöröt és ásót.

Előfordulhat, hogy eleinte a gyermekkel kell menni, segítve a tárgyak keresésében. Ha lehet, bízzunk meg egy harmadik személyt a szobában, hogy kérjen valamit a gyermektől, mi pedig menjünk vele a tárgyakat megkeresni, és odavinni annak, aki kérte. Ha a gyermek viselkedéséből azt látjuk, hogy már önállóbb, és kevésbé függ jelenlétünktől, ülünk le, és hagyjuk, hogy egyedül menjen. Szerepjátékba ágyazva a lehetőségek száma végtelen: szállítsunk az autóval tárgyakat, tegyünk babakádba játékokat, menjünk „kirándulni” vagy „vásárolni”, tegyünk a táskába ezekhez szükséges eszközöket. A tárgyakat mindig különböző helyekről gyűjtsse össze a gyermek.

3.12. A bemutatott képek közül kiválasztja a fiút és a lányt / férfit és nőt ábrázolót

Ezen a szinten a gyermekek általában már megtanulnak különbséget tenni fiúk és lányok között úgy, hogy már nem pusztán a tipikus hajviseletre és öltözködésbeli különbségekre támaszkodnak. Valószínűleg már beszélgettek erről szüleikkel, miközben együtt fürödtek ellenkező nemű testvérükkel vagy barátjukkal, vagy fényképeket nézegettek róluk.

Nagyon fontos, hogy sokféle példát alkalmazzunk, és ne csak olyanokat, melyek a lányokat lófarokkal, masnikkal és csipkés ruháskákkal ábrázolják. Mesekönyvekben, áruházi katalógusokban és magazinokban bőven találunk példát a külső jellegzetességek bemutatására, azonban eltérő tulajdonságaikról, érdeklődési körükről, játékaikról beszélgetve tovább bővülnek ismereteik.

3.13. Kategória alapján választ: ételek

3.14. Kategória alapján választ: állatok

3.15. Kategória alapján választ: ruhadarabok

3.16. Kategória alapján választ: bútordrabok

A sorozat négy utolsó eleme folytatja a kategóriák fogalmának vagy egymással kapcsolatban lévő tárgyak csoportjának tanítását, melyet már elkezdtünk.

A korábbi tevékenységek során a gyermeket arra kértük, hogy kategóriák tagjait különböztesse meg, ha egyenként a nevüket mondtuk. Most magának a kategóriának az elnevezését mondjuk, a gyermeknek pedig az odatartozó tárgyakat kell kiválasztania. Ehhez a feladathoz leggyakrabban az étel, állatok, ruhák és bútorok kategóriákat használjuk. Ezeket helyettesíthetjük más kategóriákkal, ha a gyermeket más jobban érdekli, vagy más dolgokat jobban ismer.

Eszközként használhatunk tárgyakat (például élethű játékokat) vagy nagyobb, kartonlapra ragasztott vagy rajzolt képeket. Válasszunk négy kategóriát és minden kategórián belül négy tárgyat, például négy ételt, négy különböző játékalát, négy különböző babaruhát és négy darabot a bababútorok közül. Tegyük a tárgyakat véletlenszerű elrendezésben az asztalra. Mondjuk: „Mutasd meg az összes ételt!” Ha a gyermek befejezi a mutatást, mielőtt minden ételre rámutatna, mondjuk neki: „Találsz még ételt ezek között?”

Két kategóriával kezdjük a tanítást, és később bővítjük ki négy kategóriára. Eleinte kérjük meg a gyermeket, hogy egyeztesse az egyes csoportok tagjait. Helyezzünk az asztalra nagyobb tálat, mindegyikben legyen a kategóriának egy-egy képviselője. Válasszunk ki egy tárgyat az egyeztetéshez, és mondjuk: „Ez egy ruhadarab. Tedd a ruhadarabot a ruhákhoz!” Ha az egyeztetéssel végezt, és minden tárgy a helyén (a tálakban) van, kérjük meg a gyermeket, hogy válassza ki a tálat. Mondjuk: „Mutass rá a ruhás / állatos / ételes / bútoros tála!”

Amennyiben a gyermek ki tudja választani a kért kategóriát a már csoportosított tárgyakkal, rátérhetünk a következő lépésre. Szórjuk ki az összes tárgyat az asztalra, és csak egyetlen edényt helyezzünk középre. Válasszunk ki egy kategóriát, és egyik tagját tegyük a

tálba. Mondjuk: „Beleteszek egy állatot az edénybe. Te is tegyél még állatokat az edénybe!” Ismételjük meg ezt a többi kategóriával is, ha kell, külön segítséggel.

Ha a gyermek ezt már jól begyakorolta, már ne tegyünk semmit a tálba. Mutassunk rá az üres tálra, és mondjuk: „Tedd az összes állatot a tálba!” Ismételjük meg ezt a többi kategóriával is.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Otthoni helyzetben az egyik legkitűnőbb alkalom e készség gyakorlására a játékok elrámolásának ideje. Kérjük a szülők a gyermeket, hogy tegye az összes játékát a dobozba, és az összes ruháját a ruhakosárba.

Ha a gyermek nemsokára iskolába megy, ezt a tevékenységet jól átalakíthatjuk úgy, hogy papírral és ceruzával lehessen gyakorolni. Egy papírlapra rajzoljunk sokféle tárgyat, nevezzünk meg egy kategóriát, és kérjük meg a gyermeket, hogy karikázza be a kategória valamennyi tagját.

A tárgyakat persze többféleképpen lehet osztályozni. Néhány osztályozási módszer (szín, méret, forma szerint) ennek a programnak is része. A tárgyakat csoportosíthatjuk anyaguk szerint is, vagy aszerint, hogy mikor és hol használjuk őket, és így tovább. Ahogyan segítünk a gyermeknek felfedezni az őt körülvevő világot, próbáljuk meg felhívni a figyelmét az érdekesebb dolgok közti hasonlóságokra és különbségekre is.

4. Cselekvést jelentő szavakat tartalmazó kérdések megértése

A sorozatban, a hangsúly most a cselekvést jelentő szavakon és kifejezéseken van. A cselekvést jelentő szavak és kifejezések, melyeket a gyermek az itt található tevékenységek során megtanul, hozzá fogják segíteni, hogy a hétköznapi életben kéréseket tudjon követni, hogy megértse mások társalgását, és ami a legfontosabb, jól megalapozza ezeknek a szavaknak és kifejezéseknek a használatát saját beszédében.

A sorozatban szereplő készségeket az átlagos fejlődésű gyermek 18 hónapos fejlettségi korban kezdi használni. Ekkor már megért néhány alapvető utasítást, például „nézd” vagy „fogd meg”, „mutasd meg” vagy „add ide”.

Ebben a sorozatban a gyermek újabb cselekvést jelentő szavakat ismer meg, és ezzel egy időben megtanul egyre összetettebb utasításokat is követni. A legtöbb készségnél leírjuk a tanításhoz szükséges tevékenységeket, amelyeket foglalkozás keretében, asztalnál is lehet végezni. Sok gyermek számára eleinte könnyebb a tanulás olyan környezetben, ahol teljes figyelmük a kérdéses szavakra és cselekvésekre irányulhat. Ezeket a felépített foglalkozásokat azonban csak kiindulási pontnak tekintsük. A tanításnak és a gyakorlásnak abban a környezetben van a legnagyobb szerepe, ahol ezek a cselekvések természetesen előfordulnak. Ehhez megpróbálunk ötleteket adni, de az ötlettár saját elképzelésekkel szabadon bővíthető.

Amikor tárgyakkal dolgozunk, olyanokat válasszunk, melyeket a gyermek jól ismer – esetleg azokat, amelyeket már más tevékenységeknél is használtunk. Amikor a gyermeknek a tárgyak közül kell választania, és cselekvéseket kell bemutatnia, győződjünk meg róla, hogy már megtanult a meghatározott számú tárgy közül választani. Látni fogjuk, hogy a konkrét tárgyhoz kötött cselekvéstől hogyan juthatunk el az absztrakciót, emlékezetet igénylő feladatvégzéshez.

Lássuk a sorozatban szereplő készségeket.

18 hónapostól 3 évesig.

1. Egy tárggyal kérésre különböző tevékenységet hajt végre (két, három tevékenység)
2. Bemutat 10 cselekvést.
3. Két tárggyal három tevékenységet bemutat.
4. Három tárggyal négy tevékenységet bemutat.
5. Négy tárggyal négy tevékenységet bemutat.
6. Két egymással össze nem függő tevékenységet és két tárgyat tartalmazó kérést végrehajt.

3-tól 4 évesig

7. Két egymással össze nem függő tevékenységet és két tárgyat tartalmazó utasítást végrehajt, bárhol a szobában.
8. Három egymással össze nem függő tevékenységet és három tárgyat tartalmazó utasítást végrehajt, bárhol a szobában.

4.1. Egy tárggyal kérésre különböző tevékenységet hajt végre (két, három tevékenység)

Ebben a feladatsorban a hangsúly a cselekvést kifejező szavakon (igék) van. A cselekvést meghatározó szavak jelentését kiemelhetjük, ha ugyanazzal a tárggyal hajtunk végre több különböző cselekvést. Amikor a gyermektől ezzel a tárggyal kapcsolatban kérünk valamit, a kérések közül az egyik szó (a tárgy neve) mindig ugyanaz marad, a másik szó (a cselekvést meghatározó szó) viszont mindig változik. Ahhoz, hogy a gyermek követni tudja kéréseinket, a kifejezés kulcsszavát kell meghallania, és arra kell reagálnia.

Először is gondoljuk ki a szülővel közösen, mik azok a cselekvést jelentő szavak, melyek a gyermek napi játékában és egyéb tevékenységeiben előfordulnak, vagy a későbbiekben elő fognak fordulni. Gondoljunk azokra a szavakra, melyeket valószínűleg ő maga is használni szeretne. Nincs rá szabály, hogy melyek legyenek ezek a cselekvést jelentő szavak, de a gyakorlati szempontokat tekintve akkor választunk jól, ha jelentésüket a gyermek be tudja mutatni, akár saját mozdulataival, akár játékok segítségével.

Kezdetben használhatunk babákat és játék állatokat ezeknél, és a következő feladatoknál. A szavak olyan cselekvéseket jelentsenek, amiket a babák és az állatok el tudnak végezni – legalábbis a gyermek képzeletében. Gyakran használt cselekvések az „eszik”, „alszik”, „ül”, „ugrik”, „megpuszil”, „megsimogat” stb.

Ennek a megközelítésnek három előnye van. Először is, a fejlesztést végezhetjük asztalnál, kis játékokkal, de fejleszthetünk bárhol máshol, nagyobb játékokkal, képzeletbeli játékok során. Másodszor, a legtöbb gyermek ezeket a cselekvéseket maga is be tudja mutatni saját testével. Harmadszor pedig, ezek a cselekvést jelentő szavak a gyermek hétköznapijainak lényeges eseményeivel kapcsolatosak – azokkal a dolgokkal tehát, melyekről beszélni akar.

Ha ez a módszer nem válik be (talán mert a gyermek nem szeret babázni, bábozni vagy plüss állatokkal játszani, esetleg játéklejlődésében még nem tart ezen a fokon), tanítsunk olyan cselekvést jelentő szavakat, amiket bármilyen más tárggyal (autókkal, kockákkal, kanalakkal stb.) végre lehet hajtani, mint például „fúj”, „odaad”, „megmutat”, „tol”. A babák azonban annyira hasznosak a fejlesztés szempontjából, hogy érdemes időt fordítani arra, hogy megkedveltessük őket a gyermekkel. Ez a fiú gyermekekre éppúgy vonatkozik, mint a lányokra!

Azt ajánljuk, hogy eleinte csak két cselekvést jelentő szót válasszunk, pl. a „megpuszil”, „ugrik”, „megsimogat” és a „megölel” közül.

Válasszunk olyan cselekvéseket, amelyeket a szülő szerint a gyermeke kedvel. Szóban és gesztusokkal mutassuk be a cselekvést: „Nézd, a baba tud ugrani! Ugrik, ugrik. Hozzád ugrik. Most te ugrátsd a babát!” Ha kell, fizikai segítséget is adjunk, de amint lehet, egyre kevesebbet segítsünk.

Ha a gyermek már könnyedén utánoz bennünket, próbáljuk meg a kérést bemutatás nélkül is megismételni, és csak akkor mutassuk be újra, ha a gyermek nem értette meg a cselekvést jelző szót.

Nagyon fontos, hogy a gyermek a foglalkozások alatt hallgasson és figyeljen bennünket.

A tárgyakat is váltogassuk a gyakorlás során, hogy a gyermek ne gondolja, hogy az egyes cselekvések, mint például a megpuszítás, az ugrás vagy bármi más egy bizonyos tárgyra vonatkozhat csak.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Otthoni helyzetekben a szülő felhívhatja a gyermeke figyelmét az éppen tanult cselekvésekre, amikor képeskönyvekben találkoznak ezekkel, vagy amikor más gyerekeket figyelnek meg játék közben.

Ha tovább akarjuk bővíteni a két igét már értő gyermek ismeretét egy harmadikkal, az „ül” vagy az „alszik” szavakat ajánljuk, jó ha van egy kis szék vagy ágy a babaház bútorai között, vagy építhetünk is hasonlókat pl. duplo-kockákból, vagy egyéb építőjátékból, esetleg hajtogathatunk papírból.

4.2. Bemutat 10 cselekvést

A kétéves fejlettségi szinten elvárható, hogy a gyermek legalább 10 cselekvést jelentő szót (igét) megértsen, be tudja mutatni őket, akár saját testével, akár baba segítségével. A 10 cselekvést jelentő szó bármi lehet, amit a gyermek ismer, szerepelhet közöttük pl. a „megpuszil”, „iszik”, „eszik”, „ugrik”, „ül”, „alszik”, „kér”, „megölel”, „fúj”, „tol”, „mutat”, „ad”, „tesz”, „mos”, „esik” és így tovább.

Ha a cselekvést jelentő szavak megfigyeléséhez segédeszközökre van szükség, például egy hajkefére vagy pohárra, gondoskodjunk róla, hogy ezek a segédeszközök mindvégig kéznél legyenek. Ha akkor adjuk csak oda őket a gyermeknek, amikor éppen szükség van rájuk, nem lehetünk benne biztosak, hogy a cselekvést jelentő szóra reagál-e, vagy arra a tárgyra, amit adunk neki.

Nem biztos, hogy mind a tíz szót kötött foglalkozás keretében kell megismertetni a gyermekkel. Ha a gyermek néhány cselekvést jelentő szót már ért, többet is könnyedén meg fog tanulni a játékidőben vagy a napi tevékenységek során.

A cselekvést jelentő szavaknak most óriási szerepet kell kapniuk szinte minden tevékenységben, amit a szülő a gyermekével együtt végez, azonban ezt érdemes összehangolni a tárgyak kiválasztásával.

4.3. Két tárggyal három tevékenységet bemutat

Az ezt megelőző lépésekben a gyermek megtanult kétszavas kifejezésekből az egyik szóra reagálni. Bár a cselekvést jelentő szó kérésenként változott, a tárgy neve mindig ugyanaz maradt – legalábbis egy foglalkozáson belül. Mostantól a megnevezett tárgy és a cselekvést jelentő szó is változni fog. A gyermek megtanulja, hogy hallgasson és figyeljen egy kérés mindkét szavára.

Hogyan segítsünk?

Példaként tegyük fel, hogy a két tárgy, amit a fejlesztéshez használunk, a baba és a kutyus, a cselekvést jelentő szavak pedig az „ugrik”, a „simogat” és a „fekszik”. Ehhez hasonlókat kérjünk: „Ugrál a baba.” „Fektesd le a kutyát!” „Simogasd meg a kutyát!” „Simogasd meg a babát!” „Fektesd le a babát!”

Győződjünk meg róla, hogy a gyermek figyel bennünket, majd mondjuk el a kéréseket lassan és érthetően. Ha a gyermek rossz tárgy felé nyúl, vonjuk megint magunkra a figyelmét, és ismételjük el az egész kérést. Ha továbbra is hibázik, mutassuk be a feladatot, és mondjuk: „Nézd, lefektette a babát. Most te fektesd le a babát!”

Érdemes ezt a feladatot szerepjáték keretei között gyakorolni, miközben a gyermek eljátszza a cselekvést a tárgyakkal.

4.4. Három tárggyal négy tevékenységet bemutat

A feladat az előző bővítése, tárgy és a cselekvés vonatkozásában is.

Lássunk egy példát! Tegyük fel, hogy tárgyaknak egy babát, egy kutyust és egy bocit választottunk, a cselekvések pedig „ugrik”, „megsimogat”, „lefekszik” és „megölel”. A kérések lehetnek: „Ugráljon a baba!” „Fektesd le a kutyust!” „Ugráljon a boci!” „Öleld meg a kutyust!” „Kérlek, simogasd meg a bocit!”

Jobbnak érezzük a kérések megfogalmazásakor azt a módszert, hogy a szülő vagy a fejlesztő szakember hangja személyesíti meg az állatokat. Szerepjáték formájában kérjük meg a gyermeket a cselekvés végrehajtására, pl. „Jaj, de álmos vagyok, fektess le, Marci!” „Hallod, Marci, mit mond a boci? Álmos. Fektesd le a bocit, kérlek!”

Ha olyan cselekvést használunk, melyhez segédeszköz szükséges, például „ül” vagy „alszik”, akkor tegyük ezeket a segédeszközöket az asztalra, de lehetőleg az asztal egyik széléhez, távol a három babától és/vagy állattól, hogy ne zavarják meg a gyermeket a tárgyak kiválasztásában.

4.5. Négy tárggyal négy tevékenységet bemutat

A sorozat korábbi elemeinek megismertetésekor is hasonló készségekre volt szüksége a gyermeknek, de a lehetőségek, melyekből választania kell, most tovább bővülnek.

Most négy lehetőség közül válasszon a gyermek, és négy különböző cselekvést jelentő szót használjunk.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Ha a gyermek ezt a készséget már megtanulta, jó alapja van, hogy a ház körüli tevékenységek kapcsán a szülő által megfogalmazott egyszerű, egy lépésből álló kéréseket is követni tudja. A sorozat minden eddigi beszédértési gyakorlata arra készítette fel a gyermeket, hogy a hétköznapi életben a kéréseket teljesíteni tudja. Most már tudjuk, hogy ki tudja választani több lehetőség közül azt, amit mondunk neki. Az otthoni helyzetekben több dolog is elvonhatja figyelmét – egy szobában több száz féle tárgy van, nem csak négy. De ha továbbra

is ragaszkodunk azokhoz a tárgyakhoz és cselekvésekhez, amiket a gyermek ismer, elvárhatjuk, hogy figyeljen ránk.

Akárcsak a fejlesztések során, most is nagyon fontos, hogy mindenekelőtt a szülő magára vonja a gyermeke figyelmét. Ha rossz irányba téved, vagy valami más elvonja a figyelmét, próbálja meg újra a feladatra irányítani a figyelmét, és ismétlje meg a teljes kérést. Csak akkor segítsen, ha biztos benne, hogy nem a figyelem hiánya miatt hibázik gyermeke.

Kéréseit most nem szükséges négy cselekvést jelentő szóra és tárgyra korlátoznia, ahogyan az a fejlesztések során történt. Az egyik cél az legyen, hogy minél több cselekvést jelentő szót tanítson meg gyermekének. Ahhoz sem kell szigorúan ragaszkodnia, hogy ezek a kérések csak két szóból álljanak – használhat hosszabb utasításokat is, de egyetlen központi elem köré csoportosuljanak, és egyetlen cselekvésre vonatkozzanak. Megpróbálhat ehhez hasonló kéréseket adni: „Add oda ezt a papának!” „Fésűld meg a baba haját!” „Hozd ide a törülköződet!” „Ezt vidd ki!” „Mosd meg a térded!”

A gyermek (akár kisfiú, akár kislány) most már biztosan szívesen játszik babákkal, ha a szülő használ néhány segédeszközt, például teáskészletet, konyhai eszközöket, babaágyat és tisztálkodási kellékeket. Ez az egyik legjobb módszer, hogy a gyermek gyakorolja a cselekvést jelentő szavakat, és hogy újabbakat is megtanuljon. Ezzel egy időben gyakorolhatják a tárgyak funkciójuk alapján történő azonosítását is, például így:

Szülő: „A majom enni kér.”

Gyermek: (nem reagál)

Szülő: „Mivel egyen ez a majom?”

Gyermek: (megfog egy kanalat)

Szülő: „Hát persze, hogy kanállal eszik! Adjunk enni neki? Éhes vagy, majom? Etesd meg a majmot!”

Gyermek: (megeteti a majmot)

Szülő: „Mmmm. Ízlik neki. Most töröld meg az arcát!”

Természetesen képzeletbeli segédeszközöket is használhatunk, valamint el is játszhatjuk a tevékenységeket.

A szülővel közösen gondoljuk végig, milyen igétet taníthatnánk még más játékokkal. Használjunk autókat, buszokat, vonatokat („tol”, „megy”, „megáll”), labdákat („dob”, „gurít”, „pattogtat”, „rüg”), tárolókat („kinyit”, „becsuk”, „megráz”, „tol”) és így tovább. Ne felejtünk el az új cselekvést jelentő szavak tanításakor újabb tárgyakat is bevenni a választási lehetőségek közé.

4.6. Két egymással össze nem függő tevékenységet és két tárgyat tartalmazó kérést végrehajt

A gyermek két részből álló kérést már követ. Amikor négy tárgy közül választhat, kettőt odaad nekünk, ha azt kérjük: „Kérem a ...-t és a ...-t!”

Ezzel a tevékenységgel a gyermek most megtanulja a kettőt összekapcsolni, azaz két különböző tárgyra vonatkozó, két különböző cselekvést is tartalmazó kérést teljesíteni.

Az egyszerű, egy lépésből álló kérésekhez képest óriási előrelépést jelent, ha a gyermek a „csinálj ezt, majd csinálj azt” típusú kéréseket teljesíti. Fontos, hogy a gyermek megtanulja

ezeket a kéréseket követni, hiszen nagyon gyakoriak mindennapjainkban. Ilyen két lépésből álló kéréseket használunk, amikor azt mondjuk, hogy „Fogd meg az iskolatászkád, és várj az ajtóban!” vagy „Vedd le a cipődet, és húzd fel a papucsodat!” vagy „Adj egy jóéjt puszit apának, és mássz be az ágyba!”

Ez a tevékenység megtanítja a gyermeket, hogy ehhez hasonló kéréseket végrehajtsa az asztalnál vagy egy csendes helyen játék közben, amikor a figyelmét nem terelik el más dolgok. A sorozat következő eleme ezt a készséget azáltal bővíti, hogy a természetes otthoni élethelyzetekben alkalmazza.

Minden kérdésben két tárgy szerepeljen, és mindkét tárggyal valami mást kell elvégeznie a gyermeknek. A két cselekvést az „és” szó kapcsolja össze. Lássunk egy példát: „Figyelj csak, üljön le a baba, és a mackó ugorjon egyet!”

Hogyan segítsünk?

Legelőször mutassuk be a feladatot, és mondjuk, mit csinálunk. „Nézd, ugrik a baba, és most megsimogatom a mackót.”

Ha a gyermek az első lépést elvégzi, a másodiknál azonban elakad, szó nélkül tegyük vissza az első tárgyat a helyére, újra vonjuk magunkra a gyermek figyelmét, és ismételjük el a teljes kérést.

Ha a gyermek megint elakad, emlékeztessük rá, hogy van még valami, amit el kell végeznie, azzal, hogy azt mondjuk „És ...?” vagy „Ugrik a baba, és...?”

Ha még mindig nem emlékszik a kérés második felére, tegyünk vissza minden tárgyat a helyére, vonjunk magunkra a gyermek figyelmét, ismételjük el a teljes kérést, és segítsünk neki mindkét lépésben.

Ha az utasítást két részre bontjuk („Ugrik a baba ... Jól van, most puszd meg a mackót!”), nem segítünk a gyermeknek, hogy megtanulja ezt a készséget. A gyermek ilyenkor egy lépésből álló kérést követ, és nem tanulja meg, hogy emlékezzen egy kérdésben szereplő két lépésre.

A készség tanításának kezdetekor próbáljunk minden olyan helyzetet elkerülni, amikor valami elvonhatja a gyermek figyelmét a feladat végzése közben.

4.7. Két egymással össze nem függő tevékenységet és két tárgyat tartalmazó utasítást végrehajt, bárhol a szobában

Most, hogy a gyermek megtanult már két lépésből álló utasításokat követni olyan környezetben, ahol nem vonja el semmi a figyelmét, itt az idő, hogy azokban a helyzetekben is megtanulja ezt a készséget használni, ahol a kérések a leggyakrabban előfordulnak – a lakásban, a hétköznapi tevékenységek során.

Két olyan cselekvést válasszunk, melyek általában nem követik egymást, így biztosak lehetünk abban, hogy a gyermek a kérésre figyel, és nem csak egy begyakorlott cselekvéssorozatot végez. Íme néhány javaslat: „Csukd be az ajtót, és hozz ide nekem egy könyvet!” „Keress egy autót, és ülj a fotelbe!” „Adj Zsuzsinak egy kekszet, és hozz nekem egy kanalat!”

Eleinte olyasmiket kérjünk, melyek általában kapcsolódnak egymáshoz, vagy egymást követik. Ha a szülő megfigyeli, miket kér általában a gyermekétől a nap folyamán, látni fogja, hogy a kérések egyes csoportjai többnyire egy napszakhoz, és különösen a rutinszerű tevékenységekhez kötődnek, mint például az étkezéshez, fürdetéshez, öltözködéshez és lefekvéshez. Mostantól ne egyenként, hanem párba állítva kérjünk dolgokat, például így: „Mosd meg a kezed, és mosd meg a fogad!” „Gyere el az asztaltól, és tedd a tányérodát a mosogatóba!” „Adj a mackónak egy jóéjt puszt, és mássz be a takaró alá!”

Amikor a gyermek ilyen kéréseket már tud teljesíteni, kezdjünk újabbakat is használni, olyanokat, melyek nem kapcsolódnak ilyen szorosan a napi rutinhoz.

Egy dologra figyeljünk: ne adjunk a gyermeknek két lépésből álló utasítást, amikor nincs időnk követni őt. Ha félúton elakadna, ismételjük meg az egész kérést, és menjünk végig vele akár mindkét lépésen. Ha mindig megismétljük neki a kérés második felét, a gyermek megszokja, hogy nem érdemes az egész utasításra odafigyelni.

A fenti példák mind gyakorlatias tevékenységekhez kapcsolódtak, de természetesen játék közben is megkérhetjük két lépésből álló feladatokra. Próbáljunk használni ilyeneket képzeletbeli játékok kapcsán is, amikor pl. feltesszük a postásapokát, és elviszünk egy levelet a nagypapának.

4.8. Három egymással össze nem függő tevékenységet és három tárgyat tartalmazó utasítást végrehajt, bárhol a szobában

A készség kitűnően fejleszti az auditív figyelmet és a hallási memóriát.

Minden kérdésben három különböző cselekvés és három különböző tárgy szerepeljen. Megjegyezzük, hogy általában nem fontos, hogy a gyermek ugyanabban a sorrendben végezze a három cselekvést, ahogyan a kérésben szerepelt, de amikor segítünk neki, jó, ha ragaszkodunk a sorrendhez.

Ha a három lépésből álló utasítások nem adódnak természetesen, szánjunk rá külön időt, amikor emlékezéssel kapcsolatos feladatokat játszunk, beleértve a három lépésből álló tevékenységekre adott utasításokra emlékezést, és azok végrehajtását is. Még szórakoztatóbb a gyakorlás, ha más gyerekeket is bevonunk a játékba, és többen, egymást felváltva gyakorolják a visszaemlékezést.

5. Jelzőket tartalmazó kérések megértése

A jelzők olyan szavak, melyek többet elmondanak egy tárgyról vagy egy cselekvésről.

Segítségükkel színesítjük és életre keltjük kifejező nyelvhasználatunkat, és velük tudunk a dolgokról pontosabb leírást adni. A jelzőket a gyermeknek előbb értenie kell ahhoz, hogy beszédében használni is tudja őket. A jelzők segítségével árnyaltabban tudja majd kifejezni magát a másokkal való kommunikáció során.

Ahhoz, hogy a gyermek ebben a sorozatban előrehaladjon, nem szükséges, hogy a szavakat ki is tudja mondani. Azzal jelzi, hogy megértette a szó jelentését, ha teljesíti a jelzőket tartalmazó kéréseket. A feladat most többnyire az lesz, hogy egy bizonyos jelző alapján több lehetőség közül válasszon – például válassza ki a nagy tárgyat, vagy válassza ki a durva tárgyat.

Ha a gyermek tud már beszélni, biztassuk őt, hogy mondja is ki a szavakat, amellet, hogy a kéréseket végrehajtja. A *nem verbális jelzések használata és a beszédprodukciónak* részben találunk arra vonatkozó javaslatokat, hogyan segíthetünk a gyermeknek, hogy ezeket a szavakat használja, amikor másokkal kommunikál.

Lássuk a sorozatban szereplő készségeket. A részletes leírás ellenére nem szerepel a programban minden gyakori jelző (pl. hideg-meleg, finom), azonban a szempontok segítik gondolkodásunkat.

2-től 3 évesig

1. A *nagyot* választja kicsi és nagy közül.
2. A *kicsit* választja kicsi és nagy közül.
3. Méret alapján választ, két pár tárgy esetén.

3-tól 4 évesig

4. Kiválasztja a *hosszút* és a *rövidet*.
5. Kiválasztja a *keményet* és a *puhát*.
6. Kiválasztja a *durvát* és a *simát*.
7. Kiválasztja a *nyitottat* és a *csukottat*.
8. Válaszol vagy bemutatja: „Mit csinálsz, amikor *fázol/fáradt/éhes* vagy?”
9. Kiválasztja egy csoport *azonos* tagjait.
10. Kiválasztja egy csoport *eltérő* tagjait.
11. Kiválasztja vagy bemutatja a *vidámat*, *szomorút* vagy *mérgeset*.
12. Kiválasztja a *nagyobbat* és a *kisebbet*.
13. Kiválasztja az *első*t és az *utolsó*t.

5.1. A nagyot választja kicsi és nagy közül

5.2. A kicsit választja kicsi és nagy közül

Ezt a két jelzőt egyszerre is megfigyelhetjük, illetve taníthatjuk. Bármilyen eszközt használhatunk a tanításhoz, minél változatosabb eszközöket találunk, annál jobb. Olyan tárgy- és képpárokkal dolgozunk majd, melyek minden szempontból ugyanolyanok (vagy hasonlóak), egyedül méretüket tekintve különbözőek. Méretükben jelentősen el kell térniük egymástól, különösen a tanítás kezdeti szakaszában.

Ha a gyermek szívesen foglalkozik képekkel, vágjunk ki kartonpapírból darabokat, és rajzoljunk rájuk ugyanabból a tárgyból egy nagy és egy kis változatot. Ügyeljünk rá, hogy a nagyobb tárgy egyszer a baloldalon legyen, máskor a jobboldalon. Ezenkívül gyűjtsünk össze tárgyakat – kis és nagy háziállatokat, mackókat, kanalakat, autókat, kavicsokat, cipőket és így tovább.

A nagy és a kicsi tárgy kiválasztását egyszerre gyakoroljuk, akkor is, ha a gyermek esetleg az egyik fogalommal már tisztában van. Azt a fogalmat, amelyiket gyengébben tudja, többször gyakoroljuk.

A tanítást azzal kezdjük, hogy egyértelműen azonosítsuk a kicsi és a nagy tárgyakat, mielőtt megkérjük a gyermeket, hogy valamelyiket válassza ki. Hangsúlyozzuk: „Nézd, van egy NAGY autóm és van egy KICSI autóm.” Engedjük meg, hogy megfogja a tárgyat, vagy ujjával megtapogassa a képet.

Kérjük meg, hogy válassza ki valamelyiket, és erősítsük meg, ha helyesen választott – ismét hangsúlyozzuk ki a kulcsszót: „Nagyszerű, megtaláltad a *nagyot*!”

Ha nem a helyes tárgy vagy kép felé nyúl, lépünk közbe, és vonjuk ismét magunkra a figyelmét, így: „Mutasd meg nekem a *nagy* autót ... Nézz csak ide!” (meg is foghatjuk a kezét) „Hol van a *nagy* autó?” Ha továbbra is hibázik, segítsünk neki rámutatni vagy odavinni a kezét, és közben mondjuk neki: „Nézd, itt van a *nagy* autó. Vedd el a *nagy* autót!”

Amikor már megértette a feladatot, elég, ha kevesebbet segítünk neki, beleértve a kezdeti bemutatást. A fejlesztés során váltogassuk az eszközöket, gyurmából gyúrhatunk golyókat, rajzolhatunk cicákat, fűzhetünk kétféle nagyságú gyöngyöt stb.

Sokféle tárgy létezik kis és nagy méretben – játékok, könyvekben képek, háztartási eszközök, állatok és emberek. Amikor alkalom adódik, mindig beszéljünk a gyermeknek a különböző méretekről.

5.3. Méret alapján választ, két pár tárgy esetén

Ebben a feladatban a gyermeknek nemcsak az általunk meghatározott méretet kell megértenie, hanem magát a tárgyat is, melyet megnevezünk.

Ugyanaz a módszerünk, mint amit feljebb részletesen leírtunk, de most egyszerre két pár tárgyat használunk. Amikor a kérést megfogalmazzuk, mind a méretet, mind a tárgy nevét hangsúlyozzuk ki. A feladat közben váltogassuk a tárgyakat és a tárgyak helyzetét is az asztalon.

Szerepjáték során rengeteg lehetőség adódik a gyakorlásra. Játshatunk kicsi és nagy méretű mackókkal, babákkal. Játshatjuk, hogy vendégségbe érkeznek egymáshoz. A teát

kicsi és nagy bögrékben szolgálhatjuk fel, hozzá adhatunk megfelelő méretű kanalakat. Még kicsi és nagy szendvicseket is készíthetünk neki, kicsi és nagy kekszről nem is beszélve.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A készség tanításával párhuzamosan a szülő otthoni kéréseiben már használhatja a tárgyak méretére vonatkozó meghatározásokat is. Ahelyett, hogy arra kérné a gyermeket, hogy hozzon neki egy kanalat, kérheti, hogy egy nagy kanalat hozzon, és így tovább.

Később megpróbálhatunk már olyan tárgypárokat is használni, melyek mérete között nincs olyan jelentős különbség.

5.4. Kiválasztja a hosszút és a rövidet

Eszközként különböző hosszúságú szalagokat, rudacskákat, cső darabokat használhatunk. Ha a hosszúságot akarjuk bemutatni, rajzoljunk kígyókat, vonatokat, hullámot, haját. Bármilyen eszközt is használunk, engedjük meg, hogy a gyermek érezze, vagy ujjával kövesse a dolgok hosszúságát.

Íme egy ötlet a „hosszú” és „rövid” játékra. Keressünk egy merev dobozt tetővel. A műanyag ételtartó dobozok tökéletesen megfelelnek a célnak. Szükség van még néhány szalagdarabkára, némelyik nagyon hosszú legyen (akár egy méter hosszú), mások pedig viszonylag rövidek.

Csináljunk apró lyukakat a doboz aljára (a tetejére ne). Kössünk csomót a szalagok egyik végére, bújtsuk át a lyukon, és kössünk csomót a másik végére is. Húzzuk be az összes szalagot a dobozba, hogy csak a csomók látszódjanak. Tegyük a dobozra a tetejét, a szalagok belül legyenek.

A gyermek szívesen húzogatja majd ki a szalagokat, miközben arról beszélgetünk, hogy melyik milyen hosszú. Ha már a színeket is ki tudja választani, többféle színű szalaggal készítsük ugyanezt a játékot.

5.5. Kiválasztja a keményet és a puhat

A gyermekek nagyon szeretik a dolgokat kitapintani, ezért a kemény és a puha dolgok megkülönböztetését nagyon fogják élvezni – ez a feladat egy kicsit más, mint a többi, amelyekben főleg nézni kell a dolgokat.

Ha választani kell, sok gyerek hajlik arra, hogy a puha tárgyat válassza – talán azért, mert tapintása kellemesebb, talán mert gyakrabban foglalkozunk hétköznapi életünkben azokkal a dolgokkal, melyek puha tapintásúak. A kemény dolgok fogalmát érdekesebbé tehetjük, ha egy kis eseményt viszünk a tevékenységbe, pl. kemény felületeken kopogunk az ujjunkkal, megpróbálhatjuk az ujjunkat belenyomni, és így tovább.

Gondoljunk arra, hogy a gyermek talán megint meg akarja tapintani a tárgyat, mielőtt a kérést követi, és úgy tűnhet, hogy nem a helyes tárgyat választja. Addig kell várnunk, míg egyértelműen nem jelzi, hogy döntött. Elkerülhető ez a probléma, ha például azt kérjük, hogy „Tedd a dobozba a *keményt* (*puhat*)!”. Ilyenkor a gyermek addig tapinthatja a tárgyat,

amíg akarja, mi pedig közbeléphetünk – dicsérettel vagy segítséggel –, ha az egyik tárgyat a tartóba teszi.

Ennek a készségnek a tanításához sokféle tárgyat használjunk (pl. székpárna, foci- vagy gumilabda, lufi). A puhaságnak is többféle fajtája és fokozata van, és még a kemény dolgok is lehetnek durvák, simák, nehezek vagy könnyűek. Ha elég sok példát mutatunk a gyermeknek, megtanulja, hogy mely tulajdonságokra figyeljen.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Biztassuk a szülőket, hogy amikor alkalom adódik, mindig hívják fel a gyermek figyelmét a kemény és a puha dolgokra. Mutassák meg neki, hogy a puha tésztából, ha megsütjük, kemény lesz – az összehasonlítás céljából hagyjanak meg néhány nyers darabot. Gyúrhatnak golyókat levegőre száradó gyurmából is.

Mivel a hőmérséklet érzékelése is tapintással történik, itt javasoljuk a hideg-meleg ellentétpár tanítását is. Ezek ismerete különösen a veszélyforrások miatt fontos (pl. meleg sütő, vasaló, diavetítő, ill. hideg jégkocka, fagyi, fürdővíz stb.). A hőmérséklet változására is hívjuk fel a gyermek figyelmét: „Még meleg a leves. Fújd meg, várunk egy kicsit. Most már eheted.”

5.6. Kiválasztja a durvát és a simát

Hasonlóan mutassuk be, mint a keménységet és puhát. A gyakorláshoz használhatunk különféle felületű labdákat. Érzékeltes példát lehet odahaza megmutatni a gyermeknek az apa arcát borotválkozás előtt és után.

5.7. Kiválasztja a nyitottat és a csukottat

Ehhez a tevékenységhez némi előkészület szükséges. A babaház bútorai megfelelnek, de minden tárgyból két példányra lesz szükségünk, vagy olyan darabokra, melyeken két nyitható-csukható ajtó vagy fiók van. Könnyen rajzolhatunk nyitott vagy csukott állapotban lévő tárgyakat – például „nyitott száj”, „csukott száj”, „nyitott szem”, „csukott szem”, „nyitott ajtó”, „csukott ajtó”. Nem javasoljuk, hogy csak képekkel tanítsunk, de a változatosság kedvéért ezeket is használjuk. Talán a szülőnek van otthon ékszeres dobozkája, amin több kis fiók van, de olyan baba biztosan van, amelyiknek a szeme lecsukódik.

A kötött foglalkozások alkalmával olyan eszközöket használjunk (amint fentebb írtuk), melyeket a gyermek kinyithat és becsukhat. Ha egyszerre csak egy tárgyat adunk a gyermeknek, ő természetesen az ellenkező pozícióba fogja mozdítani az ajtót, anélkül, hogy igazából odafigyelne a kérés tartalmára.

A foglalkozások elején mutassuk be a feladatot, és ezután kérjük meg a gyermeket, hogy nyissa ki vagy csukja be az ajtót. Ha szükséges, segítsünk neki, a tanítást pedig addig folytassuk, míg a gyermek már nem igényel segítséget.

A lakásban kínáló alkalmak általában vagy csak a kinyitás, vagy csak a becsukás lehetőségét nyújtják, így ezekből önmagukban nem tanulja meg a gyermek a szavak jelentése közti különbséget. Mégis, ezekben a helyzetekben tovább erősítheti és bővítheti a gyermek

azt a készséget, amelyet a foglalkozások során megtanult. Szórakoztatónak fogja találni, ha kezét, szemét kell becsuknia, kinyitnia, vagy ha nézi, amint ugyanezt csináljuk mi is mondókázás közben.

Esetleg összeköthetjük finommozgás-tevékenységekkel, például dobozok és csavaros tetejű üvegek ki-becsukásával.

5.8. Válaszol vagy bemutatja: „Mit csinálsz, amikor fázol/fáradt/éhes vagy?”

Ebben a feladatban a test érzékeléseivel foglalkozunk. A fent felsorolt néhány érzet csak példa, megtaníthatjuk, hogy milyen, ha „meleged van”, „beteg vagy”, „megáztál”. Az érzelmi állapotokat, például a „vidám”, „szomorú” és „mérges” fogalmakat későbbi feladatban mutatjuk be.

A beszélő gyermek erre a kérdésre egyszerűen válaszolhat, vagy elmondhatja érzéseit anélkül, hogy kérdezik. Ha azonban a gyermek még nem tud beszélni, megtanulhat néhány gesztust, melyekkel közölheti másokkal, hogy érti a szavak jelentését, továbbá közölheti érzéseit és szükségleteit.

- A gyermek akkor felel helyesen a „Mit csinálsz, amikor fázol?” kérdésre, ha:
 - a) szóban, logikusan válaszol, például: „Pulóvert felveszek”, „pulóver”, „odamegyek a kályhához” vagy „vacogok”. Bármilyen logikus válasz elfogadható – ha biztosak vagyunk benne, hogy a gyermek megértette a kérdést; *vagy*
 - b) megfelelő gesztust alkalmaz, például úgy csinál, mint aki vacog.
- A gyermek akkor felel helyesen a „Mit csinálsz, amikor fáradt vagy?” kérdésre, ha:
 - a) szóban válaszol, például „lefekszem”, „alszom”, „pihen”; *vagy*
 - b) alvást utánzó gesztust tesz.
- A gyermek akkor felel helyesen a „Mit csinálsz, amikor éhes vagy?” kérdésre, ha:
 - a) szóban válaszol, például: „palacsintát eszem”, „eszik”, „vacsora”; *vagy*
 - b) evést utánzó gesztust tesz.

Ha a gyermek már tud beszélni, ezt a készséget a társalgások részeként ismertessük meg vele, különösen valódi élethelyzetekben, amikor a gyermek tényleg fázik, fáradt vagy éhes. Ha még nem beszél, ezeket a fogalmakat akkor is bevonhatjuk a mindennapi életbe, de érdemes a rendszeres foglalkozások alkalmával is egy kis időt szánni rá.

Határozzuk el, hogy milyen gesztust kapcsolunk egy-egy szóhoz, és ezt bemutatás útján tanítsuk. Mindig használjunk egy szót vagy egy kifejezést is, mely arra utal, amit éppen cselekszünk.

Játszhatunk például egy babával. Tegyük néhány segédeszközt az asztalra – néhány ruhát vagy takarót, kanalat vagy játék ételt, vagy egy kis ágyat. Mondjuk, hogy „A baba fázik. Mit fog csinálni?” Ha a gyermek nem reagál, segítsünk neki úgy, hogy több információt adunk. „A baba fázik. Nézd, reszket. Szüksége van egy” Emellett segítségképpen mi magunk is eljátszhatunk egy lehetséges alternatívát, majd térjünk vissza a kérdéshez.

Az otthoni mesékben a szülő is beszélhet arról, mit csinál a cica, amikor fáradt, mire van szükségük a mókusoknak, amikor éhesek, hogyan tudunk segíteni a mackónak, amikor fázik.

Szerepjáték során el lehet játszani, hogy a gyermek az apa vagy az anya, és a babák vagy állatkák elmondják nekik, hogy érzik magukat.

5.9. Kiválasztja egy csoport azonos tagjait

Mostanra a gyermekben már kialakult egy kép az „azonosságról”, hiszen már képes tárgyakat, képeket, színeket, méreteket stb. egyeztetni. Ennek a feladatnak az a célja, hogy a gyermek az „ugyanolyan” vagy „azonos” szavakat megértse.

Használhatunk az azonosítás folyamatához tárgyakat, képeket. Kezdetben három-négy darab kártyából álló készletet használjunk. Minden készletben két egyforma és egy-két különböző forma vagy kép szerepeljen.

Eleinte adjuk oda a gyermeknek a mintakártyát, és hagyjuk, hogy párosítsa azzal, amelyikkel megegyezik. Egy kis gyakorlás után kérjük meg, hogy mutasson rá, vagy adja oda nekünk azt a kártyát, amelyik ugyanolyan.

Ha hibázik, mutassuk meg neki a mintakártyát, és azt, amelyiket kiválasztotta, és mondjuk: „Ezek ugyanolyanok (egyformák)? Nem, különbözőek. Nézd, *ezek ugyanolyanok!*”

Otthon a mosnivaló ruhák kiválogatásával kitűnően lehet ezt a készséget gyakorolni. Esetleg jó alkalom lehet a játékok rendrakása is a szekrényben. Keressünk eszközöket a gombos dobozban, az evőeszköztartóban vagy a szerszámládában.

Azok a feladatlapok, melyekben a gyermeknek egy vonallal össze kell kötnie az egyforma tárgyakat, nagyon jól előkészítik az iskolai munkát. A készség bővíthető úgy, ha több lehetőség közül választ a gyermek, vagy a különbség a változatok között egyre kisebb. Az olvasást előkészítő munkafüzetekben további példákat is találunk, bár előfordulhat, hogy némely feladatot a gyermek adottságaihoz kell majd igazítanunk.

5.10. Kiválasztja egy csoport eltérő tagjait

A „más” (nem ugyanolyan, különböző, eltérő) szó – általános használatától eltekintve – olyan fogalmat jelöl, mely a legtöbb óvodában és iskolában az olvasást előkészítő programok során nagyon nagy hangsúlyt kap.

Eleinte ugyanazokat az eszközöket használjuk, mint az előző feladatnál, de most azt kérdezzük: „Melyik más?”, és az egyeztetési lépést kihagyjuk a folyamatból. Hogy változatosabbá tegyük a feladatot, készítsunk három egyforma képet vagy formát ábrázoló kártyát, és egy negyediket, ami legyen más. Mondjuk a gyermeknek, hogy „Mutasd meg, melyik más!” Vagy állítsunk össze egy sort négy tárgyból, három ugyanolyan, egyik más legyen. Mindig változtassuk annak a tárgynak a helyét a többihez képest, amelyik különbözik a többitől.

Ha a gyermek már használja az „igen” és „nem” szavakat, mutathatunk neki két tárgyat, és megkérdezhetjük tőle „Ezek egyformák?” vagy „Ezek mások (eltérőek)?”

Bővíthetjük a feladatot úgy, hogy a tárgyak vagy képek közti eltérést csökkentjük.

5.11. *Kiválasztja vagy bemutatja a vidámat, szomorút vagy mérgeset*

Korábban a gyermek megtanulta a jelzőket, melyek a fázást, fáradtságot és éhséget fejezik ki. Most olyan szavakkal foglalkozunk, melyek érzelmi hangulatokra utalnak. Mi a „vidám”, a „szomorú” és a „mérges” szavakra összpontosítunk, de természetesen számtalan más hasonló szó létezik, amelyet ugyanígy megtaníthatunk, például az „ijedt”, „izgatott”, „magányos”, „dühös” vagy „elégedett”.

Ha egy már beszélni tudó gyermek ki tudja fejezni azt, amit érez, olyan előny, melyet mi magunk is gyakran tapasztalunk. Azok a gyermekek is hasznát látják ennek az ismeretnek, akik még nem tanultak meg beszélni, hiszen most már jelezni tudják, hogy helyesen értelmezzük-e érzéseiket, továbbá jobban meg fogják érteni azokat a személyeket, akik érzéseikről beszélnek nekik.

Keressünk vagy rajzoljunk olyan képeket emberekről, akiknek az arcán ezek az érzések tükröződnek. Mindegyik érzéshez legalább két képet keressünk. Kérjük meg a gyermeket, hogy mutassa meg azt az embert, aki *vidám/szomorú/mérges*.

Kezdetben úgy segíthetünk, hogy a saját arcunkkal mutatjuk be az érzelmi változásokat, majd arra kérjük a gyermeket, hogy utánozzon bennünket. Fogalmazzuk meg, kommentáljuk cselekvéseinket. Bővíthetjük az eszköztárat olyan társasjátékokkal, melyekben az arcokon jól elkülöníthető mimika tükröződik (pl. macis öltöztető fából).

5.12. *Kiválasztja a nagyobbat és a kisebbet*

Ebben a készségben a gyermek a meglévő fogalmait a „nagyról” és a „kicsiről” most az összehasonlításokban előforduló megfelelőikkel, a „nagyobb” és a „kisebbel” bővíti. Ezek a viszonyításban használt szavak az iskolában a számolás kapcsán különösen fontosak lesznek.

Három hasonló, de különböző nagyságú tárgyra lesz szükségünk, például, egy kicsi, közepes és nagy baba, valamint egy kicsi, közepes és nagy autó.

A foglalkozás elején tegyük a közepes tárgyat az asztalra, és nevezzük meg: „Nézd, van egy babám!”

Majd mondjuk: „Itt egy másik baba. Ez a baba *kisebb*. Nézd, ez a baba pedig *nagyobb*.”

A készséget többnyire taníthatjuk a játék során, és ideális, ha azt játsszuk, hogy „úgy teszünk, mintha”. Csináljunk úgy, mintha egy nagy baba készülné elmenni otthonról. Vegyünk elő sokféle segédeszközt – kicsi, közepes és nagyméretű kalapokat, kendőket, táskákat stb. Válasszunk ki egy közepes méretű darabot (például egy kalapot), és mondjuk: „Ez a kalap jó a babának? Nem, egy *nagyobb* kell neki.” A „*kisebb*” fogalmát kihangsúlyozhatjuk, ha egy kicsi babával tesszük ugyanezt. Azt is játszhatjuk, hogy három különböző méretű babának megfelelő tányért, poharat és kanalat keresünk a teázáshoz. Ilyenkor a „*kisebb*” és „*nagyobb*” méreteken kívül lehetőségünk van a „közepes” méretről is beszélni.

Ezek a játékok előkészületet igényelnek, de azokat az alkalmakat is kihasználhatjuk, melyek természetesen adódnak – amikor a szülővel az asztalt megterítük („a babának *kisebb* kanál kell”), vagy amikor együtt vásárolnak („látsz itt *nagyobb* ananászt?”). Természetes összehasonlítások előfordulnak a családban is, különösen akkor, ha a gyermeknek van nagyobb vagy kisebb testvére. „Szilvi *nagyobb/kisebb*, mint te – a cipője is *nagyobb/kisebb*, mint a tiéd. Az ujjai is *nagyobbak/kisebbek*, mint a te ujjaid” és így tovább.

Egyéb viszonyításban használt szavakat is megtaníthatunk még, például a „hosszabb” és „rövidebb”, „keményebb” és „puhább”, „durvább” és „finomabb”; és megtaníthatjuk most már a „legnagyobb” és „legkisebb” szavakat is.

5.13. Kiválasztja az elsőt és az utolsót

Az „első” és „utolsó” szavak közeli rokonságban állnak a helyhatározó szavakkal – arra is használjuk őket, hogy meghatározzuk, egyes dolgok hol vannak. De sok más helyzetben is használjuk őket, és fontos, hogy e szavak széles körű alkalmazását mindjárt az elején világossá tegyük a gyermek számára.

Ezeket a szavakat a leggyakrabban olyan helyzetben használjuk, amikor személyek vagy tárgyak sorban haladnak egy cél felé. Szükségünk lesz képekre, melyeken emberek vagy állatok sorban mennek vagy futnak, mindenestre mindannyian ugyanabba az irányba tartanak. Segít az is, ha a kép a célt is ábrázolja – például kereshetünk egy képet, amelyen négy vagy öt gyermek az iskola felé ballag, vagy kacsák sorban totyognak a pocsolya irányába. Rajzolhatunk is ilyen képeket, továbbá kiválaszthatunk kisebb babákat vagy játékalatokat, és kockákkal vagy más eszközzel jeleníthetjük meg a célt, ami felé haladnak. Mágnes táblára is helyezhetünk a gyermekkel együtt figurákat (pl. hosszú vonatot sok kocsival) a változatosabb gyakorlás érdekében. A képek alkalmazása előtt azonban jobb, ha cselekedtetjük a gyermekeket játék során.

A fent leírt eszközöket felhasználva meséljünk a gyermeknek egy történetet, később váltogathatjuk az irányt, amerre az emberek, állatok vagy járművek haladnak.

Ha az első kérdésünk után a gyermek hibázik, próbáljuk meg a kérdést másképpen megfogalmazni úgy, hogy több információt adjon. Például, ha az első kérdésünk így szól: „Ki lesz az *utolsó*?”, akkor a következő kérdés ez legyen: „Ki lesz az *utolsó*, aki ma utoljára megy be az ajtón?” Ha a gyermek ezután is hibázik, lépünk közbe, és fizikailag segítsünk neki megtalálni a helyes választ.

Addig folytassuk ezt, míg a gyermek magától kiválasztja az „első”-t és az „utolsó”-t jó pár eszköznél, valamint a ház körüli tevékenységeknél.

Az „első” és az „utolsó” kifejezések gyakorlására számos alkalom nyílik otthon. A szülő étkezéskor megkérdezheti gyermekét: „Melyik lesz az *első* falat?” és „Nézd, már csak az *utolsó* van hátra!” Ha idősebb testvéreit várják haza az iskolából, megbeszélhetik, hogy ki érkezik haza először. Rendezhetnek versenyeket a babáknak, autóknak és az embereknek.

A sorozatot bővíthetjük úgy, hogy megismertetjük a gyermeket további jelzőkkel. Ilyenek például „vizes” és „száraz”, „hangos” és „halk”, „nehéz” és „könnyű”, „üres” és „teli”, „több” és „kevesebb”, valamint „sok” és „kevés”.

Otthoni helyzetekben a gyerekek könnyen megtanulják a „veszélyes” szó használatát is, a tiltással összefüggésben.

6. Helyhatározót tartalmazó kérések megértése

A fejezetben a gyermek olyan kérések teljesítését tanulja meg, amelyekben helyhatározók szerepelnek. Ezek a szavak fejezik ki azt, hogy valami hol van, vagy valami hol történik. A tanítás során figyelembe kell venni a magyar nyelvre jellemző irányhármasságot, és kérdéseinket is ennek megfelelően kell megfogalmaznunk (hová, hol, honnan). A fejezet gyakorlataihoz könnyen találunk eszközöket.

A többi gesztus- és beszédértés-gyakorlattal együtt erre a sorozatra is vonatkozik, hogy minden asztalnál vagy egy csendes szobában végzett munka tulajdonképpen előkészítése a készségek hétköznapi környezetben való alkalmazásának. Emellett előkészítjük, hogy a gyermek saját kifejező beszédében is tudjon helyhatározó szavakat alkalmazni.

Lássuk a sorozatban szereplő készségeket.

2-től 3 évesig

1. Kérésre felfordított pohár *alá* vagy *rá* tesz tárgyakat.
2. Tárgyat kérésre egy edénybe tesz.
3. Tárgyat kérésre edényből kivesz.
4. Tárgyat kérésre *be*, *rá* vagy *alá* helyez.

3-tól 4 évesig

5. Kérésre egy tárgyat egy másik *elé*/*mögé* tesz.
6. Kérésre egy tárgyat egy másik *mellé* vagy *attól távolabb* helyez.
7. Kérésre egy tárgyat felfordított pohár *elé*, *mögé*, *mellé*, *attól távolabb*, *rá* és *alá* helyez.

6.1. Kérésre felfordított pohár *alá* vagy *rá* tesz tárgyakat

Kisgyerekek gyakran tesznek dolgokat – sőt, maguk is szívesen bújnak be – valami alá. Ezért nem meglepő, hogy a készség tanításának kezdeti szakaszában a gyermek nem veszi figyelembe azt a kérést, hogy tegyen rá valamit valamire, és gyakran valami alá teszi a tárgyat. Ennek a készségnek az elsajátításához nemcsak a *valamin* és a *valami alatt* kifejezések kölcsönös helyzetét kell összefüggésbe hoznia, hanem azt is meg kell figyelnie, amit mondunk, és annak megfelelően kell cselekednie

Mindjárt a kezdetektől sokféle eszközt alkalmazzunk a tanításnál. Ezzel élvezetesebbé tesszük a foglalkozásokat, és a gyermek látni fogja, hogy milyen sokféle helyzetben tudja használni ezeket a szavakat. A gyakorláshoz bármilyen tartó edényt használhatunk, amit fejjel lefelé lehet fordítani, és ha van sok babaházba való bútor, még változatosabban gyakorolhatjuk a készséget.

Mielőtt elkezdenénk a feladatot, mindig próbáljunk meg szemkontaktust teremteni a gyermekkel, és győződjünk meg róla, hogy hallgatja, amit mondunk neki. A tanításkor eleinte mindig mutassuk be a feladatot. Mondjuk: „Nézd, *rátesszem* a kockát. Most *alá* teszem. Te is tedd *rá*!”

Ha a gyermek nem figyel, vagy rossz helyre készül tenni a tárgyat, vonjuk megint magunkra a figyelmét, ismételjük meg még egyszer a kérést, és segítsünk neki a jó helyre tenni a tárgyat. Lehet, hogy meg kell fognunk a kezét, és úgy kell irányítanunk, de gyakran az is elég, ha rámutatunk a jó helyre. Foglalkozásonként, de az egyes foglalkozások alatt is, váltogassuk az eszközöket.

Ha a gyermek helyesen teljesítette a feladatot és megdicsérjük, mindig hangsúlyozzuk ki a kulcsszót: „Ügyes vagy, *rátetted*. A nyuszi most *rajta* van a poháron.” A megerősítésnél figyeljünk az irányhármasságra, hiszen a gyermek számára ez külön nehézséget jelenthet, ezért a feladatban nem szereplő relációkat csak később tanítsuk (*alatt, alól, illetve -on, -ról*).

A készség tanításához otthoni környezetben szinte bármit használhatunk, amit valamire *rá* és valami *alá* lehet tenni, illetve amire és ami *alá* lehet valamit tenni. Játékos tornabemutatót rendezve a gyermek fel is mászhat dolgokra és bemászhat dolgok alá. Különböző mozdulatsorok elvégzését összeköthetjük a testrészek gyakorlásával, amit kezdetben utánzással könnyíthetünk, pl. kérésre tegye a kezét a térdére vagy a térdé alá stb.

Mialatt a sorozat többi helyhatározó szavát tanítjuk, addig se felejtjük el a gyermekkel gyakorolni, hogy egy tárgyat valamire *rá* és valami *alá* tegyen. Képeskönyvek nézegetése közben is szóba hozhatjuk ezeket a fogalmakat: „Mi ment a híd *alá*?” (később „Mi van a híd *alatt*?”) vagy „Hova bújta a cica?” („Hol van a cica?”, később „Honnan kukucskál a cica?”)

6.2. Tárgyat kérésre egy edénybe tesz

6.3. Tárgyat kérésre egy edényből kivesz

A két fogalmat – egy tárgy valamibe helyezését és valamiből kivételét – együtt tanítjuk, akárcsak a valamire és a valami *alá* helyezést. A gyerekek többnyire hamarabb megtanulják, hogy egy tárgyat valamibe bele lehet helyezni, azonban arra, hogy valamiből ki lehet venni, már kevésbé figyelnek.

Minél többféle edényt és tárgyat használunk, annál valószínűbb, hogy a gyermek változatosabb helyzetekben használja majd ezeket a készségeket.

A fejlesztések során kevésbé javasoljuk direkt helyzetben a helyhatározók tanítását, hiszen természetes szituációkban hatékonyabban lehet gyakorolni, pl. az új játék közös ki-be pakolása dobozból, kosárból. A többszavas kérésekbe is jól beilleszthetők, helyhatározókkal nehezíthetjük a feladatokat.

A valamibe és valamiből tanítására a kertben is találunk bőven lehetőséget. Tárgyakat vízzel teli vödörbe lehet tenni, és ki lehet belőlük venni. Különleges alkalmakkor próbáljuk ki, hogy fűrdőhabbal felhabosított vízzel teli vödörbe teszünk tárgyakat, melyek eltűnnek, majd ismét előbukkannak. A homokot, vagy akár egy edény gabonamagot is jól lehet használni. Kipróbálhatjuk a feladatot üvegekkel is, melyeket fel kell fordítani ahhoz, hogy a benne lévő tárgyat kivegyük. Mivel ez a két feladat egyszerre tanítja a két irányt, itt már megjelenhet a harmadik is, azaz hogy a tárgyak valamiben vannak. Kérdésekkel segíthetjük ezek megértését:

„Hová teszed a gyöngyöt?” – „Pohárba.”
„Hol van a gyöngy?” – „Pohárban.”
„Honnan veszed ki a gyöngyöt?” – „Pohárból.”

6.4. Tárgyat kérésre be, rá vagy alá helyez

Ebben a feladatban a három korábban tanult helyhatározó szót a gyermek most nehezített összefüggésben fogja használni.

Helyezzünk két poharat az asztalra, az egyiket állítva, a másikat fejjel lefelé fordítva. Adjunk a gyermeknek pl. kockát vagy más apró tárgyat, és mondjuk neki, hogy tegye a pohárba, rá vagy alá. Tornateremben vagy játszótéren saját mozgását is kihasználhatjuk a változatos gyakorláshoz. A lehetőségek tárháza szabadon bővíthető.

6.5. Kérésre egy tárgyat egy másik elé/mögé tesz

6.6. Kérésre egy tárgyat egy másik mellé vagy attól távolabb helyez

Ezeket a helyhatározó szavakat és kifejezéseket egyszerre is taníthatjuk, ugyanazon tevékenység során, de taníthatunk először csak kettőt, és a másik kettővel akkor kezdünk foglalkozni, ha a gyermek már jól halad. Mivel a „hol?” kérdőszót általában hamar megértik a gyerekek, az előtt, mögött és a mellett névutók tanítását már ekkor elkezdhetjük tanítani, megfelelő időt hagyva a páronkénti gyakorlásra.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Könnyen lehet alkalmat találni arra, hogy ezt a készséget a foglalkozásokon kívül a szülő is gyakorolhassa a mindennapokban. Az egyik legjobb mód a gyakorlásra, ha megkéri a gyermeket, hogy helyezkedjen különféle pozíciókba egy tárgyhöz vagy egy személyhez viszonyítva. Ha a tárgy mozdulatlan marad, de a gyermek közben helyet változtat, a helyhatározók összefüggéseire is fény derül. Képeskönyvek nézegetése közben is beszéljen gyermekével a tárgyak és a figurák egymáshoz viszonyított elhelyezkedéséről, bár a téri viszonyok megértése könnyebb, mint a síkban ábrázoltaké.

6.7. Kérésre tárgyat felfordított pohár elé, mögé, mellé, attól távolabb, rá és alá helyez

Ebben a feladatban a sorozatban tanult valamennyi helyhatározóval egyszerre foglalkozunk, kivéve azt, amikor egy tárgyat valamibe teszünk és valamiből kiveszünk.

A játék során figyeljük meg, hol hibázik esetleg a gyermek, és azokban a helyzetekben külön segítsünk neki. Csak annyi segítséget nyújtunk, amennyi feltétlenül szükséges, és fokozatosan hagyjunk el minden segítséget és szóbeli emlékeztetést is.

Szerepjáték során játszunk egy nagy játékkal (például egy mackóval) és egy nagy dobozzal vagy fejjel lefelé fordított vödörrel, vagy kérjük meg a gyermeket, hogy egy nagy

dobozhoz vagy székhez képest helyezkedjen el különböző pozíciókba. Bármilyen bútor vagy használati tárgy alkalmas a gyakorlásra, ami egyszerű, kéznél van, és ami érdekli a gyermeket. Folytathatjuk a tanítást a *között* névutóval, valamint az eddigi helyhatározók harmadik, legnehezebb irányával (*alól, róla, előle, mögüle*), azonban mindez már a későbbi életkorokhoz kapcsolódik. Megtaníthatjuk a gyermeknek, hogy ismerje fel az egyes helyzeteket pl. egy papírlapon vagy más lapos formán, azonosítsa valaminek a *tetejét, alját, közepét, szélét*. Végül megismertethetjük a *bal* és a *jobb* fogalmával.

7. Nyelvtani elemek megértése

A nyelvtani elemek olyan hangok és szavak, melyeket önmagukban ritkán használunk, mégis bővítik vagy megváltoztatják azoknak a szavaknak és kifejezéseknek jelentését, amelyekkel együtt használjuk őket.

A legtöbb nyelvtani elemet a kifejező nyelvi környezetben taníthatjuk a legjobban.

Lássuk a sorozatban szereplő készségeket:

2-től 3 évesig

1. Többes számot megkülönböztet.
2. Birtokos formákat megkülönböztet.
3. A személyes névmások egyéb ragozott formáit megkülönbözteti.

7.1. Többes számot megkülönböztet

Ahhoz, hogy a gyermek beszédében többes számot tudjon használni, meg kell tudnia különböztetni ezt mások beszédében, és a hanghoz jelentést kell kapcsolnia. Ha belegondolunk, a többes számot csak egy aprócska hanggal jelöljük, amely nagyon fontos jelentést hordoz. Azok a gyermekek is megtanulják felismerni ezt a jelet, akik még nem tudnak beszélni, ezáltal pedig jobban megértik mások beszédének árnyaltabb jelentését. Vannak, akik ezt a készséget külön foglalkozás nélkül is elsajátítják, mivel mások beszédében elég sokszor hallják. A továbbiakban azokat segítjük, akiknek szükségük van arra, hogy foglalkozások keretében tanulják ezt a készséget.

Jobb, ha kezdetben képek helyett tárgyakat használunk. Külön edényben mutassuk be az egyedül álló darabokat és azokat, amelyekből több van, hogy egyértelműen elkülöníthetők legyenek.

Minden foglalkozás kezdetén nevezzük meg a gyermeknek a tárgyakat (autókat vagy más apró dolgokat), az edényekre külön-külön rámutatva: „Nézd, itt van autó! Itt meg az autók vannak.” Majd kérjük meg a gyermeket, hogy válassza ki azt, amelyiket mondjuk. Ha hibázik, hívjuk fel a figyelmét, hogy egészen közelről nézze az arcunkat, amikor a lényeges szót ismét kimondjuk. Ha még ekkor is rossz irányba nyúl, lépünk közbe, és vezessük kezét a helyes irányba, miközben mondjuk is: „Autókat keresünk. Itt vannak az autók.”

Mutassunk a gyermeknek néhány játékot, melyek kifejezetten a többes szám jelének kihangsúlyozását célozzák. A testrészek ilyenkor kiválóan alkalmas eszközök lehetnek. Biztassuk a szülőt, hogy fürdés vagy öltözködés során játsszon a gyermekkel „keresős” játékot úgy, hogy először csak egy ujját vegyen észre, majd sok-sok ujját, először csak egy lábujjat, aztán sok-sok lábujjat. Terítésnél is hangsúlyozza az edények mennyiségét: „Kérem a szalvétákat!”, „Itt egy kanál. Hol vannak a kanalak?” Képeskönyv, újság, levelezőlap

nézegetése során is gyakran használja a többes szám ragját: „Nézd, itt vannak a kutyák! Nagyon éhesek. Csontokat esznek.”

Használjunk többféle számnevet, mennyiségfogalmat, hogy a többes szám használata ne kötődjön egyetlen kifejezéshez.

A rendhagyó többes számokat a gyermek általában négyéves fejlettségi koráig nem különbözteti meg. Odáig nagyon gyakori, hogy „lók”-ról, „tók”-ról beszél „lovak” és „tavak” helyett. Ugyanakkor használat során az egyeztetéssel is nehézségek adódhatnak, pl. „Itt vannak az *almák*. De sok *alma* van itt!” Lényeges, hogy mi minden alkalommal helyesen használjuk, kérve erre a szülőt is.

7.2. Birtokos formákat megkülönböztet

A birtokos formák, melyekkel ebben a részben foglalkozunk: a birtokos személyjel (*-é*), a birtokos személyrag (*hajam, orrod, szája* stb.), és a birtokos névmás (*enyém, tiéd* stb.).

Ezt a készséget is taníthatjuk bármikor, játékidőben és a ház körül adódó helyzetekben.

A szülők gyakran gyermekük nevét használják a birtokos formák helyett, pl. „Ez a papáé, ez pedig Lucáé”. A tanulás korai szakaszában ez elfogadható, hiszen a neveket nagyon fontos megtanítani. Azonban már ezzel egy időben használjuk a birtokos formákat is, és ellenőrizzük, hogy a gyermek megérti-e ezeket.

A készség gyakorlásánál könnyen alkalmazható a nevekhez kapcsolva a birtokos személyjel (*Lucáé*), a nevekhez, személyes névmásokhoz kapcsolva a birtokos személyrag (*Luca cipője, az én cipőm*), ill. ezekről leválva a birtokos névmás (*enyém*). Lássunk egy példát az együttes használatra!

- Luca, hozd ide a *cipődet*!
- Ez nem a *Lucáé*, ez az *enyém*. Hozd ide a *tiédet*!
- Ügyes vagy, ez a *tiéd*. Ez *Lucáé*.

7.3. A személyes névmások egyéb ragozott formáit megkülönbözteti

A személyes névmások használatát a gyermekek általában hamar megértük, ami szociális készségeik (énkép, kompetencia, önállóság) fejlődésével szorosan összefügg. Ezek ragozott formái a nyelvhasználat bővülését teszik lehetővé, hogy bonyolultabb összefüggéseket is megértsen a gyermek. Kéréseinkbe ágyazott kifejezések legyenek, melyek megértését gesztusokkal is segíthetjük. A helyhatározókról és birtokos névmásról korábban már szó esett, mivel általában ezeket érti meg legelőször a gyermek. A továbbiakban a többi ragozott formát említjük, melyek mondattanilag lehetnek tárgyak (*engem, téged, őt* stb.), részeshatározók (*nekem, neked, neki* stb.), eszköz- és társhatározók (*velem, veled, vele* stb.). Mivel önálló nyelvi egységként használjuk őket, megértésüket a toldalékok nem segítik. Használatukat segíti a korábban ismertetett kevert módszer, amikor több kifejezéssel is megerősítjük mondanivalónkat. Annak ellenére, hogy a kifejező beszédben nem várjuk el, jobb nyelvi szinten álló gyermekek esetében ágyazzuk beszédünkbe ezeket a formákat is. Lássunk erre egy példát!

- Gyere, Bence, hozd ide *nekem* a sörpűt! (kérő gesztus)
Bence tanácstalanul áll sörpűvel a kezében. Anyjára néz.

- Hozd ide, anyának! (kérő gesztus)
Bence odaviszi a sôprûit.
- Űgyes vagy, idchoztad *nekem* a sôprûit. Kôszônôm.

Ebben az esetben is segíthetünk úgy, hogy magunkhoz húzzuk a gyermeket, vagy magunkra mutatunk, ha szükséges. Késôbb egyre kevesebb segítséget adjunk.

Záró gondolatok

A nyelvtani elemek nagy részét a gyermek kommunikációs programjának szerves részeként tanítjuk, ugyanúgy és ugyanakkor, amikor a szavakat és a kifejezéseket is. Általában ebben a folyamatban tanulja meg a gyermek a nyelvtani elemek jelentését is. Néhány esetben ez a jelentés nem olyan lényeges – használunk bizonyos nyelvtani elemeket azért, hogy a beszédünk nyelvtanilag helyes legyen. Más esetekben a nyelvtani elemek használata jelentésmódosulást eredményezhet. Fontos, hogy a gyermeknek mindig helyesen, az ő nyelvi kompetenciájának a szintjén közvetítsük a nyelvet, és lecsupaszított válaszait ágyazzuk nyelvtani közegbe, hogy segítsük fejlődését.

II. A NEM VERBÁLIS JELZÉSEK HASZNÁLATA ÉS A BESZÉPRODUKCIÓ

Bevezetés

Alapvető emberi igényünk, hogy kommunikálni tudjunk. A kommunikáció során gondolatok, információk cseréje zajlik. Valódi jelentését a kölcsönösség, dialógus jelleg alapján nyeri el. A kommunikáció segítségével megindul egy kétirányú kapcsolat a környezettel: egyfelől a gyermek reagál a körülötte levő világra, ismereteket, tudást gyűjt, másfelől tevékenységével állandóan alakítja, változtatja azt.

Az akadályozott fejlődésű gyermekek családjában megnehezítheti ezt a folyamatot a kommunikáló felek eltérő kommunikációs szintje, amelyben a beszédn kívül számos tényező is szerepet játszik. Ahhoz, hogy a gyermek kommunikációja hatékony és kompetens legyen a hétköznapi életben, környezetével összhangban kell lennie, amennyire csak lehetséges. Lényeges elem, hogy a gyermek érzelmi biztonságban érezze magát, hogy igénye legyen arra, hogy érzelmeit, kívánságait kifejezze. Mivel a szülők biztosítják gyermekük számára az elsődleges szociális közeget, ők azok, akiknek a kommunikáció lényegével tisztában kell lenniük. Ha minden apró lépésre odafigyelnek, és felkészülnek a következőre, óriási hatást tudnak gyakorolni gyermekük nyelvtanulására. A segítő szakembereknek tehát ezt az elsődleges kapcsolatot kell segíteniük.

Ebben a fejezetben a nyelvelsajátítással kapcsolatos néhány alapvető kérdésre adunk választ, továbbá bemutatunk egy módszert, amely a gyermek kommunikációjának ösztönzését segíti, és ezen keresztül lehetőséget teremt arra, hogy enyhítsük a gyermek és környezete közötti eltérő kommunikációs kompetencia okozta nehézségeket.

A beszédn kívül még számos más dolog tartozik a nyelv és a kommunikáció területébe. Egy szülő számára a beszéd központi jelentőségű, pedig a beszédn kívüli kommunikáció is éppoly meghatározó lehet. Sokan vannak, akik beszélni ugyan nem tudnak, de nem nyelvi eszközökkel, pl. jelbeszéd segítségével hatékonyan tudnak kommunikálni. Mások tudnak beszélni, mégsem kommunikálnak hatékonyan. A beszéd megjelenése előtt különféle nyelvi készségek formálódnak, amelyek a nyelvfejlődés során mindvégig megmaradnak. Ilyenek pl. a

- beszédértés,
- *reagálás* mások nyelvi kifejezéseire,
- másokkal *felváltva* társalgás.

Ezek a készségek a csecsemők és kisgyermekes esetében is elérhetők, pedig ők még messze vannak attól, hogy beszélni tudjanak (l. a *Gesztus- és beszédértés* részt). A nyelvfejlődésével együtt a gyermek megtanulja:

- a képességet, hogy interakciót kezdeményezzen, és be tudjon kapcsolódni abba – egyrészt, hogy másoktól reagálást várjon, másrészt, hogy ő válaszoljon másoknak. Ide tartoznak a hallási figyelem, beszédértés, reagálás és a másokkal közösen végzett készségek;
- a képességet, hogy a tárgyakra és tevékenységre irányuló közös figyelmet megossza;
- a képességet, hogy nyelvi eszközökkel szociális, érzelmi és tárgyi igényeit kielégítse;
- a képességet, hogy több különböző hangot képezni tudjon, amit artikulációnak hívunk;
- a képességet, hogy gesztusokkal, később szavakkal, majd kifejezésekkel különféle jelenségeket tudjon kifejezni;
- a képességet, hogy a nyelvtani formák használatával – helyes szórenddel, többes számmal, igeidőkkel stb. – a jelentésbeli árnyalatokat ki tudja jelezni.

Az akadályozott fejlődésű gyermeknek nehézségei lehetnek a kommunikációs készségek tanulásában, ezért szüleinek és nekünk, az őket segítő fejlesztő szakembereknek sokkal tudatosabban kell e készségeket megközelítenünk, és figyelniünk kell, mire képes már a gyermek, és mit kell még elsajátítania. Különösen oda kell figyelniünk, milyen játékokkal, tevékenységekkel, szituációkkal ösztönözhetjük a gyermeket a kommunikálásra. Meg kell fontolnunk, hogy saját beszédünk és hallgatásunk, valamint válaszuk hogyan hat a gyermek nyelvelsajátítására. Sok mindenre oda kell figyelni, és sok mindent észben kell tartani, de a szülők számára ez a gondolkodásmód előbb-utóbb természetessé válik. Ahogy korábban mondtuk, a nyelv tanításának módszerei a szülő és gyermek viszonyának sajátosságain alapulnak.

Az, hogy a gyermek képes lesz-e elsajátítani a nyelvet, megtanul-e beszélni, és fejlődése során ez mikor és milyen mélységben várható, több tényező függvénye. Ezek közé tartozik az idegrendszer és az érzékszervek sérülésének mértéke, az akadályozottság súlyossági foka, a figyelmi készségek szintje, a másokkal való kapcsolatteremtés igénye stb. Azoknak a gyermekeknek, akik végül nem képesek elsajátítani a nyelvet, a kommunikáció lehetőségét biztosíthatjuk speciális szakember bevonásával, aki gesztusokból és/vagy jelekből álló rendszert tanít meg nekik.

Akárcsak a fejlődés minden más területén, itt is feltétlenül szükséges megfigyelni a gyermeket, mielőtt elkezdenénk a fejlesztést. Most azonban a gyermeknek a körülötte lévő személyekkel és tárgyakkal való spontán kapcsolatára vagyunk kíváncsiak, így hát a formális felmérési foglalkozások – amikor a gyermek konkrét utasításokat követ – erre a célra nem alkalmasak. A megfigyelés legjobb terepe a játéktevékenység. Javasoljuk a szülőknek, hogy jegyezzék fel gyermekük legjellegzetesebb kommunikációs próbálkozásait, azokkal az összefüggésekkel és helyzetekkel együtt, amelyekben előfordultak. Egy-egy szituáció kapcsán érdemes megfigyelni több szempontot: a kezdeményezést, a beszédre adott válaszokat, az utána adott beszédet, a beszéd tartalmát, a kölcsönösséget. A megfigyeléshez jó kapaszkodókat ad az ép nyelvi fejlődés menet ismerete, amelyet a későbbiekben ismertetünk (72–74 o.).

1. A kommunikáció és a nyelvi fejlődés feltételeinek megteremtése (Mit fejlesszünk?)

Általánosságban már volt szó néhány dologról, amit a gyermeknek meg kell tanulnia ahhoz, hogy hatékonyan tudjon kommunikálni, és kommunikációt kezdeményezni. Nézzük, hogy mely készségeket kell figyelmünk fókuszába helyezni, hogy a fenti célokhoz közelebb kerüljünk, és mely alapelvekhez kell ragaszkodnunk a fejlesztés során.

1.1. *Ha a gyermek még nem tud beszélni*

Figyelmi és játékkészségek

A kisgyermek be tudnak kapcsolódni a „társalgásba”, még mielőtt szavakat tudnának használni. Ehhez oda kell tudniuk figyelni mások cselekvéseire, és együttjátás során a játékkal kapcsolatos tárgyakra. Ahogy a gyerekek nőnek, játékkészségeiket felhasználják az őket körülvevő világ felfedezésére, a körülöttük lévő tárgyakról pedig kommunikálni *akarnak* (pl. megosztják örömeiket a játékhelyzetben). Mind a hallási, mind a látási figyelem fejlesztése lényeges: elég, ha a beszédhallás és a szemkontaktus szerepét hozzuk példaként. A játék ugyanakkor tágabb teret biztosít valamennyi készség együttes alkalmazására a gyermekek számára, és ezek fejlesztésére a szakember és a szülő számára.

Társalgási készség

A társalgás kétirányú folyamat, melybe a hallgatás és várákozás éppen úgy beletartozik, mint a beszéd. A csecsemőkor ideális arra, hogy a kölcsönös társalgást elkezdjük megértetni hangokkal, tevékenységekkel vagy egyszerű játékokkal. A kölcsönösség megnyilvánul többek között az egymásra való odafigyelésben, a kapcsolatfelvétel módjában, és abban, hogy a másikat partnernek fogadjuk el. A kölcsönösség gyakorlása nagyon hasznos lehet nagyobb gyerekeknél is, akik nem tudnak még beszélni.

Utánzási készség

Az utánzás már a nyelv megjelenése előtt fontos szerepet játszik a gyermekek tanulási folyamataiban. Korábban a tevékenységek és hangadások szintjén figyelhetjük meg, majd a mimi-ka, gesztusok és az új hangok, hangkapcsolatok tanulásában játszik igen fontos szerepet, melyeket a gyermek később a szavak formálására és színesítésére használhat fel. Ha egy gyermek magától nem szívesen utánoz, ezt is tudatosan fejlesztenünk kell.

Hangok és gesztusok alkalmazása

A gyermeknek azt is meg kell tanulnia, hogy hangokkal és gesztusokkal, vagy bármilyen nem verbális tevékenységgel valamilyen hatást kelthet, célokat érhet el szándékának megfelelően,

és egyben befolyásolhatja környezetét. A hangok és gesztusok segítségével kifejezhet üdvözlést vagy búcsúzást, kérhet segítséget, vagy egy tárgyat, ami nem elérhető; információkat közölhet, elutasíthatja a nem kívánt ételt, játékot vagy eseményt stb. A megfelelő kommunikatív környezet a gyermek felől érkező jelzésekre magyarázatot keres, értelmezi azokat, és ez a visszajelzés újra lehetőséget teremt a gyermeknek jelzése megerősítésére vagy módosítására.

Beszédértés

A még nem beszélő gyermeknek meg kell tanulnia megérteni azokat a szavakat, melyek a körülötte lévő személyeket, tárgyakat, cselekvéseket és eseményeket írják le. Ebben sokszor segíti őt a szituáció, a partner beszédének intonációja és egyéb nem verbális jelzések. A beszéd megjelenése előtt a szóhoz jelentésnek kell társulnia, ami a tárgyállandóság kialakulását jelenti az értelmi fejlődésben. A gyermek a fejlődés során eleinte a gesztusokra, illetve a gesztusokkal kísért egyszerű utasításokra válaszol, majd megérti a gesztus nélküli kéréseket is.

1.2. Ha a gyermek már tud beszélni

A fent leírt tényezők mind érvényesek a beszélni tanuló gyermekek esetében is. A gyermekek ugyanúgy párbeszédet folytatnak, de most szavakkal, cselekvésekkel és hangokkal. Az utánzás a szavak tanulásának is egyik legfontosabb módja. A gyermek fokozatosan megtanulja a szavakat a hangok és a gesztusok helyett használni, hogy az immár megváltozott szociális, érzelmi és fizikai szükségleteit kielégíthesse. Ekkor már néhány további terület is fontossá válik.

Különböző jelentések kifejezése

A gyermeknek nem csupán gazdag szóincsre van szüksége. Természetes, hogy azt szeretnénk, minél több szót tanuljon meg, de arra is ügyelnünk kell, hogy ezeknek a szavaknak a segítségével képes legyen különféle dolgokról beszélni. Lehet, hogy a gyermeknek 50 szavas szóincse van, de ha ezek a szavak mind dolgok nevét jelölik (autó, labda, ház, mama, alma stb.), akkor nem tud arról beszélni, hogy ezek a dolgok mire valók, hol vannak és milyenek, és nem tud ezekből a szavakból értelmes kifejezéseket alkotni.

A nyelvtani formák használata

Egy bizonyos pontig a gyermek a nyelvtani helyesség igénye nélkül is képes magát megértetni. Így hát nem kell különösebben sokat foglalkoznunk a nyelvtannal addig, míg a gyermek magabiztosan nem kezdi a nyelvet használni. De ahhoz, hogy beszéde másokéhoz a lehető legjobban hasonlítson, valamint hogy az árnyaltabb jelentéseket is ki tudja fejezni, bizonyos nyelvtani készségeket is el kell sajátítania. Lényeges szempont, hogy mindig helyes kiejtéssel és nyelvtannal beszéljünk a gyermeknek, még ha egyszerű formában fogalmazunk is, ezzel megadjuk a lehetőséget arra, hogy megfelelő figyelmi és utánzási készség kialakulása során ő maga is helyesen használja az egyszerűbb szerkezeteket.

A szavak artikulációja

Az akadályozott fejlődésű gyermekek esetében az artikuláció, azaz a beszédhangok képzése általában nehézségekbe ütközik, akkor is, ha kommunikációs készségének más területei viszonylag fejlettek. Több területen is segíthetünk logopédus bevonásával: az orális-motoros funkciók (szopási, etetési nehézségek) fejlesztése, az artikulációs szervek ügyesítése, a fonáció minőségének javítása stb.

Kezdeményezés és bekapcsolódás

A fejlett interakciós készségekkel rendelkező személy nagyjából egyenlő arányban kezdeményez és kapcsolódik be egy társalgásba. A jó párbeszédkészséggel rendelkező gyermekek ezt az egyensúlyt külön fejlesztés nélkül elsajátítják. Az egyensúly azonban nem mindig fejlődik ki magától. Vannak gyerekek, akik hosszan fecsegnek arról, ami érdekli őket, de mások szavára nem figyelnek. Más gyermekek csak akkor beszélnek, ha megszólítják őket, és nagyon ritkán kezdeményeznek beszélgetést. Egyik véglet esetében sem alakulhat ki valódi és hatékony kommunikáció, az egyensúly helyreállítása tehát a fejlesztés fontos részét képezi.

2. A nyelvi fejlesztés alapelvei (Hogyan fejlesszünk?)

2.1. A tevékenységbe ágyazott beszéd kialakítása

A nyelvi és kommunikációs fejlesztés jelentős része természetes élethelyzetekben történik, játék, gondozás vagy más közösen végzett tevékenység (séta, kirándulás, házimunkák stb.) közben. Biztassuk a szülőket, hogy a gyermekkel végzett tevékenységeket *kísérjék beszéddel*, így az egymás után gyakran ismétlődő rituálék sajátos hangulattal telítődnek, a gyermekben elvárást alakítva ki. Figyeljünk a gyermek elővételezéseire, és erősítsük meg azt szavakkal is (pl. ha a gyermek játékosan húzkodni kezdi a ruháját a pelenkázón, miközben anyját nézi, az anya mondhatja: „Igen, most leveszem a tuhádat, mert fürdeni fogsz.”). Így a gyermeknek módja lesz arra, hogy irányítsa a folyamatokat, és megélje, hogy jelzései befolyásolják környezetét. A nyelvi fejlesztés ezen módja még a gyakran ismétlődő háztartási és gyermekgondozási tevékenységeket is érdekesebbé és örömtelibbé teheti. Amikor a gyermek aktívabb és játékosabb lesz, a lehetséges témák köre folyamatosan bővül. Látni fogjuk, hogy a gyermeket mi érdekli, és miről kommunikál szívesen. Mielőtt beszélni kezd, megtaníthatjuk neki felismerni az általa kedvelt személyek, tárgyak, állatok és játékok nevét. A szavak tanításánál kiindulhatunk azokból a dolgokból, melyeket a legjobban szeret. Ne csak főneveket tanítsunk, mondjunk neki mozgást, cselekvést jelentő igét is, tanítsuk meg az anyagok, színek, hangok nevét. Amint a gyermek kezd odafigyelni a körülötte lévő tárgyakra és mozdulatokra, kövessük tekintetének irányát, és játékválasztását is foglalmazzuk meg.

2.2 A kezdeményezés és a reagálás egyensúlyának megteremtése

Viselkedésünkkel mindig jelezzük a gyermeknek, hogy *reakciót* várunk tőle, akár csecsemő, aki azt tanulja, hogy ránk nézzen, akár nagyobb gyermek, aki szavakból kifejezéseket tanul alkotni. Fontos, hogy beszéljünk a gyermekhez, de igyekezzünk kétoldalú beszélgetés résztvevőjeként szerepelni, még akkor is, ha a gyermek „csak” nézni és figyelni tud. Időnként álljunk meg, hogy megfigyeljük reakcióját. *Adjunk neki időt*. Ha figyelme nem kalandozott el teljesen, *addig várjunk*, míg feleletet nem kapunk. Adjunk neki időt és lehetőséget arra is, hogy a kapcsolatteremtést ő kezdeményezze, hogy a kommunikációt kölcsönös folyamatként élje meg, melynek ő is kompetens, tevékeny részese. Biztassuk a szülőt, hogy gyermeke látszólag szándék nélküli „jelzéseit” szándékosnak ítélje meg, megfelelően reagálva azokra a gyermek további ösztönzése érdekében. Mindig figyeljen a gyermekre, hogy közösen éljék meg a kölcsönös kommunikáció élményét.

2.3. A figyelem összpontosításának kialakítása

Van olyan gyermek, akinek a figyeleme könnyedén cikázik egyik dologról a másikra. Ha mindig követjük kalandozásait, nehezen tudjuk rávenni, hogy összpontosítson a kívánt jelenetekre és a nyelv használatára. Nyelvtanításunkat ennek ellenére az érdeklődésének középpontjában álló dolgokra kell alapoznunk. Segíthet, ha naponta egy kis időben külön foglalkozunk a gyermekkel úgy, hogy meghatározott számú játékot és tevékenységet készítünk elő. Olyan játékokat és tevékenységeket válasszunk, melyekről tudjuk, hogy a gyermek kedveli őket. Egyelőre azonban kerüljük azokat a tárgyakat, amelyek túlságosan lekötik a gyermek figyelmét. Ha például a kisgyerek nagyon érdeklődik a labda iránt, de még a „labda” szót nem tudja kiejteni, kiülhetünk vele a kertbe több – különböző színű és nagyságú – labdával, amelyeket lehet gurítani, pattogtatni, dobni, eldugni, és még sok más módon lehet játszani velük. A gyermek kiválaszthatja, hogy melyikkel szeretne játszani, és eldöntheti, hogy mit csinál vele a legszívesebben, miközben figyelmét folyamatosan a labdára összpontosítjuk, és tevékenységén változtatunk bemutatás útján. Felkínáljuk tehát a választás lehetőségét a gyermek számára, de a játékot változatosabb elemekkel bővítjük.

2.4. A természetes társalgás megerősítési módszereinek alkalmazása

Mindig tudassuk a gyermekkel, hogy megértettük, elfogadtuk vagy helytelenítjük, amit mondott vagy tett. Lényeges, hogy fejlettségi korának megfelelő, azonnali, a gyermek jelzésére vonatkozó megerősítést alkalmazzunk. Ha a csecsemő gagyog, akkor mosolygással és hangokkal felelünk neki. Ha odaad nekünk egy játékot (ami nagyon kommunikatív gesztus), kezdeményezzük a közös játékot, mutassunk vele többféle tevékenységet, hogy a gyermek választhasson közülük. Ha kér valamit, akkor lehetőség szerint adjuk oda neki, de ha olyasmit kér, amit nem adhatunk neki, akkor is tudassuk, hogy megértettük a kérését, de nem teljesíthetjük.

A természetes társalgási megerősítéssel (amely nagyobbaknál tulajdonképpen kibővített, nyelvi rendszerbe foglalt beszéd) a gyermek meggyőződik kommunikációs próbálkozásainak értékéről és hatékonyságáról. Ezzel a módszerrel megtaníthatjuk neki, hogyan bővítheti nyelvi készségeit anélkül, hogy egy kicsit is kényelmetlenül érezné magát. Lássunk erre egy példát.

Tamás: „Kérem labda.”

Anya: „A labdát kéred. Tessék, itt van a labda. Próbáld meg dobni a labdát.”

Tamás: „Dobni.”

Anya: „Próbáld feldobni a labdát. Így ni!”

Tamás: „Kérem labda! Kérem labda!”

Anya: „Rendben, dobom a labdát.”

3. A nyelvi fejlődés állomásai

A kifejező nyelv használata során is alapelv, hogy a fejlesztés kiindulópontja mindig a gyermek aktuális képességtartománya, és a későbbiekben is önmagához kell őt viszonyítanunk: ez sokkal fontosabb mérce, mint a hasonló korú, átlagos gyermek képességei. Ahhoz azonban, hogy alkalmazni tudjuk a nyelvi fejlődés egymásra épülő rendszerét, nemcsak a gyermek képességeivel kell tisztában lennünk, hanem ismernünk kell az ép nyelvi fejlődés menetét. Mivel a gyermekek nyelvi fejlődése nagyon eltérő lehet, az életkorok csak tájékoztató jellegűek, azonban a fejlődés lépcsőfokai és azok egymásra épülése irányadó lehet a fejlesztés tekintetében. A nyelvelsajátítás folyamatában tapasztalható nagy egyéni különbségek hátterét nem mindig lehet értelmezni, azonban a fejlesztő szakember felelőssége, hogy a nyelvvel összefüggő fejlődési területeket felmérve és nyomon követve a lassabb fejlődés hátterében valóban kimutatható okokat megkeresse. Fontos a szülőkkel való munka során, hogy számukra is érthetően el tudjuk mondani, milyen alapkészségeket kell fejlesztenünk, még mielőtt valóban felismerhetővé válna a nyelvi fejlesztés. Az életkorok alatt nem szerepel számokkal jelzett felsorolás, mert egyrészt több készség egyidejűleg figyelhető meg, másrészt a készségek körvonalazása bővebb kereteket igényel. Harmadrészt azért sem volna indokolt a többi részben megfigyelhető szerkezet, mert a továbbiakban nem ez a tagolás látható majd.

0-tól 3 hónaposig

- A csecsemő eleinte csak síráskor ad hangot, később fokozatosan kezd sírás nélkül is vokalizálni. Gőgicsél, és torokhangokat ad ki. Nem sokkal ezután magánhangzókat kezd használni, kezdetben általában csak egyet. A 3. hónap felé közeledve lassanként nevetni kezd.
- Az újabb, nem sírással járó hangok tanulása közben a csecsemő kezd reagálni mások beszédére. Eleinte arckifejezése, testmozgása vagy kézmozdulata jelzi, hogy reagál, ha beszélnek hozzá. Később mások beszédére válaszolva lágy hangokkal vokalizál.
- A gyermek képessé válik a nyelvi és nem nyelvi hangok megkülönböztetésére.

3-tól 6 hónaposig

- Az ép gyermek erre az időszakra már két különböző magánhangzó kimondására képes, és gőgicsél, amikor egyedül van.
- Magánhangzókat mássalhangzókkal kezd párosítani, „ba”, „da”, és hasonló hangokat ad (a gagyogás kezdetei).
- A különböző érzelmeket most már különböző hangokkal fejezi ki. Ismert mozdulatokkal, gesztusokkal a felnőtteket utánozza. Hangjaival a beszédet igyekszik utánozni.

6-től 9 hónaposig

- A gyermek mostanra legalább négy különböző hangot tud kiejteni. Ismétlődő és kétszótagos motívumokat mond, mint például „dada” vagy „mama”, majd egyre változatosabb ciklizálás alakul ki.
- A gyermek képes felnőttel felváltva párbeszédet kialakítani hangokkal és mozdulatokkal (cirkuláris reakció).
- A figyelem felkeltése érdekében kiabál, és sírással vagy hangoskodással mutatja ki, ha valami nem tetszik neki.
- Mosollyal és hanggal üdvözlí az ismerősöket.
- Utánzási készségei gyarapodnak. A tapsoláshoz és integetéshez hasonló mozdulatokat tud utánozni. Ha valaki olyan hangokat mutat neki, melyeket már megtanult, utánozni próbálja. Jelentés nélkül ismételt hangokat (echolalia).

9-től 12 hónaposig

- A gyermek a felnőttek beszédéhez hasonló intonációt használ, ami legelőször általában a követelő hangnem. Először ránéz a tárgyra, majd a felnőttre, gesztusokkal és hangokkal közli az információt arról, amit látott. Hangadással kezdeményez társalgást felnőttel.
- Az arc különböző mozdulatait (pl. köhögést, pislogást, a nyelv mozgatását a szájon) tudja utánozni. Szereti azokat a tevékenységeket is utánozni, melyek hangadással párosulnak, például a has simogatása közben a „nyamm-nyamm” hangokat. Megjelennek az első szavak, szómondatok (holofrázisok).

12-től 15 hónaposig

- A gyermek élvezi a „társalgást” – másokkal felváltva kommunikál, kifejező hanghordozással fenntartja a társalgás menetét.
- Szavakat kezd használni a szülők figyelmének felkeltése céljából, melyek cselekvésekhez, illetve egy tárgy állapotának, helyzetének változásához kötődnek. A szavakon keresztül hatást tud gyakorolni a környezetére.
- Szeret másoknak tárgyakat adni, esetleg hangadás kíséretében. Ekkorra már következetesen alkalmaz hangokat és gesztusokat üdvözléskor és búcsúzáskor.
- Megközelítőleg tud szavakat utánozni, mint például „pó” vagy „poá” a „pohár” esetében.
- Két vagy több szót következetesen használ, bár kiejtése még nem tökéletes, a cél továbbra is a figyelemfelhívás.
- A „Mi ez?” kérdésre egy szóval, vagy azt megközelítő hangadással válaszol.
- Ügyesebben intonál, elkülöníthető a kérdő és elbeszélő hangnem, akárcsak a korábban már használt követelő hangnem.

15-től 18 hónaposig

- A gyermek ekkor körülbelül négy-hat szót, leginkább megnevezéseket, elutasító (többnyire a „nem” szót) és üdvözlő szavakat ismer. Amikor a számára szükséges szavakat még nem tudja megnevezni, hangadással és gesztusokkal együtt (mutatás, odaadás, integetés) fejezi ki magát.
- Ismerős dalokat próbál együtt énekelni.

- Űgyesen utánoz, és gyakran megismétli a felnőttek beszédének kulcsszavait vagy utolsó szavait.

18 hónapostól 2 évesig

- A gyermek mostanra körülbelül 25 szót tanult meg kimondani, melyek között tárgyak és személyek megnevezései, az üdvözlés és búcsúzás következetesen használt szavai, legalább két cselekvést kifejező szó, a „még” vagy más ismétlésre utaló szó, valamint a „nem” és a tagadást, elutasítást jelentő egyéb szavak szerepelnek.
- Kétszavas összetételeket tud utánozni, bár magától még nem (vagy ritkán) használja őket.
- Beszéde az őt jól ismerő felnőttek számára az esetek legalább kétharmadában érthető.

2-től 3 évesig

- Az év folyamán a gyermek szókincse folyamatosan bővül. Két és fél éves korában legalább 50, hároméves korára legalább 200 szót tanul meg.
- Az év kezdetén megtanult szavakat kétszavas kifejezésekké tudja alakítani, év végére pedig már jó néhány három szóból álló kifejezést is tud használni.
- Űgyesen társalog másokkal felváltva. Az év elején még szavakkal, de később fokozatosan egyre bővülő kifejezésekkel kommunikál, végül már hosszasan társalog egy témáról két- és háromszavas szókapcsolatokat használva.
- Kezd megtanulni bizonyos nyelvtani készségeket, mint a többes szám használatát, szabályos igeveződéseket, birtokos ragokat és személyes névmásokat (főként az „én” és a „te” ragozott alakjait).
- Mondókát mond el, bár hibákat még ejt.
- Játékát hangadással kíséri, beszéde többnyire érthető.
- Helyes választ ad közvetett kérdésekre, pl. ha elhangzik, hogy „Éhes vagy?”, akkor oda-megy az asztalhoz, és a székébe ül.

3-tól 4 évesig

- Az év folyamán a gyermek egyre gyakrabban alkalmaz beszédében háromszavas kifejezéseket, míg végül beszédének több mint 80%-ában három vagy több szóból álló mondatokat használ.
- Kérdéseket tesz fel a „hol”, „miért”, „ki”, „melyik” szavakkal, például „Hol van a táskám?”, „Miért ugat Fido?”, „Ki ez a fiú?”, „Melyik az enyém?”.
- Közelmúltbeli élményeiről be tud számolni (esetleg emlékeztető kérdések segítségével).
- Kérésre el tudja mondani a teljes nevét.
- Sok kérdésre tud felelni, beleértve a dolgok funkciójára irányuló kérdéseket is, például „Mire való a szemünk?” vagy „Mi mutatja az időt?”.
- Hangját jobban tudja kontrollálni: sutogni és kiabálni is tud.
- Legalább három mondókát el tud mondani, és egy egyszerű dalt el tud énekelni.
- A határozott és határozatlan névelőt helyesen használja, tagadó formát és harmadik személyű személyes névmásokat („neki”, „őt”, „őket”) alkalmaz beszédében.
- Hat szóból álló mondatot el tud ismételni.
- Hanglejtése megegyezik a körülötte lévő felnőttekével.

Ha valamiben bizonytalanok vagyunk, legjobb, ha speciális szakemberhez – jelen esetben logopédushoz vagy szurdopedagógushoz – fordulunk. Amennyiben a gyermek nyelvi fejlődése jelentősen elmarad a fent összefoglalt, átlagosnak tekinthető fejlődésmenettől, és a továbbiakban tárgyalt módszerek alkalmazása során sem mutat látványos fejlődést, szakember segítsége feltétlenül ajánlott. Mivel a fejlesztést részletes, alapos, komplex vizsgálat előzi meg, hamar kiderül, hogy kinek van szüksége külön speciális megsegítésre (pl. súlyos hangképzési zavarok esetén). Más esetben talán elegendő konzultálni a szakemberrel (pl. megkésett beszédfejlődés esetén), illetve be lehet építeni a fejlesztési folyamat egészébe a nyelvi fejlesztést (szegényes szókincs, figyelem és motiváció hiánya stb.). A hallási észlelés és figyelem gyengesége esetén a hallásvizsgálatot minden esetben javasoljuk.

4. A nem verbális jelzések használata (Fejlesztés a még nem beszélő gyermekek számára)

A gyermekek számos nem-verbális kommunikációs jelzést sajátítanak el, mielőtt megtanulnak beszélni. Ezek lehetnek vokális (hangadással együtt járó) vagy mozgásos jelzések, mint például a gesztusok, a testtartás vagy a testközelség, de ide tartoznak az arc különböző kifejezései (mimikai jelzések) is. Láthattuk, hogy a hallgatás és figyelem képessége és a felváltva történő társalgás szintén része a preverbális nyelvi fejlődésnek, ezekre épül a beszélgetés „tudománya” a későbbiekben. Mielőtt a gyermekek beszélni kezdenek, megtanulják, hogy a kommunikációnak többféle funkciója, célja lehet, és hogy számos társasági, érzelmi és gyakorlati szükségletük kielégítésére használhatják. Megtanulják, hogyan fejezhetik ki kívánságaikat rámutatással, hogyan búcsúizhatnak integetéssel, hogyan utasíthatnak el dolgokat fejrázással stb.

A nyelvelsajátítás folyamatának *nélkülözhetetlen* része a beszéd előtti kommunikáció. Az ilyenkor szerzett gazdag és változatos tapasztalatok szilárdan megalapozzák a későbbiekben hatékony és kielégítő verbális kommunikációt. A beszéd elsajátításában nehézségekkel küzdő nagyobb gyermekeknek is segíthet néhány preverbális kommunikációs gyakorlat. A beszéd megjelenésével a hangsúlyok eltolódnak, de a nem verbális jelzések továbbra is kölcsönös viszonyban maradnak a beszéd tartalmával: helyettesíthetik, kiegészíthetik, hangsúlyozhatják, szabályozhatják azt, vagy akár ellent is mondhatnak annak. Egymástól elválaszthatatlan egységek, amelyek csak akkor értelmeződnek egymástól függetlenül, ha egy személy képtelen valamelyik – főként a verbális kommunikáció – elsajátítására.

Ahelyett, hogy a nem verbális jelzéseket kategóriákba sorolnánk, és fejlesztési lehetőségeiket leírnánk, egy átfogóbb megközelítés mellett döntöttünk. Ez a nézőpont a nem verbális jelzések *alkalmazási lehetőségeire* helyezi a hangsúlyt. A preverbális tanulás öt különlegesen fontos területének tanulmányozása segít azon alapkészségek megfigyelésében és fejlesztésében, amelyek szorosan kapcsolódnak nemcsak a verbális, hanem valamennyi fejlődési terület fejlődéséhez. A hatékony nem verbális kommunikáció esetén a gyermek kapcsolatba tud lépni a külvilággal, befolyásolni tudja környezetét és reagál is arra, ki tudja fejezni különböző érzelmi állapotait, képes megjeleníteni és megélni önmagát. Abban kell segítenünk az akadályozott fejlődésű gyermekeket, hogy megéljék mindezt kapcsolataikban akkor is, ha nyelvi fejlődésük jelentősen megkésett. A feladat tehát kettős: megérteni az ő jelzéseiket, valamint újakat kialakítani. A preverbális tanulás főbb alkalmazási területeibe mindezek jól beilleszthetők.

1. A figyelmi és válaszadási készség elsajátítása.
2. A játékkészség elsajátítása.
3. A kölcsönösen végzett tevékenységek elsajátítása.
4. Az utánzási készség elsajátítása.
5. A hétköznapi kommunikációs készségek használatának elsajátítása.

Gyakran tapasztalhatunk majd átfedéseket, és általában egyszerre több területen párhuzamosan fogjuk fejleszteni a gyermek készségeit, hiszen azok egymásból következnek, nem lehet mesterségesen elválasztani őket egymástól. Javasoljuk a tudnivalók elolvasását minden területtel kapcsolatban, és csak ezután döntünk el, hogy mik legyenek a gyermek fejlesztésének iránymutatói.

4.1. A figyelmi és válaszadási készség elsajátítása

A figyelemre vonatkozó készségeket nem tekinthetjük a kommunikáció külön előfeltételének. Inkább részei egy folyamatnak, mely akkor kezdődik, amikor a gyermek először teremt szemkontaktust valakivel, és amely szükségleteinek és gondolatainak kifejezésével folytatódik. A figyelmi készség a beszéd kialakulásakor sem kerül háttérbe. Ha a gyermek már a szemünkbe néz, és reagál, amikor beszélünk hozzá, akkor elkezdhetünk a nyelvi fejlődés más területeivel foglalkozni, miközben figyelmi és válaszadási készségét továbbra is fokozatosan bővíthetjük a Gesztus- és beszédértés sorozatainak segítségével.

Ha a gyermek még nem képes figyelni, akkor ennek kialakítása legyen a legfontosabb. A figyelem ugyanis nélkülözhetetlen nemcsak a beszéd, hanem a fejlődés összes többi területén is.

Megfigyelési szempontok

A fejlesztés megkezdése előtt fontos a kisgyermek spontán játékának, viselkedésének, mozgás-készségeinek, és ezek során kommunikációjának, hangadásainak hosszabb, részletesebb megfigyelése. A kisgyermek általában nem egyformán tevékeny a nap különböző szakaszaiban, így megfigyeléseinket akkor végezzük, amikor a gyermek a legéberebb. A vizsgálat és a fejlesztések során nehézségekbe ütközhet a megfigyelés, hiszen gyakran hosszú időre van szüksége a gyermeknek, hogy az idegen helyet, a megfigyelő jelenlétét megszokja, ezért fontosak lehetnek az otthoni környezetben végzett megfigyelések, illetve a szülők beszámolói.

A következőkben a figyelem és válaszadás megfigyelésének néhány alapvető elvét tárgyaljuk.

Megfigyeléseink során fontos az átlagos fejlődésmenet, illetve az életkori sajátosságok alapos ismerete. Teremtünk közvetlen (nem tolokodó) helyzetet, amelyben a kisgyermek könnyedén fel tud oldódni. Csecsemőknél fontos a megfelelő testhelyzet megtalálása, amelyben biztonságban érzik magukat, és könnyedén kibontakozhatnak. Hasznos lehet az anya-gyerek kapcsolat és kommunikáció megfigyelése, főként azon helyzetekben, amikor nehezen tudunk kapcsolatba lépni a gyermekkel. A szülők által végzett megfigyelés is nagyon fontos, hiszen a gondozási műveletek alatt (etetés, fürdetés, pelenkázás stb.) nagyon pontos információt kaphatunk a csecsemő kapcsolatteremtéséről, hangadásairól. Néhány szempont megadásával segíthetjük a szülők megfigyelését. Mivel a Gesztus- és beszédértés résznél már találkoztunk részletesebben ezekkel a szempontokkal, most csupán felidézzük őket.

Hogyan figyeljük meg?

- Arcunkba néz-e a gyermek, amikor beszélünk hozzá?

- Figyeli-e a szemünket vagy a szánkat az időnek legalább a felében, ha egy teljes percre beszélünk hozzá?
- Megnéz-e egy tárgyat, amit 30 cm-re tartunk az arcától?
- Jelzi-e testének mozdulatával, hogy tudja, mi fog következni, ha úgy teszünk, mintha felvennénk őt, vagy ha megmutatjuk neki a cumisüveget?
- Elmozdítja-e a szemét és a fejét, hogy megtalálja, ha szólítjuk?
- Nyugodtan ül-e a gyermek a székben, ha jól meg van támasztva, és figyel-e folyamatosan bennünket vagy egy tárgyat, amit mutatunk neki, legalább egy percre?
- Tud-e egy képet vagy egy tárgyat velünk együtt nézni – azaz felváltva néz minket és a képet vagy tárgyat, jelezve, hogy mindkettőt figyeli?
- Reagál-e egy egyszerű kérésre, amit gesztusokkal is kísérünk? Például odaad-e egy tárgyat, miközben kérésünket („Kérem.”) gesztussal kísérjük?
- Tud-e integetni, tapsolni vagy más egyszerű gesztust végezni kérésre, bemutatás vagy segítség nélkül?

Hogyan segítsünk?

Amikor a gyermekkel együtt vagyunk, mindig biztassuk, hogy figyeljen és reagáljon ránk. A napirend alapos átbeszélésekor az alábbi tanácsokkal láthatjuk el a szülőket (ezek a javaslatok elsősorban csecsemők és járnai nem tudó idősebb kisgyermekek szüleinek szólnak, de könnyen alkalmazhatók az aktívabb gyermekek esetében is):

- A gyermekkel együtt végzett tevékenységünket kísérjük beszéddel. Néhány egyszerű kifejezés – kis szüneteket közbeiktatva – hatásos lehet. Szólítsuk a gyermeket a nevén, és mielőtt beszélni kezdünk hozzá, várjuk meg, míg ránk néz.
- Beszéd közben mosolyogjunk, és gyakran érintsük meg a gyermeket.
- Arcunk legyen közel az övéhez, miközben beszélünk hozzá. A csecsemők a 25-30 cm távolságban lévő tárgyra tudnak a legjobban fókuszálni. Pelenkázás közben hajoljunk közel hozzá. Fektesse a szülő mellkasára a gyermeket, miközben vállát megtámasztja, hogy az arcába nézhessen. Ne felejtse, hogy a távolság, amelyre gyermeke fókuszálni tud, folyamatosan nő.
- Segítség, hogy kezével megkeresse az arcunkat, hogy megérinthesse és felfedezhesse, amit lát. Ez jó módszer akkor is, ha a gyermek figyelme könnyen elkalandozik.
- Adjunk időt a gyermeknek a válaszadásra. Biztassuk a szülőt, hogy ne legyen csalódott, ha a gyermek nem követi mindjárt az utasításait, ha nem néz az arcára, vagy nem mosolyog azonnal. Ha ugyanazt a kérést újra meg újra elismétli, aligha kelti fel a gyermek figyelmét. Ha két próbálkozásra nem reagál – mindegyik után némi szünettel –, akkor más módon, például érintéssel vagy a hangszín változtatásával érdemes próbálkozni.
- Hagyjuk, hogy a gyermek megérezze, mi fog következni. Mikor közeledünk hozzá, szólítsuk meg őt, nyújtsuk ki előre a karját, mielőtt felvesszük, étkezés előtt mutassuk meg neki a poharat, cumisüveget vagy a kanalat stb. Ily módon segíthetünk a gyermeknek megérteni, hogy mi zajlik körülötte.
- Biztassuk a szülőt, hogy mutassa ki gyermekének örömet, ha ránéz, vagy reagál arra, amit mond neki. Meg kell tanulnia, hogy csupa jó dolog származik abból, ha szülei kapcsolatban van.

- Reagáljunk minden hangra, amit kiejt a gyermek, akkor is, ha nem volt kommunikatív. Próbáljunk hangadásra hangadással felelni, gyakran megismételve ugyanazokat a hangokat, hangsorokat, amelyeket a gyermek ejtett ki. Ezzel megalapozzuk a későbbi felváltva történő társalgást.
- Ugyanazokra az eseményekre vagy tevékenységekre ugyanazokat a szavakat használjuk. Ha minden alkalommal, amikor felvesszük a gyermeket, azt mondjuk: „Hoppá!”, vagy minden pelenkázás előtt azt, hogy „Nézzük, mi van a pelenkában!”, először ugyan nem érti, mégis nagyban hozzásegíti ahhoz, hogy összpontosítson a körülötte zajló dolgokra. Idővel meg fogja tanulni a fontosabb szavak, szókapcsolatok jelentését a situációval együtt, majd anélkül, és elsajátítja az alapokat, hogy egyszerű utasításokat követni tudjon.
- Kérjük a szülőt, hogy vonja be az egész családot, együtt ösztönözve a gyermeket a figyelemre és a válaszáadásra. A testvérek vagy barátok igen nagy segítségére lehetnek. Élvezik, ha közösen énekelnek, grimaszolnak, vagy csiklandozzák a babát. Segítsen nekik megérteni, hogy a kicsi kommunikál velük.
- Biztassuk a szülőt, hogy adjon gyermekének tárgyakat, amelyeket önállóan nézhet. Idősebb testvére rajzolhat egy arcot feltűnő színnel, egyszerű vonásokkal, amit betehet a kiságyába. Használjon mozgatható, élénk színű játékokat vagy háztartásbeli tárgyakat. Mivel a csecsemő csak behatárolt távolságokra tud fókuszálni, gondoskodjon róla, hogy legyen néhány tárgy jó közel hozzá. Ha a gyermek már észreveszi a távolabbi tárgyakat is, egy-egy érdekes tárgyat helyezzen messzebb a gyermektől, hogy mozgását motiválja, miközben a tárgyat igyekszik elérni.
- Fordítson időt a szülő gyermeke megfigyelésére, hogy meghatározhassa azon tárgyak körét, amelyekre ránéz, amelyek felkeltik az érdeklődését. Van rá mód, hogy ezeknek a dolgoknak vagy tárgyaknak a segítségével figyelmét valamiképpen személyére irányítsa? Ez különösen az idősebb, figyelmi problémákkal küzdő gyermekeknél lehet fontos. Lehet, hogy először nekünk kell belépni a világába, s csak aztán várhatjuk el, hogy ő figyelje a mi világunkat. Észrevevesszük-e, amikor kommunikálni próbál? Előfordulhat, hogy a gyermek jobban kötődik bizonyos személyekhez, arcokhoz. Ilyenkor a tárgyak megkedveltetése a cél.
- Minél kevésbé engedjük a gyermek figyelmét elterelődni. Ha a fent felsorolt módszerek ellenére figyelme nem fejlődik, próbáljunk olyan „lecsupaszított” környezetben foglalkozni vele naponta egyszer-kétszer rövid ideig, ahol nem vonják el más dolgok a figyelmét. Biztassuk erre a szülőt is. Csöndes helyet válasszon, ami távol esik a háztartás zűrzavarától, és lehetőleg tegyen el szem elől minden olyasmit, ami gyermeke figyelmét elvonhatja. Ezt átmeneti állapotnak kell tekintenünk. Amint a gyermek figyelme fejlődni kezd, a cél az lesz, hogy az újonnan tanult készségeket hétköznapi környezetben is képes legyen alkalmazni.

4.2. A játékkészség elsajátítása

A gyermek játéka segítségével fedezi fel a világot. Az előző fejezetekben már beszéltünk a játék és a tanulás szoros kapcsolatáról, ami a nyelvelsajátítás terén figyelhető meg leginkább. Ha a gyermek élvezi a játékot, és oda tud figyelni másokra játék közben, jó esélye van arra, hogy magasabb szintű kommunikációs készségeket is elsajátítson.

A gyermekek legelőször mindig azokról a dolgokról beszélnek, amelyek őket a legjobban érdeklik. Első szavaik általában a hozzájuk legközelebb álló személyek és kedvenc ételeik és italaik neve, valamint társasági szavak, üdvözlések, mint a „szia” vagy „pá-pá”. Korai szókinccsének zömét mégis a kedvenc játékok, állatok és tárgyak neve teszi ki, továbbá azok a játékkal kapcsolatos tevékenységek, amelyeket különösen kedvel. A játék azonban nem csupán a szókincs fejlesztése szempontjából lényeges. Olyan tevékenység, melyet a gyermek másokkal együtt tud végezni.

A gyermekek a társalgási készségeket – beleértve a preverbális, felváltva történő kommunikációt és az utánzást – nagyrészt a közös játék során tanulják meg. Figyelmük bővül, ha megtanulják, hogy mely tárgyak milyen tulajdonsággal rendelkeznek, és hogy más személyek hogyan tudnak a játékhoz hozzájárulni. A közös játék biztosítja a gyermekben az igényt és szándékot, hogy kommunikálni *akarjon*; kérjen dolgokat, amelyeket szeretne, elutasítson másokat, megossza információit arról, ami történik stb.

A szülő vagy a fejlesztő szakember szempontjából tekintve a játék ideális alkalom az új készségek használatára biztatni a gyermeket. A játék kapcsán lehetőséget és motivációt teremtünk a gyermek számára, hogy nyugodt és természetes módon kommunikáljon. Hasonlítsunk össze két szituációt:

- A gyermek és fejlesztője egymással szemben ülnek egy asztalnál.
A fejlesztő felmutat egy játékkutyát, és mondja: „Ez egy kutya. Mondd: *kutya!*”
- A gyermek és fejlesztője a földön ülnek egy játékkutyával és egy kis takaróval. A fejlesztő engedi a gyermeket a kutyával játszani, és közben beszéddel kíséri a gyermek tevékenységét. Ezután eldugja a kutyát a takaró alá, majd ezt mondja: „Ó, hol van a kutya? Hívjuk ide! Kutya! Kutya! Hol lehet? Te is hívjad!”

Ha nem szólal meg a gyermek, megtaníthatjuk, hogy mutasson rá, és ez a rámutató gesztus jelzi számunkra, hogy tudja, mit kell megkeresnie. Ha a gyermeknek könnyebb, a kérő gesztust tanítsuk először, miközben elkérjük tőle az elrejtett tárgyat. Biztassuk, hogy ő is kérje el tőlünk a játékot.

A különbség nyilvánvaló, és többnyire nem is próbálkozunk azzal, hogy az első, szigorúan kötött módon készítsük beszédre a gyermeket. Néhány készség fejlesztésénél nélkülözhetetlen a kötöttség, a nyelvtanítást tekintve azonban nem sok haszna van. Mindez nem jelenti azt, hogy a játékon keresztül történő nyelvtanítás teljesen véletlen- vagy ötletszerű volna. Ugyanolyan biztosnak kell lennünk abban, hogy mit szeretnénk megtanítani, mint bármely más készség tanításánál. Gyakran a játék körülményeit is úgy kell megszervezni, hogy a lényeges dolgok kerüljenek előtérbe. Ez egyáltalán nem könnyű; a játékos nyelvtanítás rugalmasságot, gyors gondolkodást és érzékenységet igényel, hogy a gyermek érdeklődésének középpontjában lévő dolgokra összpontosítsunk.

Más és más szempontok kerülnek előtérbe a gyermek életkorának és fejlettségének változásával, vagy ha pl. figyelme vagy mozgásfejlődése is akadályozott – ami a játékok elérése és használata során is nehézséget jelent. Ilyenkor más kommunikációs készségekkel együtt fokozatosan bővítjük a gyermek készségét a játékra.

Ha a gyermek már idősebb és bizonyos fokig tud tárgyakkal bánni, de konstruktívan még nem tud játszani, akkor más jellegű a probléma. Ha a gyermek továbbra is szereti dobálni és ütügetni a tárgyakat, akkor a körülötte lévő tárgyak sokféle felhasználási módja valószínűleg nem érdekli még, így arra sincs kifejezetten igénye, hogy tevékenységéről bárkivel kommunikáljon. Sok gyermek azért nem játszik a megfelelő módon, mert nem alakultak még ki azok a készségek, amelyek a konstruktív játékhoz szükségesek (szem-kéz koordináció, építés,

lapozás és sok más hasonló készség). Azt ajánljuk, hogy a már meglévő készségeire építsük tovább a fejlesztést úgy, hogy a következő lépést mindig a körülötte lévő tárgyakhoz és játékokhoz igazítsuk. Ha például azt tanulja, hogy egy kockát egy másik kockán ki tudjon egyensúlyozni, akkor mutathatunk neki építő játékokat, használhatunk tojástartót, egymásba rakható poharakat, hungarocell darabkákat, nagyobb dobozokat, bármit, ami kéznél van. Amikor egy doboz tetejének felemelését tanulja, akkor játszhatunk mindenféle elrejtős játékot. Mikor a gyermek már egyre változatosabban játszik, le tudjuk szoktatni a dobálásról és ütügetésről úgy, hogy csak a konstruktív játéknál jutalmazzuk meg.

Gyakran kiderül, hogy az idősebb gyermek konstruktív játékkal kapcsolatos problémái nem is annyira a finommozgással, mint inkább a figyelemmel kapcsolatos problémákban gyökereznek. A gyermek ilyenkor nem tud elég ideig egy tárgyra összpontosítani ahhoz, hogy játszani tudjon vele. A *figyelmi és válaszadási készség elsajátítása* címszó alatt korábban tárgyalta technikák többsége az idősebb és/vagy figyelmi problémákkal küzdő gyermekeknél is alkalmazható.

Természetesen olyan gyermekek is vannak, akik a fejlődés más területein igen jól haladnak, a nyelvi fejlődésben azonban elmaradtak. Ebben az esetben azt javasoljuk, hogy a következőkkel kezdődjön a fejlesztés:

- Vonjuk be a gyermeket a közös játékba, mondókázzunk, ritmusos zenére mozogjunk közösen. Kössük össze a mondókákat mimikánk változtatásával és gesztusokkal. Így lehetőséget adunk a gyermeknek arra, hogy mozdulatával kérje a számára kedves mondóka ismétlését. Dicsérjük minden próbálkozását.
- Olyan játékokat válasszunk, melyeket másokkal együtt lehet játszani.
- Ösztönözzük, hogy velünk felváltva vegyen részt velünk a játékokban, tevékenységekben: felváltva ejtsünk hangokat, próbálgassunk különböző arckifejezéseket. Jó helyzetek erre a tükör előtti játékok, melyek a figyelem irányításának is jó eszközei.

Az egyéb kommunikációs készségek tanítása során a gyermek játékkészsége lesz a legnagyobb kincs; a fejezet hátralevő részében további ötleteket adunk, hogyan haladjunk a cél felé, akár csak más készségek leírásánál. A könyvesboltokban ma már több kitűnő szakkönyv is megszerezhető, amely segítséget nyújt ebben. Olyan helyzeteket kell keresnünk, amelyek a gyermeket arra ösztönzik, hogy vegyen részt a játékban, és a közös játék során mi is megtanulhatunk tőle (vele együtt) játszani. Reakcióiból megtudhatjuk, hol kezdhetjük el a játékkal kapcsolatos képességeinek fejlesztését. A kölcsönös játék kialakítására a továbbiakban is láthatunk konkrét ötleteket.

4.3. A kölcsönösen végzett tevékenységek elsajátítása

Amint azt az előző fejezetben is mondtuk, a társalgás nélkülözhetetlen eleme a kölcsönösség. Amikor valakivel beszélgetünk, felváltva közlünk valamit. A „beszéd” és a „társalgás” között azonban van különbség. Mindannyian találkoztunk már olyan emberrel, aki annak ellenére, hogy tud beszélni, nehezen társalog. Olyanok is vannak, akik nem tudnak másokra figyelni. Ők, bármennyire jól is fejezik ki magukat, alkalmatlanok a társalgásra. Vannak emberek, akik meghallgatnak másokat, de nem tudnak hozzájárulni a társalgás kialakulásához. A megfelelő, építő jellegű társalgáshoz két vagy több személy szükséges, akik egymást váltogatva beszélnek és hallgatnak, és egymásra reagálva járulnak hozzá a beszélgetéshez.

A kölcsönösség képességét jóval azelőtt kialakíthatjuk a gyermekben, hogy az első szavakat megtanulná. A verbális készségek fejlődése folyamán ezt a képességét fenntarthatjuk, és tovább fejleszthetjük. Érdemes megjegyezni, hogy a kölcsönösség önmagában is kielégítő és egyben kommunikatív tevékenység. Ha a gyermek soha nem is tanul meg beszélni, arra a képességére nagy szüksége van az emberekkel való közös lét során, hogy gesztusok vagy hangok segítségével kölcsönösen együtt tudjon dolgozni, tevékenykedni vagy játszani másokkal.

Bizonyos szempontok alapján megfigyelhetjük, hogy a gyermek jelenleg milyen fokon képes másokkal felváltva tevékenykedni. A megfigyelési szempontok olyan tevékenységeket tartalmaznak, melyekben a gyermekek általában másokkal együtt vesznek részt. Az itt szereplő tevékenységeket helyettesíthetjük olyanokkal is, amelyek jobban megfelelnek a gyermek életkorának vagy érdeklődésének. Amikor az egyes tevékenységeket kipróbáljuk, mindig kísérjük beszéddel mozdulatainkat, és biztassuk a gyermeket, hogy ő is vegyen részt benne. Következzen néhány szempont, melyeket a szülők számára is javasolhatunk a kölcsönösség megfigyelésére, otthoni helyzetben:

Hogyan figyeljük meg?

- Fürdetéskor fröcsköljünk kicsit a kezünkkel a gyermek fürdővizében. Ismételjük többször, közben mindig tartsunk kis szünetet. Figyeljük meg, hogy bekapcsolódik-e ő is a fröcskölésbe? Úsztathatunk hozzá hajót vagy más játékot is, figyelve, hogy visszaküldi-e nekünk.
- Mossuk meg a gyermek kezét, majd a sajátunkat, aztán megint az övét. Beszéljünk hozzá, fogalmazzuk meg azt, amit csinálunk. Jelzi-e tekintetével vagy mozdulatával, hogy ki következik (úgy, hogy a kezünkre néz, vagy megpróbálja ő megmosni a kezét)?
- Étkezéskor adjunk a gyermeknek egy kanalat, és legyen nálunk is. Vigyük a kanalat a gyermek tányérjához. Utánozza-e a mozdulatot? Tányérjához viszi-e a gyermek a kanalat, és tekintetével jelzi-e, hogy várja az ismétlést? (Lehet, hogy segítenünk kell tartani a kanalat, de így is érezzük, ha megpróbálja tolni azt.)
- Lefekvéskor öleljük meg a macit, azután adjuk a gyermeknek. Figyeljük meg, hogy ő is megöleli-e a macit, és visszaadja-e, akár magától, akár kérésre.
- Simogassuk meg az egyik kedvenc, ölelni való játékát. Mondhatjuk: „simi-simi”. Ránk néz-e, – várva újból a simogatást –, vagy megismétli-e a mozdulatot?
- Üssünk rá egy dobra, majd adjuk a gyermeknek, hogy tegye ő is ezt. Abba hagyja-e egy idő múlva, és visszaadja-e a dobütőt, akár magától, akár kérésre?
- Ülünk szemben a gyermekkel, és gurítsunk neki egy labdát. Figyeljük meg, hogy visszagurítja-e. (Ha a pontos gurítás még túl nehéz a gyermeknek, a próbálkozás is jelzés lehet.)
- Figyeljük meg, hogy részt vesz-e a gyermek különböző hangok utánzásában, egyszerű „társalgásban”.

Hogyan segítsünk?

Amennyiben a gyermek csak nagyon ritkán vagy egyáltalán nem hajlandó egy tevékenységben kölcsönösen részt venni, akkor a fejlesztés ezen a területen is szükséges.

A kölcsönösen végezhető tevékenységek fejlesztése is része lehet a gyermekkel töltött időnek, és nem kell egy foglalkozás meghatározott időpontjában, kötött formában gyakorolni. Ezek a tevékenységek a játék és a kommunikáció szempontjából lényegesek már akkor is, amikor a gyermek még nem ejt ki szavakat.

Életkorától és fejlettségétől függetlenül taníthatjuk a gyermeket felváltva **hangokat** adni, ami kezdetben természetes módja az együttes játéknak, és még kevésbé figyelhető meg a gyermek részéről kommunikációs szándék. Amikor a gyermekhez beszélünk, gyakran állunk meg, és nézzünk rá várakozva, hogy reagáljon. Kezdetben a legapróbb moccanásra, hangra vagy arckifejezésre is úgy reagálunk, mintha akaratlagos lett volna. Amikor a gyermek már szándékos és kifinomultabb reakciókra képes, többet várhatunk el tőle; eleinte azonban fogadjuk el, hogy mi irányítjuk a társalgást. Ezzel segíthetünk a gyermeknek, hogy figyelhesse hangunkat és arcunkat, miközben szoktatjuk őt a kölcsönös társalgáshoz.

Beszéd közben időnként tartsunk egy kis szünetet, és maradjunk a háttérben, a gyermek kezdeményezésének utat engedve. A szülőknek azt tanácsoljuk, hogy a hétköznapi életbe ágyazva alkalmazzák a fejlesztés során megfigyelt kölcsönös játékot. Biztassuk a szülőt, hogy miközben házimunkát végez, időnként hagyja abba egy pillanatra tevékenységét, mosolyogjon rá a gögicselő gyermekre, és beszéljen hozzá. Várjon, hogy gyermeke válaszolhasson.

A gyermek egy adott fejlődési szinten elkezdi az általunk képzett hangokat utánozni. Az utánzás mint a kölcsönös tevékenység egyik speciális formája igen értékes, hiszen ezen a módon tanulja meg a gyermek azokat a hangokat kiejteni, melyeket később a beszéd során fog alkalmazni. A hangok utánzására úgy ösztönözhetjük a gyermeket, hogy már korán elkezdjük közvetlenül utánozni az általa képzett hangokat – ha nem is minden alkalommal, de gyakran reagálva azokra. A fejezet következő részében több szó lesz az utánzásról.

A gyermek a hangokon kívül **tevékenységekkel és játékokkal** kapcsolatban is megtanulhatja a kölcsönösséget. A kölcsönös játéknak ez a fajtája fontos szerepet játszik a társalgás sajátosságainak kialakításában. Nem tekinthetjük teljesen függetlennek a hangokkal történő váltott kommunikációtól, hiszen a hangok és a szavak bármely tevékenység részei lehetnek. A cselekvések és játékok segítségével történő kölcsönös tevékenységfejlesztés függ a gyermek finommozgásának és játékkészségeinek fejlettségétől. Ha a gyermek már képes egyszerű cselekvéseket végezni, pl. tapsolni, integetni, asztalt ütögetni, és/vagy képes játékokat megtartani vagy manipulálni velük, akkor kezdhetjük a fejlesztést azzal, hogy ezeket velünk felváltva gyakorolja. Eleinte valószínűleg egészen pontosan kell felépítenünk a játék menetét, azzal, hogy például azt mondjuk: „Én jövők...Lali jön”, és biztatjuk, hogy vegyen el valamit, figyeljen, vagy amit a játék éppen megkíván. Lehetőség szerint vonjuk be a családtagokat is a játékba: „Apa jön...Lali jön...Én jövők”. Amikor a gyermek már figyel, és élvezzi a játékot, csökkentsük az utasítások számát és a segítséget. Adjunk neki lehetőséget, hogy kitalálja, ki fog következni, és kezdeményezzen, vagy éppen adja meg másnak a kezdeményezés lehetőségét. Végezzünk többféle tevékenységet is ugyanígy felváltva, hogy a gyermek ne egy bizonyos tárggyal, játékkal vagy napszakkal azonosítsa azt. A gyermek finommozgás- és játékkészségeinek fejlődésével párhuzamosan egyre összetettebb, kölcsönös játékokat alkalmazhatunk.

Ha a kisgyermek a finommozgás fejlődésének kezdeti szakaszában van még, akkor a kölcsönös cselekvést az egyszerűbb tevékenységek és játékkezelési módok megtanításával párhuzamosan fejleszthetjük. Amikor mi következünk, a készséget egyben be is mutathatjuk a gyermeknek, például úgy, hogy megrázzuk a csörgőt, majd segítünk neki megrázni, ezután újra mi rázzuk meg. Csak akkor avatkozunk be egy-egy új tevékenység felfedezésébe, ha a

gyermek önállóan nem próbálkozik, vagy azért, mert nem képes rá, vagy figyelmi nehézségekkel küzd. A kölcsönösség mindenestre legyen állandóan visszatérő eleme a fejlesztésnek és a gyerekekkel folytatott játéknak.

Bármilyen fejlődési szinten van a gyermek, a kölcsönösséget igénylő tevékenységeket örömteli helyzetben érdemes játszani; ne erőltessük, ha a gyermek egyáltalán nem hajlandó benne részt venni. Keressünk ilyenkor más tevékenységeket, amelyek jobban tetszenek neki. Érdeklődését mindig tartsuk szem előtt, és ötleteinket fokozatosan vezessük elő. Dalokat és mondókákat is alkalmazhatunk. Segítségért forduljunk a szakkönyvekhez, de magunk is kitalálhatunk tevékenységeket. Íme néhány kölcsönös tevékenység, de az ötlettár szabadon bővíthető az egyes gyermekekre és a lehetőségekre szabottan.

Csecsemőkkel és totyogókkal

- Kopogás az ajtón.
- Telefonba beszélés.
- Pohárból ivás (elég, ha eljátsszuk).
- Kocka dobozba ejtése.
- Hangszer ütögetése.
- Bújjócskában az arc eltakarása.
- Baba hajának simogatása.
- A baba csiklandozása.

Idősebb gyermekekkel

- Rajzolás zsírkrétával.
- Kocka felhelyezése egy toronyra.
- Hangszer megszólaltatása.
- Lépcsőről leugrás.
- Homok vödörbe lapátolása.
- Kavics vízbe dobása.
- Sóliszt-gyurma tésztájának keverése.
- Vicces arcok utánzása.

4.4. Az utánzási készség elsajátítása

A gyermek nyelvi fejlődésében az utánzás vagy másolás létfontosságú. Utánzással képes megtanulni, hogyan kell a beszédhangokat formálni és megszólaltatni, később magukat a szavakat és kifejezéseket kiejteni. A távlati cél ugyan az, hogy a gyermek hangadást tudjon utánozni, sok kisgyermek cselekvést vagy arckifejezést könnyebben utánoz. Egyes újszülöttek már négyhetes korukban tudják édesanyjukat utánozni, amint szemöldöküket felhúzzák, vagy nyelvüket mozgatják. A mosoly utánzása ugyancsak fontos állomás a fejlődésben, és a szülő-gyermek kapcsolat formálódásában is lényeges. Az arckifejezések és cselekvések utánzása felkészíti a gyermeket arra, hogy később szavakat tudjon utánozni. Használhatunk babákat, játékállatokat vagy a gyermek kedvenc ölelgetni való játékait, hogy az utánzást játékosá tegyük. Mielőtt megszólaltatunk egy hangot vagy elkezdünk egy tevékenységet, ami a gyermek utánzását váltaná ki, győződjünk meg róla, hogy *ránk figyel-e*. A gyermekek

általában nem utánoznak minden alkalommal, így ha nem kapunk választ, később ismét megpróbálhatjuk ugyanazt.

Ha a gyermek bizonyos hangokat és cselekvéseket tud utánozni, akkor készen áll a szavak tanulására. Azt javasoljuk, hogy mielőtt továbblépnénk, olvassuk el a fejezet hátralevő részét, hiszen az ötletek nagy része a beszélni tanuló gyermekek esetében is hasznosítható. Ha a gyermek viszont még egyáltalán nem tud utánozni, akkor a fejlesztést azonnal elkezdhetjük, amint megtanult arcra és hangra figyelni.

Az utánzás tulajdonképpen speciális, felváltva végzett tevékenység. Amikor a gyermek megtanul valakit utánozni, nem számít, hogy azt a bizonyos dolgot pontosan másolja-e. A társalgásban való részvétel mellett azt is szeretnénk, hogy másokat utánozva új hangokat, cselekvéseket tanuljon meg. Vannak gyermekek, akik teljesen maguktól kezdenek másokat utánozni, de sok kisgyerek számára külön ösztönzés szükséges ehhez. A fejlesztés megkezdéséhez újra megfigyeléseinkre támaszkodhatunk. Kérjük ehhez a szülők segítségét.

Hogyan figyeljük meg?

Figyeljük meg, hogy utánozza-e a gyermek a következőket:

Cselekvések utánzása

- Kopogás asztalon, kézzel vagy eszközzel.
- Tapsolás.
- Integetés.
- Hívó kézmozdulat.
- Mutatás.
- Fejrázás.

Arckifejezések utánzása

- Szájtátogást utánoz-e?
- Ajkaival berregő hangokat ad-e?
- Cuppog vagy puszt dob-e?
- Nyelvét öltögeti-e?
- Ujját a szája elé téve „pszt” hangot ad-e?
- Nyelvét az ajkain mozgatja-e?

Hangok utánzása

- Ejte a gyermek elnyújtott magánhangzókat („áááá”, „óóó”, „eee” stb.)?
- Hangoztat-e a gyermek mássalhangzó-magánhangzó kombinációkat („úú-áá”, „geőő”, „pita” stb.)?
- Ejte egy mássalhangzós + magánhangzós szótagot („búú”, „míí” stb.)?
- Hangoztat-e a gyermek kétszótagos variánst („dádádá”, „mámámám”, „bábábá” stb.)?
- Mond-e bármely más szót a „mamá”-n és a „papá”-n kívül?
- Kérdő intonációt használ-e?

Hogyan segítsünk?

A fejlesztést olyan hangokkal és tevékenységekkel kezdjük, melyeket a gyermek már képes végrehajtani. Új hangokkal és mozdulatokkal csak azután próbálkozunk, amikor – látva és hallva minket – már képes ezeket a hangokat megszólaltatni, vagy a tevékenységeket válaszképpen elvégezni.

Utánozzuk a gyermeket. Amikor megszólaltat egy hangot, arckifejezésével vagy mozdulataival szándékosan tesz valamit, utánozzuk őt; ezzel segítjük az utánzási reakció kialakulását. Amikor már mindketten belejöttünk a játékba, akkor térjünk rá azokra a hangokra, melyeket szeretnénk, hogy megszólaltasson.

Zsófi például sokféle hangot hallat, és szívesen játszik másokkal, azonban nagyon ritkán utánoz. Fejlesztője elhatározza, hogy megtanítya neki kedvenc hangsorát („dada”) utánozni, hiszen sokszor mondja ezt magától, de sohasem másokra reagálva.

Fejlesztő (Zsófit a térdén lovagoltatva): „da-da-da-da.”

Zsófi (izgatottan): „íííí-íííí.”

Fejlesztő: „íííí-íííí.”

Zsófi: „a-a-a-íííí.”

Fejlesztő: „a-a-a-da-da-da-da.”

Zsófi: „íííí.”

Fejlesztő: „da-da-da-da.”

Zsófi: „da da.”

Fejlesztő (örömmel!): „da-da-da-da!” (Megöleli Zsófit, és folytatják a játékot.)

A foglalkozást tegyük játékosná, hogy a gyermeknek és nekünk is élvezhető legyen. Az utánzást néha más jellegű gyakorlatokkal váltjuk fel, hogy a gyermek figyelmét meg tudjuk őrizni.

Adjunk időt a gyermeknek, hogy reagálhasson. A tanulás korai szakaszában a gyermekek ritkán utánoznak valamit azonnal. Számítsunk rá, hogy a gyermeknek sok biztatásra lesz szüksége. Nagyon könnyű azonban túlzásba vinni a biztatást, és ilyenkor a gyermeknek nem marad ideje reagálni, vagy annyira jól érzi magát, hogy nem érzi szükségét annak, hogy ő is tegyen valamit.

Ha szükséges, nyújtunk több segítséget. Általában bemutatás útján fogunk fejleszteni, de ez nem minden esetben elég. A cselekvés utánzásához gyengéd érintést is használhatunk. Abban is tudunk érintéssel segíteni, hogy a gyermek egy bizonyos hangot ki tudjon adni, de nem szabad elfelejtetnünk, hogy vannak gyerekek, akik nem szeretik, ha arcukat ilyen módon megérintik, ezért ez a módszer nem mindenkinél használható. Íme néhány lehetőség, amelyeket kipróbálhatunk:

- „áá”: Hüvelykujjunkat tartsuk a gyermek állán, és óvatosan nyomjuk lefelé, miközben azt mondjuk: „áá”! Kérdezhetjük is a gyermeket: „Milyen nagyra tudod kinyitni a szád?”
- „óó”: Nyomjuk előre a gyermek arcocskáit, hogy szájával kerekítsen. Mondjuk: „óó”. Biztathatjuk, hogy mutasson csodálkozó arckifejezést.
- „íí”: Óvatosan húzzuk szét a gyermek szájának két szélét az arca felé, és mondjuk közben, hogy „íí”. Mondhatjuk neki, hogy mosolyogjon.
- „bábábáb”: Hüvelykujjunkat tartsuk a gyermek álla alatt, és egyik ujjunkkal nyomjuk ajkait hol szét, hol össze, miközben azt mondjuk: „bábábáb”.

- „mámámám”: Tartsuk a gyermek kezét az orrunkhoz, hogy érezze a hang keltette vibrációt. Kezdjük csak a „mmmm”-mel a gyermek száját csukva tartva majd, mozgassuk ajkait úgy, ahogyan a „bábábáb”-nál. Ezt a játékot étkezéskor is játszhatjuk, a „nyám-nyám” másik formájaként.

Ha a gyermek nem fogadja el, vagy nem igényli ezt a közvetlen fizikai segítséget, próbáljuk saját arcmozdulatainkat eltúlozni. Amikor a gyermek már kezd érteni a feladatot, egyre kevesebb segítséget adjunk.

A hangokat párosítsuk cselekvésekkel. A mozdulatok gyakran segítenek a hangok utánzásában, és azok későbbi felidézésében. A „mmmm” hangsort például összekapcsolhatjuk a pocak simogatásával étkezéskor, vagy egy elképzelt uzsonna közben. Az indián kiáltás is akkor igazán élvezetes, ha a kéz ritmusosan a szájra tapad, megtörve ezzel az „úú-úú-úú” hangot. A lehetőségek szinte végtelenek, és minden gyermek számára egyénre szabottan kialakíthatók.

A hangokat párosítsuk játékszerekkel. Nagyobb gyermekeknél ez is nagyon hasznos lehet. Bábokkal vagy kis műanyag állatokkal biztassuk a gyermeket az állathangok utánzására. Ha a gyermek kedveli az autókat, gyakorolhatjuk a „brmmm” és a „tűtűt” hangokat. Ötletért fordulhatunk a megfigyelési szempontokhoz, de az elsődleges szempont az legyen, hogy mit kedvel igazán a gyermek.

Egy hanggal vagy tevékenységgel legalább két hétig foglalkozzunk, mielőtt váltunk. A gyermeknek szüksége van némi időre, hogy megértse a feladatokat, és ha túl gyakran változtatunk, megnehezítjük a tanulását. Dolgozhatunk egyszerre több különböző célon, tevékenységen, arcmozdulaton és hangon, és bemutatathatjuk őket különféle módokon, hogy ne váljanak unalmassá (pl. több állathangot mondogassunk egy állatkertes játék során; amelyik állat elszalad, annak utánozzuk a hangját).

Sokszor előfordul, hogy a gyermek a foglalkozások idején nem utánózik, de az élményt megőrzi, és később gyakorolja, például ágyában vagy az autóban, vagy amikor egyedül játszik. Ha úgy látjuk, hogy a gyermek nem utánózik, hagyjunk időt neki, és figyeljük, amikor gyakorol. Talán meghalljuk azt a „dádádá”-t is, amit olyan sokáig próbáltunk megtanítani neki. Gyakran segít, ha mi próbáljuk meg a gyermek hangjait utánózni, ezzel éreztethetjük vele, hogy fontos nekünk, amit mond.

4.5. A hétköznapi kommunikációs készségek használatának elsajátítása

A kommunikációs készségeinkről szóló bevezetőben már volt arról szó, hogy még a nagyon korlátozott számú hanggal és gesztussal rendelkező gyermek is képes kifejezni egyszerű reakcióival társasági, gyakorlati és érzelmi szükségleteit. Minden gyermeket, aki odafigyel másokra, és valamilyen módon kapcsolatot tud teremteni másokkal, megtaníthatunk arra, hogyan használja még hatékonyabban kommunikációs készségeit. A még nem beszélő gyerekek megtaníthatjuk, hogyan kommunikáljon igényeinek megfelelően a hangszín változtatásával vagy olyan gesztusokkal, mint például a fejrázás, a karnyújtás egy tárgy vagy személy felé, egy tárgy személy felé nyújtása, a rámutatás, a mosolygás, az integetés, a tapsolás. Ennek másik módja, ha valódi cselekvéseket utánózik (a szem lehunyása az alvás jelzésére). A még nem beszélő gyermeknek különösen hasznos, ha megtanulja, hogy különböző igényeit és érzéseit ki tudja fejezni gesztusokkal és hangokkal. Ezeknek a készségeknek a bővítése mindemellett megalapozza a szavakban megfogalmazott igények kifejezését is. Már az előző pontoknál szó

esett a preverbális jelzések kialakításáról az egyes készségek elsajátítása kapcsán. Az eddigiek mind megteremtik a feltételeit a kölcsönös kommunikációnak. Fejlesztésünket alapozzuk a gyermek néhány foglalkozás folyamán történő körültekintő megfigyelésére (a szempontokat 1. később).

Kétféle célt tűzhetünk ki a gyermeknek ezen a területen. Döntsünk az alapján, hogy véleményünk szerint melyikre van nagyobb szüksége.

1. Megtaníthatjuk, hogyan fejezze ki pontosabban igényeit. A jelzések pontosságával a gyermek kommunikációja kompetens, mások számára is érthető lehet. A gyermek valószínűleg hangokkal és gesztusokkal már ki tudja fejezni igényét egyes területeken, azonban még ragaszkodik néhány nagyon alapvető reakcióhoz: például sír, ha valamit elutasít, elrántja, amit kér stb. A célunk ilyenkor az lehet, hogy konkrétabb gesztusokat tanítsunk neki: inkább rázza meg a fejét, ha nem kér valamit, és mutasson rá valamire, ha kéri. Ne feledkezzünk meg róla, hogy a gyermekek viszonylag sokáig csak gesztusokkal és hangokkal fejezik ki magukat, és még a legkorábban beszélő gyermekek is főleg nem-verbálisan reagálnak másfél-két éves korukig, talán tovább is. Ami egy hat hónapos csecsemő esetében természetes, egy totyogónál már kevésbé elfogadható. Mikor a gyermek már új hangokat tanult meg, segítsünk neki, hogy ezeket használja olyan szükségleteinek kielégítéséhez, amelyeket korábban csak egyszerűbb hangokkal és mozdulatokkal tudott kifejezni. Amikor konkrétabb gesztusokra vagy megfelelő hangokra tanítjuk, kezdetben fogadjuk el a már használt hangot vagy gesztust is, ezzel egy időben azonban mutassuk be neki az új hangot vagy gesztust, amit szeretnénk megtanítani. Nem sokkal azután, hogy bemutattuk a gyermeknek, mit szeretnénk, tartsunk rövid, várakozó szüneteket, hogy lehetősége nyíljon utánozni minket. Amikor látjuk, hogy már tudja ezt az új készséget használni, ne mutassuk be többet, hanem várjunk, hogy önállóan kezdje használni. Ne felejtjük el, hogy mi sem kommunikálunk mindig tökéletesen, így hát óvatosan próbáljuk a gyermeket a magasabb szintű válaszadásra rávezetni.

Várakozva figyeljük kommunikációját, és ha a korábban szokásos vagy nem megfelelő hangokat vagy gesztusokat használja, tegyünk úgy, mintha nem értenénk.

2. Megtaníthatjuk, hogy a gyermek kommunikációs készségeit másként is használja. Íme néhány javaslat, hogyan tanítsuk a nyelv használatának különféle módjait.

A *kérés* és az *elutasítás* a gyermekek kommunikációs készségeinek általában első két nyilvánulási formája. Minden szülő tapasztalja, hogy gyermeke kér/követel valamit. Fel kell tenni a kérdést: vajon a gyermek annak tudatában kér/követel valamit, hogy mi ott vagyunk, és várja hogy reagáljunk rá. Amikor a gyermeket arra biztatjuk, hogy tudatosan kérjen tőlünk, fel kell hívunk a figyelmét arra, milyen módon tudjuk megoldani a problémáját.

a) **Tárgyak kérése.** Meg kell figyelnünk, hogy a gyermeknek tényleg követelnie *kell-e* azokat a dolgokat, amiket akar, vagy minden esetben elérhetőek számára. A szülőknek talán könnyebb előre kitalálni a gyermek igényeit, akinek így azonban alig kell bármit is kérnie, és megfosztjuk a kezdeményezés lehetőségétől. Igyekezzünk úgy elhelyezni kedvenc játékait, hogy lássa, de ne tudja elérni azokat. Amikor sírni kezd, és egy tárgy felé próbálja küzdeni magát, lépünk közbe, kérdezzünk és reagálunk rá azonnal: „A labdát szeretnéd? Idehozom.”

A szülőknek tanácsoljuk, hogy a naponta megjelenő helyzeteket használják ki a beszéd-fejlesztés érdekében (pl. az étkezési, fürdési vagy gondozási helyzeteket). Például biztassuk őket arra, hogy uzsonnaidőben a gyermek tányérját vagy poharát tegyék úgy a gyermek

látóterébe, hogy ne érje el, amíg valahogyan hanggal vagy mozdulatokkal nem jelzi, hogy kéri. Ne felejtjük el, hogy kezdetben nagyon kevéssel is be kell érniünk, ha nem akarjuk, hogy a gyermek összezavarodjon, vagy csalódott legyen. Fokozatosan mutassunk neki egyre konkrétabb lehetőségeket, hogyan kérhet egy bizonyos tárgyat. Segítség lehet, ha lehetőséget adunk az alternatívák közötti választásra.

b) Szívességek kérése. Ilyenkor a gyerek azt kéri, tegyünk meg neki valamit. Kezdetben álljunk meg egy tevékenység közben, amit szeret (például hintáztatás vagy térden lovagoltatás), és kérdezzük meg tőle, hogy „szeretnéd még?”, és addig ne folytassuk, míg valamilyen hanggal vagy gesztussal nem reagál. Eleinte teljesen véletlenszerű is lehet ez a hang vagy gesztus, de egy idő után a gyermek meg fogja tanulni, hogy összefüggés van az ő jelzése és a mi tevékenységünk között.

A gyermek gyakran fogja izgatottsággal vagy sírással tudomásunkra hozni, hogy szeretne valamit. Viselkedéséből sejtethetjük, hogy éppen mit szeretne, pl. hogy kivegyék az ágyából, de valóban ezt mondja-e. Az előző példánál maradva közeledjünk a kiságyhoz, üdvözljük őt, és aztán várjunk egy kicsit, megadva neki a lehetőséget, hogy végiggondolja, miért sír. Nyújtuk ki felé a karunkat, és kérdezzük meg tőle: „Felvegyelek?” Biztassuk, hogy ő is nyújtsa ki felénk a karját (kezdetben a legapróbb mozdulattal is megelégedhetünk), majd vegyük fel őt. Ezt a módszert a nap folyamán bármely más helyzetben is alkalmazhatjuk.

A következőkben a kommunikáció szándéka szerint fogalmazunk meg kategóriákat, melyeknél a megfigyelési és fejlesztési szempontokat egyaránt rögzítjük.

Üdvözlés, búcsúzás

Figyeljük meg, hogy hangoztat-e valamilyen jellemző hangot, vagy tesz-e valamilyen mozdulatot a kisgyermek, amikor egy ismerős személyt észrevesz. Integre-e, amikor valakitől elbúcsúzik?

Hogyan segítsünk?

Találkozáskor és búcsúzáskor mindig ugyanazokat a szavakat és gesztusokat használjuk. Fogjuk meg a gyermek kezét, és segítsünk neki integetni, majd engedjük meg neki, hogy egyedül végezze a mozdulatot. Hagyjunk neki bőven időt, hogy reagáljon. Minden lehetséges alkalommal vonjuk be a gyermeket az üdvözlésbe és a búcsúzásba. A fizikai segítséget mindig többszöri bemutatás előzze meg, és fokozatosan vonjuk meg ezt a segítséget. Ha a gyermek utánozza a mozdulatot vagy hangot, próbáljuk meg a csak verbális kérés teljesítését is.

Információ közlése

Figyeljük meg, hogy képeskönyv nézegetése közben rámutat-e valamelyik képre, kéri-e, hogy mi is odanézzünk. Ha váratlan dolog történik (pl. leesik valami az asztalról), várja-e, hogy megerősítsük.

Hogyan segítsünk?

Minden adandó alkalommal (pl. utazáskor) mutassunk rá tárgyakra, és nevezzük meg őket. Kövessük a gyermek tekintetét, hogy lássuk, mi érdekli, és hogy mi is azokkal a dolgokkal

törődjünk, amivel ő. Segítsünk neki, hogy ha rámutatunk valamire, tudja követni az ujjunkat; azokkal a tárgyakkal kezdve, amelyek elérhető távolságban vannak. Amikor a gyermek kezd a dolgok után nyúlni, nevezzük meg a tárgyakat. Amikor magabiztosan rámutat valamire, hagyjuk, hogy megnevezze, akár csak egy egyszerű hanggal is. Ha gyakran megkérdezzük a gyermektől, hogy „Mi ez? Mi történik?”, akkor nemcsak megadjuk neki a lehetőséget, hogy mondjon valamit, hanem azt is bemutatjuk, hogyan kell információt kérni, ami a közlésnek szintén fontos eleme.

Tárgyak odaadása

Figyeljük meg, hogy étkezésnél odanyújtja-e a gyermek valakinek a kecszét, kiflijét vagy Túró Rudiját stb, hogy harapjon belőle. Odahoz-e játékokat vagy kisebb tárgyakat, amelyeket a helyiségben talál?

Tárgyak kérése

Figyeljük meg, hogy ránk néz-e a gyermek, amikor egy tárgyat meg szeretne kapni, de nem éri el. Ránéz-e a zsírkrétára, majd ránk, és hangjával jelzi-e, hogy ő is szeretne rajzolni?

Hogyan segítsünk?

Az odanyújtás jelentős kommunikációs cselekvés. Valamennyi szülő meghatódik, amikor gyermeke először nyújt felé magától valamit. E mozdulat jelentősége megközelíti a szociális mosolyét. Megfelelő kézügyességre is szükség van az odaadás gesztusának kialakulásához. A finommozgás-sorozatokból kiderül, hogy a gyermek képes-e már erre a készségre. Elsőként azt tanítsuk meg, hogy kérésre adjon oda valamit. Hogy később magától is adjon, találjunk ki olyan játékokat a családtagokkal együtt, amikor tárgyakat adogatunk egymásnak. Sorba rakosgathatjuk a babákat vagy macikat is, és játszhatjuk, hogy kiskanalat és csészét adogatunk mindenkinek.

Adjunk lehetőséget a gyermeknek a választásra. Készítsünk ki elé több tárgyat, és kérdezzük meg: „Melyik poharat kéred? A macisat?” (Rá is mutathatunk, és várjuk a jelzését.) Ha a gyermek nem válaszol, kérdezzünk újra: „A kacsásat kéred?” Bárhogyan választ, adjuk oda neki a kért tárgyat.

Szívességek elvégzése

Figyeljük meg, hogy megfésüli-e a gyermek hajunkat vagy a baba haját hajkefével (vagy hajkefének kinevezett tárggyal). Odahozza-e a cipőjét távozáskor, vagy tesz-e bármilyen hasonló szívességet?

Szívesség kérése

Figyeljük meg, hogy odaül vagy áll-e a hinta mellé, és hangjával jelzi-e, hogy ültessük bele. Ráncigálja-e a lábunkat vagy a ruhánkat, és ránk néz-e addig, amíg fel nem vesszük?

Hogyan segítsünk?

A szerepjátékok sokat segíthetnek megtanítani a gyermeknek azt, hogy mit tehet másokért. Alakítsunk ki kölcsönösen végezhető játékokat, amikor például megetetjük a macit, majd hagyjuk, hogy a gyermek etesse meg őt, vagy megfésüljük a baba haját, aztán újra ő következik. Ha szükséges, adjunk neki fizikai segítséget is, de amint megérti a feladatot, egyre kevesebbet segítsünk ily módon. Mutassuk meg neki, hogyan tudja mindezt egyedül csinálni, és figyeljük, hogy próbálkozik-e egyedül is.

Itt is hasznos lehet a választási lehetőség biztosítása, pl. „Melyiket énekeljük?” (mozdulat bemutatása). Várjunk arra, hogy a gyermek a kívánt ének vagy mondóka gesztusait bemutassa, és akkor játsszuk el együtt. Ha nem jelez, újra kínáljuk fel a lehetőségeket.

Újítás (játék a hangokkal)

Figyeljük meg, hogy ha a gyermek rendszeresen hall egy mondókát, megpróbálja-e elénekelni velünk együtt. Hallat-e hangot („brmm-brmm”), amikor pl. az autót tologatja a földön?

Hogyan segítsünk?

Mutassuk meg a gyermeknek, hogyan lehet a hangokat játékokban is használni. Például énekeljünk dalokat hangkazettával együtt. Mondókázzunk, miközben a gyermeket hintáztatjuk. Ismertessük meg a hangokkal, amelyeket bizonyos tárgyakkal asszociálunk: „brmm-brmm” az autóknál, „zmmm” a repülőnél stb. Olyan hangokat használjunk, amelyeket véleményünk szerint már tud utánozni, és mindig vonjunk be a játékba olyan hangokat is, melyekről tudjuk, hogy nagyon tetszenek neki.

Gyakorlás

Figyeljük meg, hogy spontán játék közben hallat-e hangot.

Hogyan segítsünk?

Nem könnyű a helyzetet úgy alakítani, hogy a gyermek gyakorolhasson. Amikor spontán gyakorolja a hangokat, ne zavarjuk meg őt. Használjuk ki az alkalmat, és figyeljük meg, hogy a gyermeknek mely hangok gyakorlása nyújtja a legtöbb örömet. Várjuk meg, míg egy kis szünetet tart, és csak akkor hívjuk fel magunkra a figyelmét, vagy úgy vegyük fel őt, hogy óvatosan mi is kapcsolódjunk be hangadásaiba.

Elutasítás

Szinte minden gyermek már a kezdetektől nagyon világosan kinyilvánítja nemtetszését. Ahhoz, hogy a gyermek az elutasítást valóban közölni tudja, tisztában kell lennie azzal, hogy mások a segítségére lehetnek a nem kívánt dolgok eltávolításában.

Tárgyak elutasítása

Figyeljük meg, hogy a gyermek eltolja-e a kezünket, ha nem kéri a játékot, amit kínálunk neki. Megrázza-e a fejét, ha olyan tárgyat nyújtunk felé, amit nem kér?

Hogyan segítsünk?

Ha a gyermeknek valami olyasmit kínálunk, amit nem kér, ezért elfordul vagy sírni kezd, vonjuk magunkra a figyelmét. Mutassuk be azt a mozdulatot, amelyet ő használhatna, például megérintni a fejét. Mondjuk azt: „Nem kéred a kockát. Elteszem.”

Szívésség elutasítása

Figyeljük meg, hogy a gyermek eltolja-e a kezünket, ha fel akarjuk őt venni, amikor javában játszik. Rázza-e a fejét tiltakozásul, ha innivalóval kínáljuk, amikor nem szomjas?

Hogyan segítsünk?

Ügyeljünk rá, hogy ne csak olyan szívésségeket tegyünk a gyermeknek, amelyeket el kell fogadnia. Ha itallal kínáljuk, amikor nem szomjas, és a gyermek próbálja kiütni kezünkből a poharat, rázzuk a fejünket, miközben kérdezzük meg: „Nem kérsz inni?” Figyeljük tiltakozásait, és mutassunk számára elfogadható és következetes mintát a tiltakozáshoz is. Így teljeshet az a cél, hogy a gyermek megtapasztalja, viselkedésünket befolyásolni képes. Azonban *nem* azt akarjuk neki megtanítani, hogy elhatározásainkat megváltoztatjuk akkor, ha elég sokáig nyafog.

Információ elutasítása

Figyeljük meg, hogy rázza-e a gyermek a fejét vagy más módon tiltakozik-e, ha egy ismert tárgyat más néven nevezünk. Amikor vége a fejlesztésnek, de még jól érzi magát, tiltakozik-e, ha azt mondjuk neki, hogy ideje hazamenni.

Hogyan segítsünk?

Ezt akkor tűzzük ki célul, ha a gyermek már megtanulta a tárgyak és a szívésségek elutasítását, és már biztosak vagyunk benne, hogy bizonyos szavakat jól megért. Ilyenkor az is nagyon fontos, hogy olyan helyzeteket is teremtsünk, amikor a gyermek tényleg elutasíthatja azt, amit mondunk neki. Próbáljuk ki, hogy tárgyakat vagy képeket nem a valódi nevükön nevezünk. Ha a gyermek ezután nem tiltakozik, akkor javítsuk ki magunkat: „Azt mondtam, hogy kacsa. Ez egy kacsa? NEM, ez egy cica!”

Ha a gyermeknek már megmondtuk, hogy vége van a fejlesztésnek, és ő tovább szaladgál a szobában, állítsuk meg, nézzünk a szemébe, és mondjuk: „NEM, vége van!” Még ha nem is tehetünk eleget a kívánságának, véleményét elfogadhatjuk a dologgal kapcsolatban.

Összegzésül tekintsük át még egyszer a beszélni még nem tudó gyermekek nyelvi készségeinek fejlesztéséhez szükséges legfontosabb módszereket:

- Adjunk elegendő időt a gyermeknek a válaszadásra.
- Hallgassunk, várakozva figyeljünk.
- Fejlesztés során mindig a gyermek érdeklődéséből induljunk ki.
- A fejlesztés a természetes élethelyzetekben valósuljon meg.
- Végezzük kölcsönösen a tevékenységeket, grimaszoljunk, és szólaltassunk meg különféle hangokat.

- Utánozzuk a gyermeket, és biztassuk őt is utánzásra.
- Ne akarjuk kitalálni a gyermek minden kívánságát. Hagyjuk, hogy ő is felismerje a kommunikáció szükségességét.
- Mutassuk meg neki a közös kommunikáció értékét és hasznát gyakorlati és érzelmi szempontból egyaránt.
- Az ismétlődő cselekvéseknél és tárgyaknál ugyanazokat a szavakat használjuk, hogy a gyermek kitalálhassa, mi fog történni; hogy megérthesse a szavak jelentését, és idővel a szavak kiejtését is megtanulja.

5. A beszédprodukciónak fejlesztése

(Nyelvi fejlesztés a már beszélő gyermekek számára)

Ebben a részben olyan gyermekek nyelvi programjának megtervezéséhez nyújtunk segítséget, akik most kezdenek szavakat használni, vagy már beszélnek ugyan, de verbális képességeiket jobban ki szeretnék használni. A gyermekek megfigyeléséhez ismét szempontokat adunk, illetve bemutatunk néhány módszert a nyelvszókészítés megsegítéséhez. Ha úgy gondoljuk, hogy a gyermek már ezen a szinten tart, akkor is ajánljuk a teljes rész elolvasását, mert a nyelvi fejlődésre számos információt, további szempontot kaphatunk.

Az előzőekben láttuk a nyelvi fejlődés állomásait, azonban a nyelvszókészítéshez ennél sokkal több időre van szüksége az átlagosan fejlődő gyermeknek is. A hangok és szavak tanulása mellett el kell sajátítani az anyanyelv fontosabb szabályait, a szituációnak megfelelő nyelvhasználatot, később tovább bővül a jelentésháló, és a szavak metaforikus használata is kialakulhat. A beszéd használata alapvetően a beszédértésen alapul, ezek további fejlődése a későbbiekben sem halad teljesen párhuzamosan: hamarabb értünk meg árnyaltabb összefüggéseket, minthogy ki tudnánk fejteni azokat. Mindezek ismeretében tekintsük át a nyelvi fejlesztésünk legfontosabb céljait:

- A gyermek a nyelvet több helyzetben tudja használni; ki tudja fejteni az összes szociális, érzelmi és fizikai szükségletét, továbbá a társalgásban is bővíti képességeit.
- A gyermek még több szót és kifejezést használjon és értsen.
- A gyermek a szavak és kifejezések segítségével tágabb jelentéstartalmat tudjon kifejezni. Ne csak a tárgyak nevét tudja, hanem arról is tudjon beszélni, hogy mire való, milyenek, kinek a tulajdonában vannak stb.
- Használjon helyes nyelvtani szerkezeteket a nyelvi fejlődésének megfelelő fokon.
- Artikulációs – azaz a szavak kiejtésének – készségeit életkorához és nyelvi fejlődésének szintjéhez mérten bővítsé.

Ebben a fejezetben a nyelvi fejlődésnek három tág szintjével foglalkozunk:

- Az *önálló szavak szintjével* azoknak a gyermekeknek az esetében, akik a szavakat még nem tudják összekapcsolni.
- A *kétszavas szinttel* azoknak a gyermekeknek az esetében, akik két szót már képesek összekapcsolni.
- A *háromszavas szinttel* azoknak a gyermekeknek az esetében, akik három- vagy többszavas kifejezéseket használnak.

A gyermek nyelvhasználatának területén ezeket a szinteket két szintre egyszerűsítjük: az önálló szavak, illetve a kifejezések szintjére. A megfigyelés, a célok kitűzése és a nyelvtanítás alapelvei ugyanazok, bármely szinten is áll a gyermek. A fejezet valamennyi részében először az alapelveket mutatjuk be, majd a készségek szóban forgó szintjének sajátos tudnivalóival foglalkozunk.

A különböző szintek között a határok igencsak elmosódnak. A gyermek – háromszavas kifejezések használata mellett – továbbra is mond önálló szavakat, illetve kétszavas kifejezéseket. Amint azt az előző fejezetben is említettük, a preverbális nyelvi készségek akkor is fontosak, amikor a gyermek már beszél. Azonban az is megfigyelhető, hogy minél magasabb nyelvi szinten áll a gyermek, annál kevésbé használ nem verbális megerősítéseket. Bár célunk, hogy a gyermek nyelvi készségeit a legmagasabb szintre fejlesszük, ne hanyagoljuk el az alacsonyabb nyelvi szintek további erősítését sem. Ez a fejezet három fő részből áll: megfigyelés; fejlesztési célok kitűzése; és hogy miként fejlesszünk.

5.1. Megfigyelési szempontok

Akárcsak az összes többi készségnél, a nyelv területén is szükséges, hogy a fejlesztés megkezdése előtt részletesen megismerjük, mire képes a gyermek *jelenleg*. Ha a gyermek csak néhány szót ismer, melyeket újra és újra használ, akkor is érdemes közelebbről megfigyelni, hogyan használja ezeket a szavakat, és milyen jelentést fejez ki velük. Amennyiben a gyermek még csak most kezd beszélni, és/vagy főként hangok és gesztusok segítségével kommunikál, kövessük az előző fejezet megfigyelési szempontjait. A megfigyelés természetesen nem helyettesítheti a részletes győgyepedagógiai és/vagy logopédiai vizsgálatot – amely ugyancsak alapvető eleme munkánknak –, csupán kiegészíti, árnyaltabbá teszi azt, és közvetlen kapcsolódást jelent a mindennapi helyzetekbe ágyazott nyelvi fejlesztéssel. Megfigyelésünk alapja a *nyelvi minta készítése*, melynek során le kell írni mindent, amit a gyermek mond. A nyelvi mintából kiderül, hogy a gyermek mit tud már mondani, de világossá válnak a szavak mögött rejlő szándékok is. Legalább ilyen lényeges az is, hogy társalgási készségeiről is pontos képet kapjunk: hogyan vesz részt dialógusokban, mennyire tud hallgatni, megfelelően válaszolni, és új társalgási témákat kezdeményezni.

A szülők aktív részvétele nagyon fontos, hiszen a nap nagy részében ők vannak együtt a gyermekükkel. Az összeállított szempontrendszer alapján velük közösen figyelhetjük meg a gyermek beszédét. A következő szempontsort ismertessük a szülőkkel, majd a megfigyeléseket beszéljük meg, módosítsuk vagy bővítsük a szempontokat, ha szükséges.

- Jelöljön ki a szülő egy napot, amikor mindent leír, amit gyermeke mond.
- Hétköznapi tevékenységei közben alakítson ki olyan helyzeteket, amelyeket gyermeke biztosan élvez, és szívesen beszél róluk.
- Legyen kéznél jegyzetfüzet és ceruza.
- Jegyzetfüzete minden oldalát ossza fel három oszlopra. A jobb oldali oszlopba írjon le mindent, amit gyermeke mond. A bal oldali oszlopba írja le azt, amit mondott gyermekének, mielőtt ő megszólalt volna. A középső oszlopban röviden foglalja össze az adott helyzetet.
- Jelölje, ha a gyermeke pontosan utánzott.
- Ha gyermeke néhány szót használt, akkor a hangokat és gesztusokat is írja le. Gyermeke esetleg rámutat dolgokra, amiket kér, vagy megrázza a fejét, jelezve, hogy nem szeretne valamit. Ezeket a gesztusokat is írja le.
- Mindenképpen biztassa gyermekét arra, hogy beszéljen, de ne adjon neki túl sok utasítást. Arra vagyunk kíváncsiak, hogy mire képes magától egy átlagos napon. Úgy beszélgessen vele, ahogyan általában szokott.

- Használja ki a lehetőséget, ha jelen van egy harmadik személy is; figyelje őket és jegyzeteljen, de meg is kérheti az illetőt, hogy vegye át a jegyzetelési munkát, amíg ő foglalkozik a gyermekkel.

Miután a nyelvi mintát összegeztük, három nagyon fontos kérdésre tudunk majd válaszolni:

1. *Miért beszél a gyermek?* (szándék)
2. *Miről beszél a gyermek?* (tartalom, jelentés)
3. *Hogyan beszél a gyermek?* (artikuláció és nyelvtan)

5.1.1. *Miért beszél a gyermek?* (szándék)

Mielőtt a gyermek beszédének tartalmára koncentrálnánk, vizsgáljuk meg, milyen *szándék* húzódik meg nyelvi készségeinek *használata* mögött.

Amikor beszélünk, információt adunk tovább, dolgokat kérünk, elutasítjuk, amit nem akarunk, másoknak dolgokat kínálunk fel, és más gyakorlati és szociális szükségleteinknek teszünk eleget. Ha egy gyermek nem tudja nyelvi készségeit igényei kielégítésére használni, a világ legnagyobb szókincse sem segítene rajta. Ha meg tudjuk értetni a gyermekkel a másokkal való kommunikáció gyakorlati és érzelmi értékeit, és ha megmutatunk neki minél több lehetőséget arra, hogy hogyan használhatja a szavakat, akkor a rendelkezésére álló szókincset a legteljesebb mértékben ki tudja használni, és a további fejlődését biztosan megalapozzuk.

Az, hogy a gyermek mennyire képes társalgásban részt venni, nagyrészt attól függ, hogyan tudja az általa ismert szavakat használni. Korábban volt már szó a társalgás készségének alapvető fontosságáról. A beszélni tudó gyermeknek meg kell tanulnia a szavakkal interakcióba lépni. Tudnia kell beszélgetést kezdeményezni, és bekapcsolódni abba, valamint mások szavaira megfelelően reagálni. Megfigyeléseink során (a szülők és saját tapasztalataink alapján) a gyermek nyelvi állapotáról ebből a szempontból is érdekes információkat gyűjthetünk. A párbeszéd jellegű interakciók – amelyek már a beszéd megjelenése előtt is fontosak – most a szavak, kifejezések összekapcsolódásaként jelennek meg. A kezdeményezés azért lényeges, mert a gyermek maga dönt a beszélgetés tartalmáról, ő határozza meg a célját, tehát önfejlődésére, kompetenciájára van hatással. A lassabban fejlődő vagy értelmi akadályozott gyermekek esetében gyakoribb a beszélgetésbe való bekapcsolódás, a reakzív nyelvi viselkedés, azonban ez is feltételezi a hallott információ megértését. Mindkét esetben a gyermek számára megfelelő fejlődési lépcsőfokon nekünk kell kialakítani a kommunikáció menetét. Fő feladatunk, hogy a gyermek felől minél több kezdeményezés induljon. Ilyen kezdeményezés lehet, ha a gyermek anyja szoknyáját húzogatja, miközben mondja: „inni”, vagy könnynézetés közben rámutat egy képre, és mondja: „alma”.

A bekapcsolódás bemutatására képzeljünk el két szituációt:

- Kati és apukája a konyhában vannak.
Apa: – Mit szeretnél, Kati?
Kati: – Kérsz narancslét.
- Tomi és testvére a hintánál játszanak.
Testvér: – Gyerünk, Tomi, most én jövök.
Tomi: – Nem!

A bekapcsolódás tehát lehetőséget ad a gyermeknek arra, hogy egy felkínált helyzetben döntsön, vagy más módon reagáljon. Ha figyelembe vesszük megnyilvánulásait, partnerként fogja magát érezni, és talán bátrabb lesz a kezdeményezés terén is.

5.1.2. *Miről beszél a gyermek? (tartalom, jelentés)*

A nyelvi minta alapján egy másik nagyon fontos kérdésről, a gyermek nyelvhasználatának *tartalmáról*, vagyis az általa kifejezett *jelentésekről* tudhatunk meg többet. Az értelmi fejlődés fontos állomása, amikor a tárgyak helyét a szavak veszik át a kommunikációban: ennek feltétele a tárgyállandóság kialakulása. Természetes, hogy azt szeretnénk, ha a gyermek minél több szót, fogalmat tanulna meg, de legalább olyan fontos, hogy többféle szót tudjon használni is. A tárgyak nevének (főnevek) használatával egy időben meg kell jelenniük a cselekvést kifejező szavaknak (igék), a hangutánzó szavaknak, határozóknak, névmásoknak stb. Így a szavak nem maradnak elszigetelt egységek, hanem kifejezésekke kapcsolódhatnak. A következőkben lássunk két példát, amelyek segítségével szemléltethetjük az előbbi szempontokat:

Bori szókincse:

autó	bicikli	pohár	TV
labda	narancslé	kanál	„nana”
alma	kulcs	nem	üveg
nyalóka	pirítós	maci	szia
kutyus	baba	tojás	„pá-pá”
tehén	könyv	madár	keksz

Bence szókincse:

alma	labda	eszik	banán
narancslé	TV	kocka	mos
Dávid	nem	alszik	kutya
baba	vacsora	szia	aludni
könyv	„pá-pá”	fent	autó
ugrik	elment	kanál	Maci

Bori és Bence szókincse pontosan ugyanannyi szót tartalmaz, de Bence többféle szót ismer. Bori tudja mondani, hogy „szia”, „pá-pá” és „nem”, ezeken kívül azonban csak a tárgyak nevét használja. Bence azt is tudja, hogy a dolgok mit csinálnak (ugrik, eszik, mos, alszik), valamint kezdi megtanulni elmondani, hogy a dolgok hol vannak (fent), és mi történt velük (elment). Ha Bori és Bence a jövőben is eszerint az elv szerint tanulnak új szavakat, Bencének nagyobb előnye lesz, amikor eljön az idő, hogy a szavakat kifejezésekke állítsa össze. Bence szókincsében ugyanis sokkal több lehetőség van két szót összekapcsolni, mint Boriéban.

Bori minden bizonnyal nagyon ügyesen kezdett el szavakat tanulni, szülei joggal lehetnek rá büszkék. A továbbiakban több különböző szófajhoz tartozó szót is meg kell tanítani neki, amellett, hogy a tárgyak elnevezéseit tanítjuk. A kifejezésekben beszélő gyermek számára nagyon fontos, hogy a jelentések minél szélesebb köréből válogathasson. Hasonlítsunk össze ismét két példát:

<i>1. lista</i>	<i>2. lista</i>
baba ül	maci ül
maci ugrál	banánt eszik
mama alszik	forró virsli
autót tolja	apa elment
Panni eszik	nem alszik
virslit eszik	még ugrál
autó megy	baba itt (van)?
baba leesik	pelenka pisis
maci sír	ez a könyv
mama mos	mama cipője

Látható, hogy a második listában szereplő kifejezések a jelentések szélesebb körét fogják át, mint az első lista kifejezései, melyek kizárólag nevek és cselekvések párosításából állnak. Nem arról van szó, hogy egyik kifejezés jobb lenne, mint a másik; a lényeg, hogy a gyermeknek mindenfajta kifejezésre szüksége van, hogy képes legyen beszélni az életében zajló különféle dolgokról.

A gyermek által megfogalmazott jelentések elemzéséhez meg kell figyelni, hogy ezek önálló szavak vagy két-, illetve háromszavas kifejezések. Tekintsük át alaposan a nyelvi mintákat; egyszerre mindig csak egy megnyilatkozást vizsgáljunk. Hagyjuk ki azokat a szavakat vagy kifejezéseket, amelyeket a gyermek közvetlenül utánozva használt.

5.1.3. Hogyan beszél a gyermek? (artikuláció, nyelvtan)

Az *artikuláció* vizsgálata meghatározott szempontok alapján, speciális szakember bevonásával és irányításával történik, és fejlesztése is logopédiai terápiához kötött, ezért ezzel ebben a kiadványban nem foglalkozunk bővebben.

A helyes *nyelvtan* nem olyan nélkülözhetetlen része a hatékony kommunikációnak, mint az eddig tárgyalt területek. Mégis fontos, ha a gyermek úgy akar beszélni, mint mindenki más; a nyelvtani formák a jelentés finomabb árnyalatainak kifejezésére is szolgálnak. A gyermekek nyelvtani képessége lassabban fejlődik, mint pl. a szókincs, egyszerre több szabályt kell alkalmazniuk egyidőben. A megfelelően fejlődő gyermekek a felnőtt minta segítségével azonban szinte észrevétlenül tanulják meg az alapvető szabályokat, amelyek megértése már elvont gondolkodást feltételez.

5.2. Mit fejlesszünk?

A kifejező nyelvi területen legalább kétféle, különböző célunk lesz. A célok egyik csoportja a gyermek *nyelvhasználatával* és a *jelentések kifejezésével* kapcsolatos, a másik csoportot pedig valószínűleg a *nyelvtan* körébe tartozó célok alkotják. Amint azt később is látni fogjuk, a nyelv különböző területei együtt is taníthatók, és nem szabad kiragadnunk a napi tevékenységek menetéből.

5.2.1. A gyermek nyelvhasználata

Ezen a területen az általános feladataink a következők:

- Bővíteni azokat a területeket, amelyeken a gyermek a nyelvet használja;

- biztosítani, hogy a gyermek rendelkezzen a társalgás alapvető készségeivel, a kezdeményezés és a bekapcsolódás készségével, bátran, aktívan vegyen részt a társalgásban;
- arra biztatni a gyermeket, hogy szükségleteit kifejezési képességének legmagasabb fokán elégítse ki, legyen az akár az önálló szavak, a két- vagy háromszavas kifejezések szintje;
- arra tanítani a gyermeket, hogy többféle szándékot ki tudjon fejezni;
- a gyermek érdeklődési körét figyelembe véve meg kell keresni az ehhez szükséges szavak körét.

A fejezetben később még adunk néhány ötletet, hogyan taníthatjuk meg a gyermeket nyelvi készségeinek új helyzetekben történő használatára.

5.2.2. A gyermek által kifejezett jelentések

Ezen a területen a következő általános feladataink legyenek:

- Bővíteni a gyermek által kifejezett jelentések (fajtájának) körét;
- növelni az általa használt szavak és kifejezések számát;
- a verbális képesség különböző szintjein keresztül a gyermek nyelvi készségeit fejleszteni – a preverbálistól az önálló szavak használatáig, az önálló szavaktól a kétszavas kifejezésekig, majd a kétszavas kifejezésektől a három-, illetve többszavas kifejezésekig.

A gyermek jelenlegi szintjétől függően a célok kijelölésének módja némileg eltérő, ezért minden szintet külön megvizsgálunk.

Célok kijelölése az önálló szavak szintjén

Ha a gyermek csak néhány szót használ, válasszunk olyan szavakat, amelyek a mindennapok során a családban mindenki számára fontosak, ill. a gyermek érdeklődési körének bővítését célozzák. Olyan szavakat válasszunk, amelyeket a gyermek *megért*, és amelyekre *szüksége van*, amelyek mindennapi életének részévé válnak. Különösen a kezdetekkor ajánlott, hogy olyan tárgyakat és cselekvéseket jelölő szavakat válasszunk, amelyeket a gyermek közvetlenül megtapaszthat – távoli tárgyak helyett elérhető, tapintható tárgyak nevét; olyan cselekvések helyett, melyeket csak megmutatni tudunk neki, inkább olyanokat, melyeket maga is végezhet stb.

A kiválasztáshoz jó támpontot ad az egyszavas nyelvhasználat elsajátításának jellegét ábrázoló lépcsősor, mely a kategóriák egymásra épülését, sorrendjét fejezi ki.

ismétlődést kifejező szavak
helymeghatározó szavak
cselekvésre utaló szavak
tagadást kifejező szavak
megnevező szavak

A szavak elsajátítása általában a lépcsősor bal alsó sarkából indul ki. A gyermek először néhány megnevező szót és az első tagadást kifejező szót, a „nem”-et tanulja meg. A későbbiekben a további megnevező és tagadó szavak elsajátítása mellett cselekvést kifejező szavakat is kezd elsajátítani. Nem sokkal később már helymeghatározó szavakat is tanul, mialatt tovább bővíti szókincsét az előző három kategóriában. Mire a gyermek elérkezik a legmagasabb lépcsőfokra, jó pár szót megtanult mind az öt kategóriából.

A valóságban nem minden gyermek követi pontosan ezt a rendszert. Ne nyugtalankodjunk, ha a gyermek rendszere nem eszerint alakul. A lépcsős ábra mindenesetre hasznos lehet a változatos nyelvhasználat segítése szempontjából. Ha a gyermek már használ néhány önálló szót, úgy bővítsük szókincsét, hogy beszéde minél kifejezőbb, változatosabb legyen (az ábra alapján keresztben és fölfelé szélesítsük a szókincsét). Ha a gyermek csak most kezd beszélni, először néhány megnevező szót, valamint a „nem”-et tanítsuk meg neki, majd fokozatosan ismertessük meg másfajta szavakkal, és növeljük az egyes kategóriákon belüli szókincsét.

Célok kijelölése a kétszavas szinten

A kétszavas szinten az elsajátítás jellege ugyancsak egy diagraméhoz hasonlít.

A nyelv elsajátításának kétszavas jellege:

birtoklást jelölő kifejezések
tulajdonságot jelölő kifejezések
demonstratív (mutató) kifejezések

helymeghatározó kifejezések

ismétlődést kifejező kifejezések
tagadást jelentő kifejezések
cselekvést és tárgyat jelölő kifejezések

Akárcsak az önálló szavak esetében, a feltételezett „tipikus” gyermek a bal alsó sarokból indul, ismert szavakat egyszerű kifejezésekkel illeszt össze; általában egy cselekvést egy cselekvővel (pl. mama ül) vagy egy tárggyal (pl. baba ül) összekapcsolva. Nagyjából ezzel egyidőben kezd tagadást jelentő kifejezéseket használni (pl. nem tej) és ismétlődést kifejező kifejezéseket (pl. még süti). Kevéssel ezután helymeghatározó kifejezéseket is megtanul (pl. Kati fel), miközben az előző három kategóriában az összetételek számát növeli. Így fejlődik a kategóriák metszetében és a kategóriákon belül, mire valamennyi kifejezéstípust megtanulja, és készen áll a háromszavas kifejezések elsajátítására.

Amennyiben a gyermek épp most kezd két szóból kifejezést összetenni, vagy egy új kifejezésfajtát megtanulni, sokat segíthet, ha végig gondoljuk azokat a kifejezéseket, amelyeket szeretnénk, hogy megtanuljon. Olyan szavakból válogassunk, melyeket önálló szavakként már biztonsággal és szabadon használ, és helyezzük őket olyan kifejezésekbe, amelyek számára élvezetes helyzeteket jelölnek. Kezdhetjük például a cselekvő + cselekvés kifejezésfajtát a „baba ugrik” összetétellel, vagy a tagadást jelentő kifejezésre megtaníthatjuk a „nem tejet” szókapcsolatot. Mikor ezeket már megtanulta a gyermek, hozzunk még több példát ugyanannak a kulcsszónak az alkalmazásával:

<i>cselekvő + cselekvés</i>	<i>tagadás</i>
baba ugrik	nem tej
Maci ugrik	nem szósz
Mama ugrik	nem fürdés
kutyus ugrik	nem lekvár
Péter ugrik	nem répa

Ha pl. szeretnénk megtanítani az „alszik” szót a gyermeknek, felsorolhatjuk az ismerősöket, állatokat, hogy ki mindenki alszik már. Közben el is játszhatjuk az alvást: becsukjuk a szemünket, tenyerünkbe tesszük a fejünket, énekelünk altatót stb.

Következő lépésként ismertessük meg a gyermekkel a cselekvő + cselekvés és a tagadás típus több variációját, úgy, mint itt:

<i>cselekvő + cselekvés</i>	<i>tagadás</i>
baba alszik	nem többet
Maci alszik	nem alszik
Mama mos	nem ugrál
baba mos	Maci elment
Péter eszik	baba elment

Nem kell ragaszkodnunk az eredeti szavak kiválasztásához, hiszen a helyzetek rendkívül sok lehetőséget adnak. Legyünk rugalmasak!

Az ehhez hasonló *cselekvő + cselekvés*, valamint tagadás kifejezések száma és variációi fokozatosan növelhetők, miközben egy újfajta kifejezést is bemutatunk, például a *cselekvés + tárgy* összetételű kifejezéseket.

Attól kezdve, hogy a gyermek már jó pár kétszavas kifejezést tud használni, többé nem szükséges konkrétan megtanítandó kifejezéseket előre meghatározni. Elég, ha a kategóriát kijelöljük, és az adódó kifejezéseket tanítjuk. Ha például célunkban a *tulajdonságot* jelentő kifejezőkategoría szerepel, számos lehetőség adódik a nap folyamán nagy kanálról, kis kanálról, piros zokniról, szép virágokról, gyors futásról stb. beszélni.

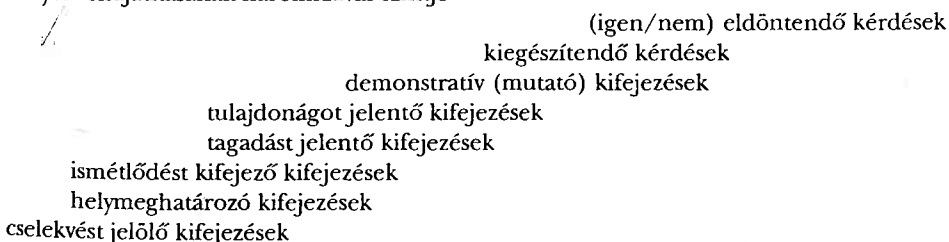
Röviden így foglalható össze a folyamat:

- Amikor a gyermek először tanul két szót egymás mellé helyezni, vagy egy új kategóriát kezd éppen használni, jelöljük ki mind a két szót, amit egy kifejezésben tanítani szeretnénk neki.
- Amikor megértette ennek a kifejezőfajtnak az elvét, már csak a kulcsszót jelöljük ki, és minél több példával igyekezzünk ezt a szót használni.
- Amikor pedig a gyermek már ügyesen használ kétszavas kifejezéseket, elég, ha kizárólag a célul kitűzött kifejezőfajtnak vagy a kategóriát határozzuk meg, mint például ismétlődést kifejező kifejezések vagy tulajdonságot jelentő kifejezések, és használjunk fel minden adódó példát a gyakorlásra.

Célok kijelölése háromszavas szinten

A diagram a nyelv elsajátítását mutatja háromszavas szinten.

A nyelv elsajátításának háromszavas szintje



A gyermekek általában a bal alsó sarokból indulva, felfelé és keresztbe haladnak a fejlődésben, ugyanúgy, ahogy az önálló szavak és a kétszavas kifejezések esetében láttuk.

Mint hogy a gyermekek mostanra már szabadon helyeznek egymás mellé szavakat, és két szó összeillesztésének gondolata nem idegen tőlük, nem szükséges, hogy konkrét szavakat használjunk céljainkhoz. Elég, ha céljainkban pusztán a kategóriát vagy a kifejezésfajtát állapítjuk meg, és fejlesztés közben a bármikor felmerülő kifejezéseket felhasználjuk.

- Tulajdonságot jelentő háromszavas kifejezések.
- Birtoklást jelentő háromszavas kifejezések.

Ha a gyermeknek mégis nehézségei támadnának, vagy túlságosan nyitottnak találjuk ezt a megközelítést, legalább azt a kulcsszót határozzuk meg, amit szeretnénk neki megtanítani. Ebben az esetben így fog kinézni a célunk:

- Háromszavas ismétlődést kifejező kifejezések: „Kérek még ...”
- Háromszavas kiegészítendő kérdések: „Hova ment?”

5.2.3. A nyelvtani célok kitűzése

Akkor lássunk hozzá ezeknek a készségeknek a fejlesztéséhez, amikor a gyermek nyelvhasználata megfelelő szintre ért, és ha a tanítandó nyelvtani elem összeegyeztethető a jelentés területén kitűzött céljainkkal. Továbbra se feledjük, hogy a nyelvtani összefüggéseket is mindig szituációba (pl. közös játék, kérés teljesítése stb.) ágyazva érzékeltesük, de a helyzeteket változtassuk, nehogy maga a helyzet legyen az irányadó. Nincs szükség külön időt szánni a nyelvtani szabályok tanítására. Kezeljük a nyelvi célok általános részeként, és ismertetjük a gyermekkel akkor, amikor a nyelvi fejlődés megfelelő szintjeibe a nyelvtani elem jól beilleszthető.

Például, ha a gyermek a kétszavas kifejezések szintjén jól halad, és a birtoklást jelentő kifejezések kategóriájában tanul, megtaníthatjuk neki a személyes névmások birtokos alakjait. Ha a gyermek „félúton” van a háromszavas kifejezések tanulásában, és éppen a tagadást jelentő kifejezésekkel foglalkozik, megtaníthatjuk neki a „nem” helyét a mondatban.

A fejlesztés során adódó kérdések és a lehetséges válaszok

- *A gyermek már kezdi a szavakat kifejezésekkel kapcsolni, de szókinccse meg szegényes.*

Célszerű a gyermek szókinccsét tovább gazdagítani, hogy változatosan ki tudja magát fejezni önálló szavak használatával is. Foglalkozhatunk mindkét szinttel egyszerre, megtaníthatjuk, hogy ismert szavakból kifejezéseket alkosson, és ezzel egy időben bővítsük szókinccsét önálló szavakkal.

- *A gyermek nagyon sok saját kifejezést, szóalkotást használ.*

Ha ezeket a saját kifejezéseket a gyermek következetesen használja, és jelentésük számunkra egyértelmű, akkor fogadjuk el, de mi is következetesen használjuk a megfelelő kifejezést.

Új szavak tanításakor ugyanaz legyen az általunk használt forma, mint amit a gyermek az otthoni szöveggörnyezetben hall (sütemény vagy süti, köszönöm vagy közzi, kutyá vagy kutyus). Az új szavak kiválasztásába érdemes bevonni a szülőket annak érdekében, hogy megtaláljuk a valóban szükséges kifejezéseket és azok megfelelő formáját (nincs sok értelme azt

tanítani egy kicsi gyerekeknek, hogy „bárány”, ha ugyanarra a dologra körülötte mindenki a „barika” elnevezést használja).

Ha a gyermek által kezdetben használt babanyelv helyett később valódi szavakat szeretnénk megtanítani, akkor *legyünk tapintatosak*. Ne mondjuk azt, hogy rossz elnevezést használt, hanem a reagáláskor használjuk az érettebb formát. Ha a gyermek például azt mondja: „madárka”, mi feleljük rá azt, hogy „igen, ez egy madár”.

- *Ha elakadunk az új szavak kiválasztásában.*

Előfordul, hogy a gyermek már kéri azokat a dolgokat, amelyeket szeretne (főleg enni- és innivalót, játékokat), de a kérés a tárgyak szűk körére vonatkozik, és nehezen lehet a megszokottól eltérő dolgok iránt felkelteni az érdeklődését.

Fontos szem előtt tartani, hogy a gyermek érdeklődési körének kiterjesztése a nyelvtanítás folyamatának szerves része. Az újabb játékok tanítására fordított idő *nem* jelent eltávolodást a nyelvtanulástól, hanem ugyanannak a folyamatnak a részét képezi. Ahhoz, hogy a gyermek kommunikáljon, ismernie kell azokat a dolgokat, melyekről beszélhet, beszélni szeretne.

Figyeljük meg, hogy melyek azok a dolgok, melyek a gyermeket leginkább érdeklik, és azon a területen, azokhoz a tevékenységekhez kapcsolódóan keressünk új szavakat, kifejezéseket számára. Megtaníthatjuk például arra, hogy ne csak kedvenc ételét kérje, hanem a kiskanalát, poharát is. Tanítsuk meg, hogy kérjen. Ha szereti az ennivalókat, biztosan szívesen játszik süts-főzést, ehhez a játékhoz pedig sok cselekvést jelentő szó kapcsolódhat (pl. kever, vág, teker, önt). Biztathatjuk a szülőket, hogy nagyobb gyermekeiket vonják be a főzés valódi előkészületeibe (pl. hámozás, pucolás, darabolás). Más – kézügyességet is fejlesztő – játékot is biztosan kedvel majd, talán szívesen dolgozik például nyers tésztaival, vizes homokkal, melyekkel kapcsolatban szintén sok cselekvésre utaló szó megtanítható.

A gyermeknek meg kell tanulnia, hogy a nyelvnek a tárgyak kérésén kívül sok egyéb funkciója is van. Kezdetben talán szívesebben fedezi fel ezeket a területeket gesztusok, mint szavak segítségével; ehhez ötleteket találhatunk az előző szakaszban.

- *Ha a gyermek által használt szavak és kifejezések egyáltalán nem követik a korábban fevázolt jelleget.*

Meg kell találnunk az egyensúlyt a gyermek jelenlegi készségeinek kibővítése és a hiányosságok pótlása között. Az új készségek megismertetésének sorrendjét a (lépcső)grafikonok által javasoltak szerint állapítsuk meg. A gyerekek többsége nem követi pontosan azt a jelleget, amit mi itt javasolunk, ezért csak irányadónak szánjuk.

5.3. Hogyan segítsünk?

Nyelvtanítás bárhol és bármikor történhet. Amikor nyelvtanításról és a nyelv elsajátításáról van szó, a szülők különleges helyzetben vannak, hiszen számtalan helyzetben és tevékenységben lehetnek együtt a gyermekkel, valamint ők azok, akikhez a gyermek a leginkább *akar* beszélni, akiket legelőször meg szeretne szólítani. Sokszor elég, ha megbeszélünk velük egy-egy lehetséges *szituációt*, anélkül, hogy kialakítanánk azt.

A szülőknek általában segít, ha naponta egy kis időt rá tudnak szánni a nyelvtanításra, tudatosan végiggondolt és megszervezett keretek között. Erre az alkalomra speciális játékokat vagy tevékenységeket lehet tervezni, és a fejlődést is könnyebb nyomon követni, ha

más nem vonja el a figyelmünket. Különösen jó hatással lehet az akadályozott fejlődésű gyermekekre, ha a család más tagjait is be tudják vonni a foglalkozásba. Próbálják a szülők úgy **vezetni ezeket a foglalkozásokat, hogy a helyszín más és más legyen**, igyekezzenek kihasználni az ajánlkozó lehetőségeket. Amennyiben szükséges, támogassuk őket ebben a folyamatban.

Akár meghatározunk külön foglalkozásokat, akár nem, a tanítás nagy része ugyanis a hétköznapi élet és a ház körüli teendők, valamint a játék közben zajlik. A tanítási módszerek, melyeket itt ajánlunk, egytől-egyik alkalmazhatók foglalkozások keretében és a gyermekkel töltött idő folyamán is.

Javaslataink nagy része magától értetődőnek tűnik, mégis fontos néha időt szánni arra, hogy kívülről is megsejleljük magunkat; valóban úgy teszünk-e, ahogyan azt a következőkben leírjuk. Talán szükséges, hogy határozottabbak és következetesebbek legyünk, miközben akadályozott fejlődésű gyermekkel foglalkozunk. A következő alapelvek többsége már többször előfordult ebben a fejezetben, most újra összefoglaljuk azokat, hiszen támpontokként szolgálnak ahhoz, hogy a szülők „nyelvére” lefordítva felhívjuk az ő figyelmüket is a tudatosabb önreflexióra. Ugyanakkor kiindulópontként szolgálnak az ötlettár további bővítéséhez.

- **Beszéljünk a gyermekhez arról, amit csinál**, jellemezzük a cselekvést és az eszközöket, amelyeket használ. Fogalmazzuk meg érzéseit, szükségleteit. Idősebb testvéreket, esetleg bábokat vagy kedvenc játékot is „beszéltethetünk” helyette.
- **Mondjuk neki a megfelelő szavakat és kifejezéseket** lassabb tempóban, tisztán, egyszerűen, nyelviileg helyesen. Ágyazzuk rövid mondatba a megtanítandó kifejezést, de emeljük ki a szöveggörnyezetből megfelelő hangsúllyal, hangerővel.
- **Felváltva társalogjunk a gyermekkel**, verbálisan és nem verbálisan egyaránt. Ne beszéljünk helyette is. Még ha szavakat egyáltalán nem is tud kiejteni, a hangokat és gesztusokat értékeljük úgy, hogy részt vesz a társalgásban. Minden jelzésére reagálunk, hogy érezzé figyelmünket, és motivált maradjon az interakcióban.
- **Számítsunk rá, hogy a gyermek válaszol nekünk**, és várjuk is meg, míg így tesz. Csak akkor folytassuk a társalgást, amikor egészen biztos, hogy nem kapunk választ.
- **Vegyük kiindulási pontként a gyermek jelenlegi hangjait, gesztusait és szavait** a foglalkozásokon, fokozatosan bővítve azon szavak és kifejezések tárá, amelyeket szeretnénk megtanítani.
- **Alkalmazkodjunk a gyermek érdeklődési köréhez**, amennyire csak lehet. A gyermekek csak arról beszélnek, amiről beszélni akarnak. Ha a feladat, amit előkészítettünk, egyáltalán nem kelti fel a gyermek érdeklődését, tegyük túl magunkat a csalódáson, halasszuk el máskorra, és kapcsolódjunk be abba a játékba, amit a gyermek választott.
- **Társalognva reagálunk a gyermek gesztusaira, hangjaira, szavaira és kifejezéseire**. A verbális dicséret és biztatás mellett szüksége van a gyermeknek arra, hogy természetesen válaszoljunk próbálkozásaira, vagy kiegészítve, új szöveggörnyezetbe ágyazva utánozzuk azt. Lássunk erre néhány példát:
 - Gyermek: „Ott.” (rámutat a macira)
Gyógypedagógus: „Látom, ott van a maci.”
 - Gyermek: „Hal.”
Gyógypedagógus: „Igen, úszik a hal.”
 - Gyermek: „Enni, enni.”
Anyja: „Enni szeretnél? Kérsz egy lekváros kenyeret?”

- Gyermekek: „Nagy kutya jön.”
Gyógypedagógus: „Igen, ez egy nagy, foltos kutya!”

Néhány ötlet a szókincsfejlesztésre, otthoni helyzetben

A ház körüli tevékenységek végzése közben a szülő is kereshet minél több lehetőséget, hogy gyermekét bevonhassa saját tevékenységébe, illetve hogy ő kapcsolódjon be a gyermekébe. A szavak kiválasztása ilyenkor természetes módon adódik a szituációtól függően, és egy pillanatig sem okozhat fejtörést, hogy milyen eszközöket találunk. Ha azt látjuk, hogy a kisgyermek nagyon érdeklődik a labda iránt, de szókincsében a labda szó még nem jelent meg, megtaníthatjuk neki. Néhány ötlet például a „labda” szó megtanítására: a szülő tehet egy labdát a fürdőjátékok közé, egy másikat a kertbe, a teregetés helyszínéhez közel, és egy puha labdát a kiságyba. Biztassuk a szülőt, hogy minden alkalommal közös játék során nevezze meg a labdát. Így a fogalom kialakítását többféle szituációban taníthatjuk, más-más tulajdonságú labdákkal.

Ha a gyermek ragaszkodik egy kedves játékához, macijához, babájához, valószínűleg érdemes mindenhova elvinni azt, hogy a gyermek vele együtt vegyen részt egy tevékenységben, hogy ott legyen az étkezésnél, ő is hallgassa az esti mesét stb. Ez is kitűnő alkalom akár a maci szó megtanítására, akár cselekvések bemutatására és megtanítására (pl. alszik, eszik, ül stb.).

A kötöttebb foglalkozások során lehetőség nyílik a változatos tervezésre, az általánosításra. Fontos, hogy a gyermek megtanulja, hogy a „bögre” nem csak az a piros valami, aminek két füle van, és hogy a „baba bent (van)” kifejezés akkor is érvényes, ha a baba fürdőkádban, ládában, kekszes dobozban, vödörben vagy babaházban van.

Hasznos lehet, ha a szülők egy dobozba gyűjtik a kisgyerekek szókincsének megfelelő tárgyak hasonmásait, amelyből a gyermek kedvére választhat a megszervezett játék idején, esetleg kérésre kiválaszthatja vagy csoportosíthatja a tárgyakat. Ha több kis tárgyat is találnak egy fogalomhoz, akkor lehetőség van a tulajdonságok részletezésére, szám- és színfogalom alakítására is. Ezek gyakorlására ajánlhatjuk a választásos játékokat, amelyekben a szülők tulajdonságokra kérdeznek rá, pl.: „Melyik poharat kéred? A pirosat? A nagyot?” Jobb verbális képességű gyermeknek helyrelációkat, több szóból álló kéréseket is taníthatnak. Ha több dobozba gyűjtenek, főfogalom szerinti válogatásra is mód nyílik.

Eddig főként csak általánosságban beszélünk a fejlesztő szakember szerepéről. A következőkben néhány konkrétabb módszerről lesz szó, először a nyelv *használatának* fejlesztéséhez, majd a *szavak és kifejezések* megtanításához alkalmazható módszerekről.

5.3.1. A nyelv használatának megtanítása

5.3.1.1. A felhasználás körének növelése

Itt az önálló szavak különböző módon történő használatának megtanítására koncentrálnunk, különös tekintettel a gesztusok használatáról a kifejezésekre való áttérésre.

Először is figyeljük meg, hogy a gyermek használ-e már preverbális kommunikációs készségeket (hangokat és gesztusokat). Ha a kommunikációs készségeit (akár verbálisan, akár nem verbálisan) nem használja egy bizonyos dolog eléréséhez, akkor a kifejezés tanítása mellett egy megfelelő *gesztust* kell először kialakítanunk. Ha például sem kézmozdulattal, sem szóban nem búcsúzik el másoktól, biztassuk kézmozdulattal az integetésre, miközben a családban használatos kifejezést is mondjuk: „szia”, „pápá”. Talán a mozdulatot könnyebben

megtanulja, amihez később szó társulhat, idővel pedig a párhuzamos használat eltűnik, és kialakul a verbális köszönés.

Ha a gyermek a preverbális kommunikációs készségét már tudja használni egy bizonyos dolog célrész érdekében, akkor biztathatjuk, hogy szavakat használjon mellette, majd helyette.

- **Fogadjuk el a gyermek gesztusait, és közben mondjunk neki szavakat.** Figyeljük meg, hogy mivel játszik szívesen, mit kér, mire mutat stb. Ha egy tárgyra mutat, adjuk oda neki, közben pedig mondjuk ki a tárgy nevét. Ha nem tudjuk pontosan eldönteni, hogy mire mutat, találgassunk hangosan, hogy a megfelelő időben újra tudjon jelezni.
- **Adjunk neki lehetőséget, hogy utánozza a szavakat.** Ha egy játékát kéri, de még nem tudja megnevezni, mutassuk be a szót, tartsunk egy kis szünetet, és várakozva nézzünk rá, hogy utánozza a szót. Ha egy dolog kéréséről van szó, elutasíthatjuk a kérést addig, amíg nem utánoz bennünket, de csak abban az esetben, ha biztosak vagyunk benne, hogy képes kimondani, amit várunk tőle. Általánosságban azonban ne hagyjuk, hogy a gyermek kommunikációjának módja fontosabb legyen annál a ténynél, hogy kommunikál. Érezze, hogy pozitívan várakozunk, lássa, hogy tudjuk, *tud* reagálni, de semmiképpen se okozunk neki csalódást vagy frusztrációt, ha mégsem így történik.
- **Adjuk meg neki a lehetőséget, hogy önmagától használjon szavakat.** Amikor már biztosak vagyunk benne, hogy ki tudja ejteni a szót, ritkábban mutassuk be. Ha gesztust használ, segítsünk neki megtalálni a megfelelő szót.

5.3.1.2. Társalgási készségek tanítása

Ha a gyermek megfigyelése a társalgásban jelentős egyensúlybeli eltérést mutatott a kezdeményezés és a bekapcsolódás között, akkor egyik célunk ennek az egyensúlynak a helyreállítása legyen. A következőkben néhány ezzel kapcsolatos példára hívjuk fel a figyelmet, tudva azt, hogy még számos nehézség adódhat ezeken kívül is.

- *A gyermek, aki ritkán kezdeményez*

Győződjünk meg róla, hogy elég teret hagyunk-e a gyermek számára a társalgás kezdeményezésére. Ha túl sokat beszélünk hozzá (akármilyen kedvesen is), a gyermek ritkán érzí szükségét, hogy társalgást kezdeményezzen.

Ha egy új helyzetet vagy játékot mutatunk be, nézzünk rá várakozva, és hagyjuk először őt megnyilvánulni.

Segítsünk neki, hogy másokkal is társalgást kezdeményezzen. Kérjük meg, hogy mutasson meg egy tárgyat. Lehet, hogy eleinte sokat kell biztatni, de maradjunk ekkor is a háttérben, amennyire csak lehet. Segítsük a más gyermekekkel való interakcióit az ismeretlen jelzések „lefordításával”.

Idősebb gyermek esetében, aki félénksége miatt marad a háttérben, a báb- és szerepjátékok sokat segíthetnek. Az „álarc” biztonságos védő falat jelenthet a félénk gyermek és a személy között, akihez beszélni kíván. Egész más úgy megszólalni, mintha nem is ő beszélne, hanem Vitéz János. Kisebb, még nem beszélő gyermekeknél is segít, ha a testvér bevonható játékos párbeszédekbe. Így a kisebb gyermek jobban figyel a mintára, természetessé válik számára a dialógusjelleg.

- *A gyermek, aki ritkán kapcsolódik be*

Általában a figyelmi nehézségekkel küzdő, könnyen izgatottá váló gyermekekre jellemző, hogy odaszaladnak valakihez, közölnek valamit, majd továbbszaladnak, anélkül, hogy megvárják a másik reakcióját. Ebben az esetben különösen fontos, hogy az érdeklődésének megfelelő területeken kezdeményezzünk, játszunk a gyermekkel, és az együttlétet fokozatosan felváltott játékká alakítsuk, ahol a sorrendiség betartása nélkülözhetetlen szerepet játszik.

Vannak gyermekek, akik nyelvi készségeiket szűk spektrumon – játék vagy étel kérésekor – használják, és csak a „Mit kérsz?” kérdésre felelnek. Ebben az esetben sok időt kell töltenünk érdeklődési körük és játékkészségeik bővítésével; így megtanulhatják, hogy a beszédnek és általában a kifejezések kialakításának más jutalmazó következménye is lehet, mint valaminek a megszerzése. Ilyen esetben szintén fontos, hogy abból induljunk ki, ami a gyermeket pillanatnyilag érdekli. Ha az evés a kedvenc foglalatossága, akkor javasoljuk, hogy étkezéskor a szüleivel felváltva készítse elő az ételt, vagy játsszanak el vele olyan tevékenységeket, amelyeknél szerepe lehet az „evésnek”, pl. babauzsonna vagy képzeletbeli szülinap szervezése. Jó játék az állatok etetésekor beszélgetni a témáról, vagy ha nincsenek állatok, eljátszani közösen egy állatkerti etetést, vagy megépíteni mindezt duplo-figurákkal. Ha a gyermek az előkészítés után megkapja az ételt, és jól is érzi magát, akkor megfelelő a szituáció arra, hogy más témákat lehessen felvetni anélkül, hogy az étkezés lenne a középpontban. Ahogyan a gyermeket egyre jobban elkezd érdekelní, ami vele történik, annál inkább kezd majd figyelni ránk, és válaszol kérdéseinkre.

5.3.1.3. Valamennyi nyelvi képesség használata

Amint a gyermek elkezd megtanulni, hogyan alakíthat szavakból kifejezéseket, segíthetünk neki, hogy az önálló szavak használata helyett már ezen a kétszavas nyelvi szinten fejezze ki korábbi igényeit is. Amit korábban egy szóval kért (például „szörp”), most megtanulhatja ugyanezt két szóval kérni („kérek szörp”). Ha korábban az elutastásra csak egy szót használt („nem”), most már kifejezheti magát két szóval („nem kérek”). Megtanulhatja, hogy búcsúzáskor a „szia” helyett azt mondja, hogy „szia apa”, és ha szeretne kimenni az ajtón, de segítségre van szüksége, akkor úgy kér, hogy „kinyit ajtó”.

A fejlesztés lépései nagyjából megegyeznek azzal a módszerrel, ahogyan az önálló szavak új használatait fejlesztettük:

- Fogadjuk el, ha önálló szót mond, de közben mutassuk be neki a kifejezést is.
- Adjunk neki lehetőséget, hogy utánozhassa a kifejezést.
- Adjunk neki lehetőséget, hogy magától használja a kifejezést.

Ugyanezekkel a lépésekkel érhetjük el, hogy a gyermek három szóból álló kifejezéssel fejezze ki magát.

5.3.2. A jelentés tanítása – szavak és kifejezések

A nyelvi fejlesztésben, mint minden más fejlesztés során, az a cél, hogy éppen annyi segítséget adjunk a gyermeknek, amennyire szüksége van, és ne többet.

A következőkben néhány ötletet ajánlunk, melyek segíthetik a gyermeket az új szavak és kifejezések tanulásában.

- **Kérdezzünk.** Kérdéseinkből a gyermek látja, hogy választ várunk tőle, anélkül, hogy kimondanánk azt a bizonyos választ. Kerüljük az eldöntendő kérdéseket, inkább kiegészítendő kérdéseket tegyünk fel: „Mi ez?” „Mit láttunk az utcán?” „Hol van a ...?” „Mit énekeljünk?”

Ha a gyermek mutat egy gesztust vagy mond egy szókezdeményt, próbáljuk meg kitalálni kérését: „A Csip-csip csókát szeretnéd?” Ha a gyermek rázza a fejét: „Töröm, töröm a mákot?” Ha a gyermek bólogat, vagy más módon helyesel, énekeljük el a dalt együtt, akár többször is. Fontos, hogy változtatatosan kérdezzünk.

- **Használjunk befejezetlen mondatokat.** Ha kihagyjuk a mondatból az utolsó szót vagy kifejezést, és felvisszük a hangunkat, akkor a gyermek tudni fogja, hogy valamit várunk. Viselkedésünkkel, és azzal, amit mondunk, beszédre buzdítjuk őt. Például: „Ez egy ... (labda).” „Van nálad egy ... (baba).” „Nálam van egy kis autó, nálad pedig van egy ... (nagy autó).” „Hol van a baba? ... Bent van a ... (kádban).”

Egy-egy jól ismert mondóka sorait is befejezetlenül hagyhatjuk, várva, hogy a gyermek folytatja azt: „Süss fel nap, Fényes” (nap).

- **Mondjunk kijelentéseket.** A kijelentések tartalmazzák az ismert szót, de ezt a szót vagy kifejezést más elemekkel együtt, mondatban használjuk, így nem közvetlenül azokat mutatjuk be a gyermeknek, amelyeket utánozhatna. Például: „Az autó felmegy a hegyre.” „Robi kér még szörpöt.” „Látom, ott van a piros labda.” „A maci sütit eszik, és a nyuszi is sütit eszik.”

- **Szánkkal némán formáljuk a szót vagy kifejezést, vagy adjuk meg a kezdő hangot vagy szót.** Ezek a módszerek akkor segítenek igazán, amikor a gyermek láthatóan próbál egy szóra vagy kifejezésre gondolni, és segítséget kérve néz ránk. Akkor próbálkozzunk ezzel, ha a gyermek nem felel kérdésünkre, vagy nem reagál a befejezetlen mondatra. Ha a kapott segítséggel már reagál, tegyük fel megint az eredeti kérdést, hogy megadjuk neki az esélyt, hogy egyedül használja a szót vagy kifejezést. Például: „Mim van nekem?” ... (némán formáljuk a szánkkal: „kutyus”). „Nézd csak, itt egy ...” (némán formáljuk a szánkkal: „virág”). „Ez egy kis ... eee” („egér”). „Mi történik? ... A baba ...” („A baba ül”).

- **Mutassuk be a szót vagy kifejezést.** Egyszerűen mondjuk ki a szót vagy kifejezést, hogy a gyermek utánozni tudja. Ha sikeresen utánozza, tegyünk fel neki egy kérdést, vagy mondjunk egy befejezetlen mondatot, amivel megadjuk neki a lehetőséget, hogy magától kimondja. Ne felejtjük el, hogy sok gyermeknek időre van szüksége, hogy megemésszen egy szót, mielőtt utánozza. Így hát várjunk egy kicsit, mielőtt ismét bemutatjuk. Ha a gyermek még csak most kezd beszélni, a bemutatások után gyakran hallgat, vagy olyan hangokat hallat, amelyekre egyáltalán nem számítunk. A bemutatásokat sok olyan játékkal tarkítsuk, amelyek céljainkhoz kapcsolódnak, így fenntartható a gyermek figyelme, és ösztönözhető arra, hogy a szót kimondja. Ne kérjük olyan szavak kimondására, amelyekben a hangok képzése meghaladja a gyermek artikulációs képességét.

- **Cselekvéssel együtt tanítsuk meg a szót.** Ez a módszer azoknál a gyerekeknél kifejezetten hatékony, akik most kezdenek szavakat használni. Ezzel a módszerrel könnyebb áthidalni a kommunikáció preverbális és verbális szakaszai közötti hézagot. Keressünk olyan cselekvést, amely a szót utánozza. A „pohár” szót például utánozhatjuk egy valódi vagy képzelt pohárnak a szájunkhoz emelésével. Kezdetben lelkesen reagáljunk, ha a gyermek egyedül hajtja végre ezt a cselekvést. Amikor a cselekvést már megtanulta, csak akkor reagáljunk, ha a cselekvéssel együtt hangot is ad – kezdetben ez lehet bármilyen hang. Később tudassuk vele, hogy ennek a hangnak olyannak kell lennie, mint amilyet mi

szóaltatunk meg. Fokozatosan megtanulja az új kifejezésnek egy tiszta, következetes, adekvát változatát használni.

Nagymozgásos játékok vagy barkácsolás közben (pl. focizás, maszatolás, rajzolás) a kedvelt tevékenység mellett a hangadás örömét is megérezhetik a gyerekek.

- **Társalgással erősítsük meg a gyermeket.** Mindig természetes módon, társalgással erősítjük meg a gyermeket, amikor szól hozzánk. Éreznie kell, hogy megértettük és érdeklődéssel hallgatjuk, amit mondott. Fel kell fedeznie, hogy annak, amit mond, pozitív következményei is lehetnek; akár gyakorlati, akár érzelmi szempontból. A megerősítéssel a gyermek nyelvi készségeit is bővíthetjük, ha megmutatunk neki más módokat is arra, ahogyan a jelentést kifejezheti. Íme erre is egy példa:

Anna: „Cica.”

Fejlesztő: „Igen, ez egy fehér cica.”

Anna: „Miaúú.”

Fejlesztő: „Azt mondja a cica, hogy miaúú.”

Anna: „Cica!”

Fejlesztő: „Szép cica. Mit csinál?”

Anna: „Tej.”

Fejlesztő: „Tejet kér a cica, ugye?”

Anna: „Tejet kér.”

Fejlesztő: „Rendben, hozzunk tejet a cicának.”

Összefoglalás

Lássuk ismét a már beszélő gyermek nyelvtanításának néhány legfontosabb elvét:

- A megfigyelési szempontok alapján térkepezzük fel a kisgyermek nyelvi készségeit.
- Vegyük figyelembe a gyerek szükségleteit és érdeklődését.
- Legjobb, ha a foglalkozások természetes környezetben és kötött foglalkozásokon egyaránt történnek.
- Felváltva társalogjunk a gyermekkel a foglalkozásokon, és várjunk, hogy reagáljon ránk.
- Csak annyi segítséget nyújtunk neki, amennyire szüksége van, sohasem többet.
- Amikor a gyermek beszél hozzánk, természetes társalgással reagálunk rá, .
- Amennyiben a gyermeknek artikulációs problémái vannak, vagy az itt leírt módszerekkel nem ér el fejlődést, forduljunk szakemberhez.
- Segítsünk a gyermeknek, hogy jól érezze magát, amikor beszélget. Ezt legkönnyebben úgy érhetjük el, ha kimutatjuk neki mennyire élvezzük a vele való beszélgetést! Ha mindig észre tudjuk venni a fejlődést (legyen az akármilyen apró), akkor mi is valóban élvezni fogjuk a társalgást.

Második rész

Nagymozgás-készségek

A mozgás idegrendszeri szabályozás alatt áll, amelynek jól körülírt idegélettani szabályai, illetve fejlődési szakaszai vannak. A speciális mozgásminták genetikailag kódolt program alapján, meghatározott időben és sorrendben fejlődnek. A felegyenesedési törekvések és a helyváltoztató mozgások fejlődése olyan összefüggő, egymásra épülő rendszer, amely a többi fejlődési területre is kihat. A fejemelés, a fejkontroll, majd a törzskontroll kialakulása egyrészt alapja a helyváltoztató mozgások kialakulásának, másrészt lehetőséget ad a környezettel való kapcsolat kiszélesítésére (szenzomotoros kapcsolatok kialakulása), valamint a manipuláció fejlődésére. A helyváltoztató mozgások a személyiségfejlődésre is óriási hatással vannak. A mozgásfejlődést ugyanakkor a környezeti kultúra is befolyásolja. Nem mindegy, hogy mozgásnevelésünk mekkora teret enged az önálló mozgásnak, illetve mennyire korlátozó. A *szabad mozgástér* és az *önálló mozgás* lehetőségének biztosítása fontos a tapasztalatszerzésben, abban, hogy a gyermek a külvilág megélésén túl mozgásos válaszait is kialakíthassa. Így a gyermek személyiségfejlődését is segítjük, hogy *kompetensnek* élje meg magát, aki mozgásos szükségleteit önállóan, másoktól függetlenül is ki tudja elégíteni. Ha nem így teszünk, hanem korlátozzuk mozgását – és ezáltal a világ felfedezését –, megfosztjuk a kompetencia-élményektől. Az a gyermek, akit olyan mesterséges mozgáshelyzetekbe hozunk (talán a mozgás siettetése céljából), melyek önálló kialakítására mozgásrendszere még nem érett (pl. ültetés, járatgatás), függőséget él át, kevesebb tapasztalathoz jut. Az a gyermek, aki gyakran megéli az önálló mozgás örömét, fejlődése minden állomásán képes új mozgásokat kezdeményezni, ill. az előző helyzetbe visszatérni. Talán kicsit lassabban alakulnak ki az egyes mozgásformák, ám annál harmonikusabb mozgásképpel. Nagymozgásait a környezet változásaihoz tudja igazítani, megtapasztalja saját mozgása hatását a térben és a tárgyakkal kapcsolatban. Mindez szociális készségeinek fejlődésén túl az értelmi fejlődésére is hatással van.

A mozgásfejlődést akadályozhatja, ha a gyermek csont-, izom- és ízületsrendszere és/vagy idegrendszere eltér az épekétől, ugyanakkor az értelmi akadályozott gyermekek mozgásfejlődése is sajátosan alakul. Ebben az esetben nem az érzékelő- és mozgásapparátus sérül (ekkor van szükség a szakirányú megsegítésre), hanem az ingerek feldolgozásának az összehangolt működése. Fontos szempont még a szűkebb motivációs bázis: az új mozgáskihívások felismerése és a megoldásukra törekvés nehezített. A mozgásfejlődés zavara megmutatkozhat a mozgás időbeli és minőségi eltéréseiben.

A szülők számára a mozgásfejlődés mérföldkövei fontos iránymutatók, és a nem megfelelő fejlődés aggodalommal tölti el őket. Gyakran előfordul, hogy az eltérő mozgásfejlődés hívja fel a figyelmet a korai időszakban a többi fejlődési terület megkésetttségére. Ez a program azoknak a gyermekeknek nyújt segítséget (ill. szülőknek és fejlesztő szakembereknek), akiknek nagymozgás fejlődése nem halad a megfelelő ütemben és sorrendben, vagy kevésbé harmonikus a mozgásképük. Ha a meglassult mozgásfejlődéshez egyéb ideg-, izom- és

csontrendszeri eltérés is társul (izomtónus-, egyensúly- és koordinációs zavarok, stb.), akkor mozgásfejlesztő szakember együttműködése szükséges a program adaptált változatának a *kidolgozásához*.

Az értelmi akadályozott gyermekek érdeklődése a külvilág felé beszűkültebb, és az onnan érkező ingerek feldolgozása is nehezebb. Azonban a mozgásba ágyazott értelmi fejlődés elősegítése indokolja, hogy nekik is biztosítsuk az önálló mozgás lehetőségét, amennyire lehetséges. Kompetencia-élményekhez kell juttatnunk őket olyan élethelyzetek megteremtése segítségével, amelyekben biztonságban érzik magukat, és képességeikhez mértén élhetik meg saját testüket és a külvilágot. Meg kell tehát teremteni az önindította mozgás feltételeit, egyensúlyba hozva azokkal a helyzetekkel, amelyek során tudatosan avatkozunk be a mozgás kivitelezésébe vagy az egyes mozgásformák irányított gyakorlásába.

A hágyományos gyógytorna elveit figyelembe véve dolgoztuk át ezt a részt. Amennyiben a gyermek mozgásfejlődését segíteni szeretnénk, mindenképpen az ép mozgásfejlődést kell mintaként vennünk. Az ép gyermekek mozgásfejlődésük során szinte észrevétlenül járnak végig az egymásra épülő lépcsőfokokat, és a szülők sokszor nincsenek is tisztában az ezekhez szükséges feltételekkel. Minden gyermeknél mérlegelés kérdése, hogy mennyi segítségre van szüksége, ehhez ad „irányítót” az egyes készségek kiváltásának részletes leírása. Azonban ha több az esély egy-egy mozgásforma önálló kiváltására, akkor a fejlesztő szakember rugalmasan elhagyhat a leírtakból. Mivel szigorúan betartottuk azt az elvet, hogy a gyermeket nem kényszerítjük olyan helyzetekbe, melyek kivitelezésére mozgásrendszere még nem képes, az eredeti szövegből kihagytuk az ülő-, álló helyzetek statikus gyakoroltatását, mert szemléletünk szerint ezek a helyzetek önállóan is kialakulnak, ha a gyermek elsajátítja az ezekhez szükséges készségeket. A különböző rögzítő segédeszközök alkalmazását leíró részeket ugyancsak nem vettük át, mert ezek használatához egyéni vizsgálat után szigorúan szakorvosi ajánlás szükséges.

Fontos alapelv a biztonságos környezet megteremtése: amellett, hogy megfelelő mozgásteret és önálló tapasztalatokat biztosítunk a gyermek számára, maradjunk megfelelő távolságban, hogy megelőzzük a baleseteket. Különösen figyelniünk kell a fizioterápiás labdák használatánál. Mielőtt használni kezdjük ezeket, saját tapasztalatot kell szereznünk a labdákkal, kérjük ehhez mozgásfejlesztő szakember segítségét. Mint minden gyakorlatnál, itt is fontos, hogy hogyan tartjuk a gyermeket: ha erősen tartjuk, túl sokat segítünk, és önálló mozgásait akadályozzuk, ha nem tartjuk elég erősen, vagy nem tudjuk biztosan kezelni a labdákat, balesetet okozhatunk, illetve bizonytalanságunkat megérezve a gyermekek nem végzik szívesen a labdás gyakorlatokat. Ha megtaláljuk az egyensúlyt, a gyermek örömmel vesz részt a közös játékban.

A leírás két párhuzamos síkon halad: egyrészt bemutatja az ép mozgásfejlődés egymásra épülő készségeit és az ezekre vonatkozó megfigyelési szempontokat, másrészt támpontokat ad a gyakorláshoz szükséges „megszervezett” és természetes helyzetekhez. Ez tükrözi az értelmi akadályozott gyermekek fejlesztésének szemléleti dilemmáit, hiszen a „megszervezett” helyzetek didaktikusabb, részletesebb leírása spontán lehetőségekkel egészül ki. A program többi részéhez képest ez a rész sokkal aprólékosabb (különösen az első fejezet), körülhatároltabb, szárazabb, ami tükrözi, hogy a mozgásfejlődés elemei a legkonkrétabbak a fejlődésen belül, és meghatározók a többi készség kialakulásában is. Azonban mindez lehetőséget ad a segítő szakembereknek, hogy ezen rész ismeretében jobban meg tudják fogalmazni válszaikat a szülők kérdéseire, és hatékonyabban tudjanak közösen foglalkozni a gyermekkel.

Juhász-Tóth Zsuzsa

Bevezetés

Ez a program a nagymozgás-készségeket mutatja be, születéstől a 4 éves fejlődési szintig. Az ép mozgásfejlődést tekintjük mintának, ennek megfelelően végighaladunk a járást előkészítő mozgásokon (fejkontroll, forgás, kúszás, mászás, felállás), majd az önálló járás kialakulásával a futás, ugrás, lépcsőzés kialakulásán, stabilizálódásán. Végül bonyolultabb, összetettebb mozgásokat is bemutatunk. Láthatjuk, hogy a fejlődés során a kezdeti tömeges, differenciálatlan mozgások hogyan formálódnak, finomodnak, és hogyan teszik lehetővé a környezet egyre változatosabb megismerését.

A fejlődés különféle aspektusaival külön sorozatok foglalkoznak:

1. A járást megalapozó készségek
2. Egyensúlyozás, járás, futás
3. Lépcsőn mászás és járás
4. Labdakészségek
5. Ugrás
6. Triciklizés

Milyen szempontokat érdemes szem előtt tartani a nagymozgás-készségek tanítása során?

- A gyermek mozgásfejlődését nemcsak célirányos gyakorlatokkal lehet fejleszteni, hanem ezek beépíthetők a *mindennapos tevékenységekbe*. Ezeket a helyzeteket javasoljuk a szülőknek. Jó példa erre a gyermek helyes tartásának bemutatása, hiszen ezt a szülők gyakran ismétlik egy nap folyamán, és szinte észrevétlenül segítik őt. Ha a gyermeket ölbé vesszük vagy hordozzuk, a lehető legkevesebb megtámasztással, biztonságosan tartjuk, hogy teste megtartásához aktív izommunkát végezzen.
- A mindennapos tevékenységen túl a gyermeket napjának *legaktívabb* szakaszában mozgassuk vagy biztassuk mozgásra. Ha fáradt, beteg vagy egyszerűen nyűgös, hagyjuk pihenni, mert az erőltetett gyakorlás ellenállást válthat ki benne a mozgással szemben.
- Teremtünk meg a legkedvezőbb feltételeket a mozgáshoz: legyen a gyermeknek *elegendő és biztonságos tere*, amelyben mozoghat, és adjunk rá *megfelelő, kényelmes ruhát*.
- Törekedni kell arra, hogy a gyermek *minél önállóbban* végezze a mozgásokat. Ha mégis szükséges, mindig a lehető legkisebb segítségadással igyekezzünk az adott mozgást elősegíteni. Várjunk, hogy mozgást kezdeményezzen, tudjunk háttérben maradni!
- A gyermek fő tevékenysége a játék, ezért a feladatokat mindig *játékos formában* végezzük, ne várjuk a gyermektől a tornagyakorlatok „katonás”, menetrendszerű végrehajtását.
- Ahhoz, hogy a gyermek szívesen mozogjon, a feladatokat mindig a *képességeinek megfelelően* állítsuk össze. Mindig olyan gyakorlatokat végeztessünk vele, melyek egy fokkal nehezebbek annál a mozgásformánál, melyet a gyermek önállóan, segítség nélkül is képes elvégezni. Nem léphetünk addig tovább, amíg a magasabb szintű mozgást megalapozó készségeket a gyermek el nem sajátította. Ha olyan mozgásokra készítjük a gyermeket,

amelyek elvégzésére képtelen, főlöszlegesen terheljük mozgásszerveit, és kudarcélményt okozunk. Szociális és nyelvi fejlődését is segítjük, ha biztatjuk a feladatok elvégzésére, és minden erőfeszítését megdicsérjük, még akkor is, ha az végül nem volt sikeres.

Előfordulhat, hogy egy mozgásszint további fejlődése érdekében *vissza kell térni* egy-egy korábbi készség gyakorlásához. Ilyenkor biztassuk a szülőt, hogy ne keseredjen el, hiszen a fejlődés mutathat egyenetlenségeket jól fejlődő gyermek esetében is. Indokoljuk meg számára érthetően, hogy miért döntöttünk így.

- A korai bölcsőhalál megelőzése érdekében a mai magyar szemlélet szerint a csecsemőket felügyelet nélkül ne hagyjuk hason feküdni, illetve aludni, míg maguktól nem tudnak megfordulni, illetve hasra feküdni.

1. A járást megalapozó készségek

Egy átlagos mozgásfejlődésű gyermek élete első évében óriási fejlődésen megy keresztül: a tömeges mozgásai differenciálódnak, melynek során megtanulja kontrollálni fejét és törzsét, hason, háton és oldalt fekve játszik, megtanul gurulni, kúszni, ülni, mászni, térdelni, állni, és egyik testtartásból a másikba helyzetet váltani. Fontosnak tartjuk, hogy ebben a kritikus időszakban a gyermek megfelelő segítséget kapjon, ha szükséges, amit fejlődési skálák, tesztek segítségével végzett összetett, komplex vizsgálatnak kell megelőznie. A vizsgálatot minden esetben kiegészítik a szülők tapasztalatai, megfigyelései, hiszen ebben az életkorban a gyermek ideje nagy részét velük tölti, ők ismerik legjobban.

A továbbiakban bemutatjuk a járást megalapozó készségeket, korcsoportok szerint. Az életkorok az ép mozgásfejlődésű gyermekekre vonatkoznak, bár megítélésük ebben az esetben is rugalmasságot kíván. A készségek egymásra épülése fontos szempont, hiszen egyet sem ugorhatunk át következmények nélkül. A készség elsajátítása tehát lényegesebb, mint az, hogy ez mikor történik. A fejlesztés nem elszigetelten, hanem az egyes fejlődési területek készségeivel összhangban kell, hogy történjen, különösen jól társítható a nyelvi és finom-mozgás-tevékenységekkel.

Egyes korai készségek szinte észrevétlenül megtaníthatók a gyermekkel való napi foglalkozás révén: ahogyan visszük, amilyen helyzetekbe letesszük, és ahogyan játszunk vele. Más készségek kialakulásához azonban hosszas, tudatos gyakorlásra van szükség, amelyek megszervezéséhez támpontokat, ötleteket adunk a továbbiakban.

3 hónaposig

1. Hason fekve fejét oldalra fordítja.
2. Hason fekve felemeli, és 45 fokban tartja a fejét.
3. Hason fekve fejét 90 fokban felemeli, súlya az alkaron.
4. Háton fekve fejét középen tartja, álla leszorítva.
5. Háton fekve két kezét összehozza melle előtt.
6. Ülésbe felhúzza csak kissé csuklik hátra a feje.

6 hónaposig

7. Háton fekve kezét térdéhez viszi.
8. Háton fekvésből oldalra fordul.
9. Ülésbe húzva fejét a test vonalában tartja.
10. Oldalfekvésen keresztül ülésbe húzva fejét stabilan tartja.
11. Hason fekve testsúlyát kinyújtott karján tartja.
12. Hason fekve, súlyát karján tartva játék után nyúl.
13. Hason fekvésből hátára fordul.
14. Háton fekvésből hasára fordul.
15. Háton fekve egyenes karral nyúl ki, kezei összeérnek.

9 hónapig

16. Hason fekvésben az összes egyensúlyi reakció megfigyelhető.
17. Hason fekvésben kúszó helyzetbe kerül.
18. Ülésbe húzva fejével kezd, kezével húz.
19. Hason fekvé körbe megfordul.
20. Hason fekvésből négykézláb helyzetbe vált, hintázik.
21. Hason fekvé előre kúszik, karjával húzza magát.
22. Háton fekvésben az összes egyensúlyi reakció megfigyelhető.
23. Mászik.

12 hónapig

24. Négykézláb helyzetből ülésbe vált, majd visszatér négykézláb helyzetbe.
25. Ülőhelyzetét stabilan megtartja.
26. Állásba húzódkodik, lábát kiegyenesítve, kezével húzva.
27. Bútor mellett állva, testsúlyát a lábain tartja.
28. Oldalazva jár a bútorok körül.
29. Ülésben hátrafelé kitámaszt.
30. Állásból a padlóra ereszkedik, kezével bútorra támaszkodik.
31. Félig térdelő helyzetből feláll, karját alig használva.
32. Fal mentén oldalazva jár.

1.1. Hason fekvé fejét oldalra fordítja

Nagyon fontos lépés a nagymozgás fejlődése során, amikor a gyermek fejét egyik oldalról a másikra átfordítja. Ez az első mozgása a gravitáció ellenében. Ahhoz, hogy fejét elfordíthassa, testsúlyát az egyik oldalára kell helyeznie, ami olyan készség, amelyet minden további mozgás során is használ majd.

Hogyan segítsünk?

Fektessük a gyermeket a hasára, lapos stabil felületre. Csörgővel és/vagy hangunkkal készítsük arra, hogy megforduljon, és ránk nézzon.

Ha szükséges, vállát és mellkasa felső részét emeljük meg kissé, hogy átfordíthassa a fejét. A fej mozgását vezetve még több segítséget adhatunk. Fokozatosan csökkentjük a segítségadást.

Bobath-labdával vagy gumilabdával is lehet segíteni ennek a készségnek a kialakulását. Fektessük a gyermeket hasával a labdára, és a fent leírt technikát alkalmazva készítsük a mozgásra. Miközben a gyermek törzsét fogjuk, finoman gördítsük a labdát néhány fokkal az egyik oldalra, így a labda mozgása segíti a gyermeket.

Ne felejtsük el, hogy felváltva helyezzük a gyermek fejét az egyik, illetve a másik oldalra, hogy mindkét irányban egyforma gyakorlatot szerezzen, mert gyakran előfordul, hogy csak az egyik oldalára fordul a gyermek.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Ha a gyermek aktív, jókedvű, felnőtt felügyelete mellett naponta többször tegyük hasra, vagy akár a térdünkre is, amikor szölongatjuk és beszélünk hozzá. Mindig stabil felületen feküdjön, hogy meg tudjon támaszkodni.

A fejtartás és a fej mozgásának irányítása olyan készség, amit a szülő sokszor gyakorol a gyermekkel, anélkül, hogy tudna róla. Amikor kiveszi az ágyából ébredéskor, vagy leteszi őt a földre, mindig tudatosan irányított mozdulattal tegye. Mutassuk meg ezt a mozdulatsort a szülőnek, hogy helyesen alkalmazza. Amikor felvesszük a gyermeket, fordítsuk az oldalára, támasszuk meg biztosan a felkarjánál és vállánál, majd finoman emeljük fel. Az emelés közben oldalsó nyakizmait fogja használni, hogy fejét irányítsa. Továbbra se feledkezzünk meg arról, hogy ne mindig ugyanarra az oldalára fordítsuk! Hasonlóan végezzük a mozdulatot akkor is, amikor letesszük őt; először fordítsuk oldalára, majd tegyük le. A fejét ne tartsuk.

Amikor hordozzuk a gyermeket, és még rosszul kontrollálja a fejét, engedjük, hogy arcunkhoz vagy vállunkhoz támaszthassa, ugyanakkor ne támasszuk őt, hogy elemelhesse, ha úgy érzi, meg tudja ezt tenni. Később már úgy vegyük a gyermeket a karunkra, hogy ne támaszkodhasson a feje a vállunkra, így saját maga tartja meg. Vihetjük a gyermeket az oldalán fekve is, hogy arccal kifelé nézzen, miközben mindkét keze elől van.

1.2. Hason fekve felemeli, és 45 fokban tartja a fejét

Minden irányban meg kell tanulnia a gyermeknek a fejét kontrollálni. Ennek egyik formája, amikor a hasán fekszik, keze a vállá alatt, a gravitáció ellenében felemeli a fejét – miközben az arca kb. 45 fokos szöveget zár be a felülettel –, és ezt a helyzetet rövid ideig meg is tartja.

Hogyan segítsünk?

Csökkent izomtónusú gyermeknél segíthetünk úgy, hogy megemeljük a vállát a mellkasa alatti párnával vagy összetekert törülközővel. Karja a támasztás felett, előrenyújtva legyen.

Úgy tegyük le a gyermeket, hogy az arca egy szinten legyen a mienkkel, például az asztalon vagy az ágyon. Beszéddel vagy a csörgőt rázva bátorítsuk arra, hogy felemelje a fejét. Lehet, hogy az alkarjára kell tennünk a kezünket, hogy a fej megemelésére tett erőfeszítés során ne emelje a karját maga mögé. Könyökét mindig tartsuk kitámasztó helyzetben, közvetlenül a vállá alatt. Izgalmas lehet számára, ha fejét megemelve játékokat, vagy éppen saját tükörképét nézegetheti.

Ennek a készségnek a kialakításához is használhatjuk a Bobath-labdát vagy egy nagyméretű strandlabdát. Tegyük a gyermeket hassal a labdára úgy, hogy könyöke a vállá alatt legyen. Egy csörgős játékot mindig ugyanabban a pozícióban tartva lassan gördítsük előre a labdát, hogy a gyermeknek magasabbra kelljen emelnie a fejét, miközben a játékot figyeli. A labda finom rugóztatása is fejemelésre készítheti a babát.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Továbbra is alapvető fontosságú, hogy milyen testhelyzetekben vesszük fel, hordozzuk és tesszük le a gyermeket. Az előző készségnél leírtak mellett ismertetjük meg a szülőt a következő „játékokkal”.

Tartsuk úgy a gyermeket az ölünkben, hogy két kezünkkel a vállánál támasszuk meg, és törzse súlyát mi tartjuk. Finoman billentsük magunk felé – csak egészen kicsit –, és várjuk meg, míg visszaemeli fejét, hogy ránk nézzen. Ekkor nagyon finoman és lassan kibillentjük az egyik oldalára, majd vissza. Hamarosan képes lesz a fejét testével egy vonalban megtartani.

Az apák szívesen fektetik mellkasukra a gyermeküket. A gyermekek is többnyire szeretik, ha fejüket felemelve ilyen közről láthatják az apa arcát. Ez jó lehetőség arra, hogy az apa a gyermek könyökét a mellén tartsa, és bátorítsa őt arra, hogy karjával felnyomja magát.

1.3. Hason fekve fejét 90 fokban felemeli, súlya az alkaron

Nagyon fontos, hogy kialakuljon az a testhelyzet, amikor a gyermek hason fekvő helyzetben testsúlyát az alkarjára helyezi, miközben könyökét válla előtt tartja, fejét felemeli, arccal előre néz, állát behúzza. A nyaki és vállóvi izmoknak együtt kell dolgozniuk ennek a pozíciónak a megtartásához, a stabil vállöv pedig sokféle mozgás alapja. Erre lesz szüksége a gyermeknek a finommozgás-készségek használatához, és akkor is, amikor ülni, mászni, bútorok között járni kezd. **Figyeljük meg** a gyermek testtartását, miközben valamilyen érdekes játékkal fejmelésre biztatjuk.

Hogyan segítsünk?

Ez az előző készség fejlettebb változata. Mutassunk csillogó és érdekes játékot a gyermeknek úgy, hogy jól lássa, majd emeljük kissé magasabbra, hogy emelnie kelljen a fejét, és eközben alkarjára támaszkodjon. Ha figyeli a játékot, tartsuk néhány másodpercig ebben a helyzetben. Ha már nem figyel, miközben a játék magasabbra kerül, vigyük újra a látóterébe, és próbáljuk ismét magasabbra emelni. A játéknak nagyon érdekesnek kell lennie, hogy a gyermek számára erőteljes motivációt jelentsen. Ha önállóan még nem tudja kitámasztani magát az alkarján, továbbra is helyezzünk egy összetekert törülközőt a mellkasa felső része alá. Fontos, hogy amint súlyt helyez a karjaira, távolítsuk el a kitámasztó törülközőt.

Bobath-labdára vagy nagyobb strandlabdára fektethetjük a gyermeket, ha szükséges, segítsünk alkarjára támaszkodni, majd a csípőjénél, esetleg a törzsénél tartsuk. Ahogy előre gurítjuk a labdát, hátra fogja emelni a fejét. Tükör előtt vagy esetleg testvérrel való közös játék során változatosabbá tehetjük a gyakorlást, és közben szociális készsége is fejlődik. Jó lehetőség a spontán gyakorlásra, ha úgy fektetjük le a gyermeket, hogy figyelhesse a család tevékenységét.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A gyermek most már a nap nagyobbik részében ébren van. Gondoskodjunk arról, hogy sokféle játék legyen körülötte, ami mozgásra készítheti.

Van olyan gyermek, aki nem szeret hason feküdni, vagy rögtön elszunnyad ebben a helyzetben. Ekkor próbáljuk őt egy ékre vagy összetekert takaróra tenni, mivel ez a pozíció könnyebb számára. Minden alkalommal kicsit hosszabb ideig tegyük le a hasára, és játsszunk vele az előző készségnél leírtak szerint. (1. ábra)



1. ÁBRA: A BABA KÖNYÖKRE NEHEZEDÉSÉT EBBEN A HELYZETBEN JÓL GYAKOROLHATJUK

A készség *bővítése* lehet, hogy az 1.2. és az 1.3. pontot összekapcsoljuk, azaz arra készítjük a gyermeket, hogy miközben fejét felemeli kb. 90 fokban, fejét elfordítva ránk nézzen, vagy egy érdekes mozgó tárgyat kövessen.

1.4. Háton fekvé fejét középen tartja, álla leszorítva

A baba most már úgy fekszik a hátán, hogy fejét középen (a testén fejétől a talpáig középütt végigfutó képzeletbeli vonal mentén) tartja, és nem oldalra fordítva. Állát leszorítja, ez az áll leszorítás nagyon fontos. Eddig a baba oldalra fordítva tartotta a fejét. Most már megfelelő kontrollal rendelkezik nyaki izmai fölött ahhoz, hogy állát behúzza fejét középen tartsa.

Ha ezt nem tanulja meg, az a további fejlődést is befolyásolja, mert mindig felhúzza kell majd tartania vállát, hogy fejét és nyakát stabilizálja. Ha a lejjebb bemutatott módszerekkel nem érünk el haladást, forduljunk mozgásfejlesztő szakemberhez. Ez a készség párhuzamosan tanítható a sorozat következő készségével (1.5.).

Hogyan segítsünk?

Fektessük a gyermeket hosszában az ölünkbe, fejét tartsuk a tenyerünkben, hogy középre nézzen. Alakítsunk ki vele szemkontaktust, és beszéljünk vagy énekeljünk hozzá. Ezt a helyzetet általában szeretik a gyermekek, kis ringatással meg is tudjuk őket nyugtatni. Később próbáljuk meg ugyanezt anélkül, hogy fejét megtámasztanánk. Sima felületeken is gyakorolhatunk.

Ha a gyermeknek gondot okoz ennek a készségnek az elsajátítása, tekintsük át a sorozat korábbi készségeit.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Biztassuk a szülőt, hogy a gondozási műveletek során gyakorolja a készséget a gyermekkel. Jó játék lehet a „hintáztatás”. Fektessük a babát lepedőre, valaki álljon a fejéhez, valaki a lábához, és a lepedőt felemelve finoman hintáztassuk a babát, közben beszéljünk hozzá, vagy énekeljünk.

Előfordulhat, hogy a gyermek nyaki izmai kissé feszesek. Ekkor fektessük ölünkbe a gyermeket a fent leírt módon, miközben két kezünkkel finoman, de határozottan nyomjuk le a vállát, felváltva vagy egyszerre mindkettőt.

1.5. Háton fekve, két kezét összehozza melle előtt

A gyermek már kontrollálni tudja fejét középtartásban. A készség kialakult, ha a gyermek képessé vált arra, hogy két kezét a test középvonalában összehozza. A következő lépésben kialakul az a készsége is, hogy mindkét kezével nyúljon egy érdekes játék felé. Ez a készség fontos a gyermek manipulációja szempontjából.

Hogyan segítsünk?

Fektessük a gyermeket az előző módon az ölünkbe, hajoljunk fölé, vagy mutassunk neki egy játékot közel a mellkasához. Várjuk meg, míg előre nyújtja a kezét, hogy arcunkat vagy a játékot megérintse.

Úgy is gyakorolhatunk, hogy a gyermeket kemény párnára fektetjük, kezünket a vállá mögé helyezzük, és segítünk neki megemelni a vállát és a karját. Ezt követően próbáljuk meg csak az egyik karját segíteni, és várjuk meg, hogy a másik karját magától nyújtsa előre. Fokozatosan csökkentjük a segítséget. Miután a gyermek két kezét középvonalban összehozta, próbáljuk meg arra készíteni, hogy kezével minél messzebb nyúljon. Ha nehezen megy, ismét a vállainál segítsük karja mozgását, ameddig szükséges. Mindig adjunk neki bőven időt a reagálásra, mivel kicsit tovább tarthat a mozgás elindítása.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Csaknem minden olyan helyzetben segíthetik a szülők a gyermeket keze előrenyújtásában, amikor karjukban tartják. Minél több dolgot segíthetünk megérinteni – az arcunkat, a

hajunkat, játékokat, és természetesen a saját ruháját, testét, kezét stb. A gondozási tevékenységek közben is gyakoroljuk a nyújtott kézzel való kinyúlást. Minden alkalommal, amikor felvesszük, beszéljünk hozzá, bátorítsuk arra, hogy először a karjával nyúljon felénk. Függesszünk valami érdekeset a pelenkázó fölé úgy, hogy a gyermek elérhesse. Ha a játék érintésre hangot is ad, tovább motiválja a gyermeket.

1.6. Ülésbe felhúзва csak kissé csuklik hátra a feje

Ennek a készségnek az a feltétele, hogy a gyermek nyaki izmainak segítségével fejének a súlyát fel tudja emelni. Az újszülött feje teste többi részéhez viszonyítva nagyon nagy, ezért ez a helyzet nehéz számára. Kezdetben ez a fejtartás még a mozgás elindítása után jelenik meg egy pillanattal, és bár a gyermek tartja a fejét, az a gerinc vonalától még kissé hátrébb van.

Hogyan segítsünk?

Fontos, hogy mondjuk el a gyermeknek előre, mi fog következni, mindig ugyanazokat a szavakat használva, pl. „gyere, most felülünk”. Ezután fogjuk meg a kezét, és várjunk néhány másodpercet, mielőtt elkezdenénk felemelni – adjunk neki időt arra, hogy segítsen, hogy később össze tudja kapcsolni a szavakat a mozgással. Gyakoroljuk ezt ülő testhelyzetből fekvésbe való leengedéssel is. Fogjuk meg a gyermek kezét, és lassan engedjük le, megállva, mielőtt leérne a padlóra, hogy a fej tartásában részt vevő izmok hosszabban dolgozzanak. Amíg nehéz számára a feladat, ülünk a földre biztos felülethez támaszkodva, és térdünket húzzuk fel. Fekteszük a gyermeket a combunkra, miközben fogjuk a kezét. Biztassuk szavakkal, színes láncsal, sállal, hogy fejét megtartsa, miközben segítünk neki felülni.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Biztassuk a szülőt, hogy játsszon „Hinta-palinta” és „Húzz, húzz, engemet” típusú játékot gyermekével, mindig egy kicsivel jobban hátradöntve őt. Az előre- és hátramenetbe időnként beépíthet egy kis törzsfordítást.

Továbbra is könyökhajlatban vigye a gyermeket, törzsének lehető legalacsonyabb pontján megtámasztva. Miközben így viszi őt, forgassa a lábait maga felé, hogy a teste kissé elforduljon. Ez a forgás vagy csavarodás rendkívül fontos lesz a baba minden mozgásában, az egyensúlyozás szerves része.

1.7. Háton fekve kezét térdéhez viszi

Miközben a gyermek lábát, popsiját kissé megemelve kezével megfogja a térdét – később a lábát –, elősegíti hasizmai erősödését, ami a további mozgásfejlődés során a medence kontrollálásához (megfelelő szögbe állítás, megtartás és mozgatás) szükséges. Ugyanakkor megkezdődik a saját test felfedezésének örömteli folyamata.

Hogyan segítsünk?

Ha a készség nem alakul ki magától, akkor a gyermeket fektessük a hátára, és a combjánál fogva emeljük fel a térdét a melle felé úgy, hogy lábfeje kartávolságra legyen. Biztassuk, hogy fogja meg a lábát, felkelhetjük érdeklődését színes zoknit vagy kézbabot húzva a lábára, vagy sálát, csörgőt kötve rá.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

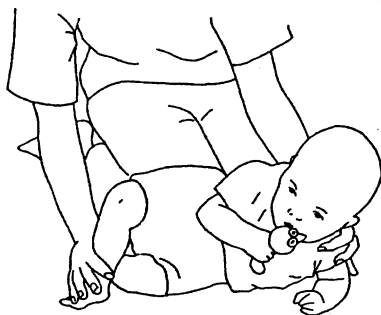
Javasoljuk a szülőnek, hogy csiklandozza meg a gyermek hasát pelenkázáskor és fürdetéskor – ezzel hasi izmai feszítésére készítheti. Jó játék, ha pelenkázáskor „kukucs-játékot” játszik vele, miközben megemelt térdé mögé bújik, hogy ne lássa az arcát.

Amikor a gyermek már ügyesebb, képes lesz lábujjait a szájába venni.

1.8. Háton fekvésből oldalra fordul

A gyermek kétféleképp fordulhat hátáról oldalára. Vagy úgy, hogy a kezét a térdéhez viszi, és oldalra fordul, vagy amikor nagyon elfordítja a fejét, a testével követi a forgást. Később a baba egyre több időt tölt az oldalán való játsszással. Ahogy ügyesebb lesz, oldalára támaszkodva kezd játszani, és a következő hónapok során ennek sokféle variációját próbálja ki.

Az oldalára gördüléssel és az ott játsszással a baba kezdi külön használni lábait, felül lévő lábát behajlítja maga előtt.



2. ÁBRA: BOKÁK KERESZTBEN, A TÉRD FELFELÉ MUTAT – OLDALFEKVŐ POZÍCIÓBAN

Hogyan segítsünk?

Fektessek a gyermeket a hátára, és hajlítsuk be a térdét. Feküdjünk mellé a földre, és szölongassuk. Amikor felénk fordította a fejét, csípőjénél fogva segítsünk neki testét is átfordítani.

Ezt követően érdekes játékkal motiváljuk, hogy az oldalfekvő helyzetben játsszon. Irányítsuk úgy, hogy felül lévő lába behajlítva legyen, bokái pedig keresztben. (A rotációs mozgás elsajátítása meghatározza mozgásainak minőségét. 2. ábra)

Ha a gyermeknek átfordulás közben gondot okoz fejének irányítása, gyakoroljuk vele többször a sorozat korábbi, fejkontroll kialakítását javító gyakorlatait.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Beszéljünk meg a szülővel, hogy gyakran fektesse a gyermeket a hátára egy mászó takaróra. Legyenek körülötte a játéka, vagy helyezzük úgy, hogy oldalra kelljen fordítania a fejét (és ezért testével oldalra fordulnia), hogy figyelhesse a családot.

Ha nehéz számára az oldalra fordulás, helyezzük egy ékre vagy anyaggal beborított enyhe emelkedőre. Az emelkedő segít neki átfordulni.

1.9. Ülésbe húzva fejét a test vonalában tartja

Az 1.6. készség fejlettebb változata. A gyermek fejtartása egyre biztosabbá válik, képes lesz arra, hogy ülésbe húzásnál fejét gerincével egyvonalban, stabilan megtartsa. A felvevő és letevő technikák mind erre készítették elő a gyermeket.

Hogyan segítsünk?

Ne felejtjük el a következő szempontokat az eddigiek ismételése során:

- a mozdulat megkezdése előtt szemkontaktust vegyünk fel a gyermekkel, és beszéljünk hozzá;
- lassan mozgassuk, hogy a gyermek fenntarthassa kontrollját;
- a fekvésből ülésbe irány mellett az ülésből fekvésbe irányban is gyakoroljunk;
- a mozgás egyes szakaszainál álljunk meg, és beszéljünk hozzá, így tovább erősödhet fejkontrollja.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Amíg erre a készségre koncentrálnak, ne hanyagoljuk el a gyermek fejlesztését hason fekvésben sem! Ebben a szakaszban minden nap feküdjön a hasán is, de több időt töltsön a hátán, hogy önálló mozgását elősegítsük. Legyen elég tere az oldalra forduláshoz is.

Tanítsuk meg a szülőnek azokat a játékos helyzeteket, melyekkel ezt a készséget gyakorolhatja gyermekével. Jó együttlét a közös torna, melynek során a szülő hátán fekszik, miközben a gyermeket combjára ülteti. A szülő üljön fel, és hagyja a gyermeket hátrafele dőlni. Amikor a szülő dől hátra, a gyermek kerül ülő helyzetbe. Vigyázzon arra, hogy a gyermek is mozogjon, ne legyen passzív. Mondhat közben ütemes mondókat is, amely során az együttes mozgás ritmusossá válik (pl. „Húzz, húzz engemet”, „S, sz, de sok súly...” stb.).

Amikor ülésbe húzás közben a gyermek már jól kontrollálja fejét, próbáljuk meg testét kissé elfordítani. Ez előkészíti őt azokra a készségekre, amelyeknél a törzs elfordítása nagyon fontos.

1.10. Oldalfekvésen keresztül ülésbe húzva fejét stabilan tartja

Ez az elkezdett fejkontroll kialakításának kiegészítése (1.9.). Fektessük a gyermeket a hátára, egyik oldalán a kezét, a másikon a combját fogjuk meg (hogy stabil maradjon a mozgás közben). Fordítsuk ellentétes irányban azzal a kezével, amellyel fogjuk, és húzzuk ülésbe. Mozgás közben próbáljunk súlyt helyezni a gyermek támaszkodó karjára. A készség kialakult,

ha a gyermek a fejét a vízszintestől a függőleges irányba emeli, és támaszkodó karjával is segít megtartani magát.

Hogyan segítsünk?

Először combunkon támasszuk meg a gyermeket, és innen emeljük fel. Amikor ebben a helyzetben már stabilan tartja a fejét, fokozatosan eresszük lejjebb a lábunkat, annál a szintnél álljunk meg, ahol a feje még elég stabil a mozgás során. Végül gyakoroljunk a fekvő pozícióból indulva. Kezdetben a mozdulat megindítása nagyon lassú legyen, hogy a gyermeknek legyen ideje bekapcsolódni a mozgásba. (3.A. és 3.B. ábra)

Mindkét oldalra egyformán gyakoroljunk, és ha úgy találjuk, hogy az egyik oldala nem annyira erős, mint a másik – és ez gyakran előfordul –, akkor többet ismételjük a gyengébb oldallal.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Beszéljük meg a szülőkkel a gyermek kézben tartásának új módjait. Amikor a gyermek a szülő ölében ül, billentse kissé oldalra. Kezével segítsen neki a combján megtámaszkodni.



3.A. ÁBRA: A BABA „KIBILLENTVE” ÜLTETÉSE



3.B. ÁBRA: A BABA ALKARJÁRA TÁMASZKODIK

Ebben a szakaszban megtaníthatjuk a szülőt gyermeke tartásának új módjára. Kérjük a szülőt, hogy tartsa maga előtt a gyermeket, háttal maga felé. Szorítsa magához úgy, hogy a fenéke, lábai és törzse egyenesen álljanak mellkasával párhuzamosan. Most kissé döntse meg, hogy fejtartását korigálnia kelljen annak érdekében, hogy függőlegesen maradjon.

Ezzel a gyakorlattal a szülő a gyermek hordozásának nagyon könnyű módját alkalmazza – látni fogja, hogy egy kézzel is tudja őt tartani. Ne feledkezzen meg az oldalak változtatásáról! (4. ábra)

Ez már megfelelő idő arra, hogy néha a hátán vagy a csípőjén vigye gyermekét. Ügyeljen arra, hogy a gyermek lábai ne legyenek túlságosan szétterpesztve ebben a helyzetben. Hosszabb utakra azonban még inkább a babakocsi fektetett módját javasoljuk, illetve a hordozó kendőt, amellyel magára kötve viheti a gyermeket anélkül, hogy túlságosan terhelné még gyenge izomzatát.



4. ÁBRA: A GYERMEK TARTÁSÁNAK ÚJ MÓDJA

1.11. Hason fekve testsúlyát kinyújtott karján tartja

Ez fontos mérföldkő a mászás kialakulása felé. Amíg a gyermeknek nincs elég ereje ahhoz, hogy hason fekvő helyzetben karjaival kinyomja magát, addig nem képes mászni. Kezét kezdetben ökölben, később tenyerét nyújtva tartja. A készség kialakult, ha a gyermek megtartja magát teljesen nyújtott könyökkel legalább 5 másodpercig, mialatt állát behúzza tartja. A finommozgás fejlődéséhez is fontos ez a készség, mert a gyermeknek biztos vállövre van szüksége ahhoz, hogy kinyúljon, majd manipuláljon a kezeivel. A kéztámasz érésevel a gyermek a kezeit egyre közelebb hozza a törzséhez, majd megemeli a felsőtestét és a hasát.

Hogyan segítsünk?

Több módon is biztathatjuk a gyermeket arra, hogy egyenes karral kitámassza magát.

Fektesük egy Bobath-labdára vagy nagy strandlabdára, karját nyújtsa ki előre. Lábat csípőjénél, térdénél vagy bokájánál tartva gördítsük előre, amíg keze le nem ér a földre (vagy ha könnyebb, egy alacsony kávézó asztalkára vagy dobozra). Súlyát vigyük a kezére, és finoman fordítsuk el csípőjét, hogy súlyát karjain felváltva tartsuk.

Fektetjük a combunkra, amikor a padlón ülünk, ügyelve arra, hogy karja jól ki legyen nyújtva. Énekléssel, beszéddel, haja fúvásával, buborékfújással bátorítsuk arra, hogy fejét emelve könyökét nyújtsa.

Sarkunkra ülve fektessük a gyermeket hasával a combunkra, keze érjen a padlóra. Csípőjénél vagy combjánál fogva döntjük előre, hogy kezére támaszkodjon. Finoman fordítsuk csípőjét egyik oldalról a másikra, hogy váltott oldalakon tartsa meg a súlyát a

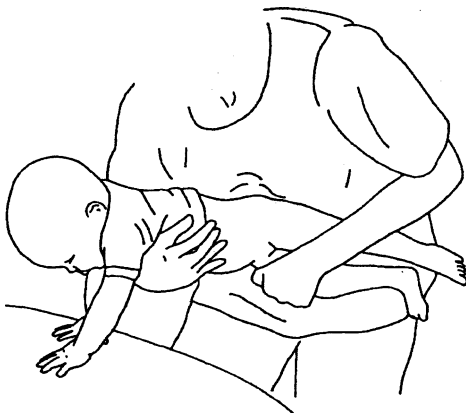
karjain. Ha nehezen tolja ki magát a gyermek, segíthetünk úgy, hogy a vállánál tartva súlya egy részét mi tartjuk.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Beszéljük át a szülőkkel a felvevő és letevő pozíciók fontosságát. Ha a következő néhány hónapban következetesen az alábbi módszereket használják, akkor nagyon jól előkészítik a gyermek későbbi tevékenységeit: a mászást, az állásba húzódkodást és a korai járást.

Egyenes karra helyezés

A gyermeket úgy tegye le, hogy az oldalára fordítja, csípőjénél, illetve mellkasánál tartja, karjait hagyja szabadon. Ahogy közeledik vele a felülethez, döntse kissé előre, hogy karjai érjenek le először. Karjaira annyi súlyt engedjen, hogy a gyermek nyújtva tudjon támaszkodni velük, és így tegyük le a hasára. (5. ábra)



5. ÁBRA: A GYERMEKET EGYENES KARRA TESSZÜK LE. HA NEM SIKERÜL, AZ ALKARJÁRA TEGYÜK LE

Két egyenes karra és egy talpra helyezés
Ha a gyermek már jól tudja kontrollálni tartását a fenti letevésnél, tegyük le két egyenes karjára és egy talpára úgy, hogy térde felfelé mutasson. Innen fokoza-
tosan engedjük le őt a másik combjára.

Megnehezíthetjük a gyakorlatot, ha hosszabb ideig hagyjuk a gyermeket „félúton” lévő helyzetben. Ha csak lehetséges, hagyjuk, hogy ő maga ereszkedjen a hasára, ha még nem sikerül, segítsünk neki. Figyeljünk arra, hogy csak vezessük a gyermek mozgását, és ő is aktív résztvevő legyen. (6. ábra)

Felfelé néző térd pozíció

A felfelé néző térd pozíció azt jelenti, hogy ülő vagy fekvő helyzetben az egyik talp teljesen a felületen van, és ennek a lábnak a térde így felfelé mutat. Ebben a helyzetben alapvető, hogy a talp teljes felületén érintkezzen a felszínnel. A bokák rendszerint keresztezik egymást, és a gyermek az egyik oldalra hajol. Ez



6. ÁBRA: A GYERMEKET KÉT EGYENES KARRA ÉS EGY TALPRA TESSZÜK LE

egy alapvető kibillentett pozíció, amely segít az értékes rotáló vagy csavaró mozgások kialakulásában.

1.12. Hason fekve, súlyát karján tartva játék után nyúl

Ennek az egyensúlyi készségnek az elsajátítása szükséges ahhoz, hogy a gyermek a hasán fekve hatékonyan tudjon játszani.

Amikor a gyermek előre nyúl egy játékért, az az oldala, amelyiken a könyökén támaszkodik, és a súlyát tartja, egy kissé megnyúlik. Az történik ugyanis, hogy gerince oldalra hajlik, és az az oldal válik a megnyúlt oldallá, amelyikre támaszkodik. Ha ez nem történik meg, nem alakul ki a megfelelő egyensúlyozás, a mozgás esetlen lesz, és túlzott óvatosság kíséri minden mozdulatot.

Hogyan segítsünk?

Kezdetben segítenünk kell a gyermeknek egyensúlyozni a támasztó könyökén, hogy próbálkozásai során ne érje kudarc.

Fektessük a hasára, két könyökén támaszkodjon, és egy érdekes játék legyen előtte, a fejétől kissé oldalra. Hátról (úgy a legegyszerűbb, hogy a gyermek fölött térdelünk) döntjük a testsúlyát a támasztó könyökre úgy, hogy kezünket a kinyúló karja, csaknem a hóna alá tesszük. Ügyeljünk arra, hogy a súlyt tartó oldala "hosszú" maradjon. Támasztó könyökét segíthetjük azzal, hogy megtámasztjuk a karját. Miután testsúlyát a támasztó könyökre vittük, kinyúló karját segítsük a játék megérintésében. Fokozatosan csökkentjük a kinyúló karnak adott segítséget, de továbbra is támasszuk azt a könyökét, amelyiken a súlya van. Ügyeljünk arra, nehogy a játék megérintésére tett kísérletei közben könyökén túlságosan előrehajolva elveszítse az egyensúlyát. Cseréljük az oldalakat. Gyakori ismétlés során a gyermekben automatikussá válik ez a mozgás.

Ehhez a készséghez kiválóak a nehezebb játékok, amelyek érintésre hangot adnak, és helyben maradva elmozdulnak. Ezek a játékok nagyon jutalmazóak a gyermek számára, mert csak kicsit kell megérinteni őket az eredményhez, és nem gurulnak messzebb. Varrhatunk manót is, melynek alsó részébe csörgőt teszünk, ami érintésre megszólal.

1.13. Hason fekvésből hátára fordul

A gurulás a gyermek első helyváltoztató mozgása, aminek ez a nagyon fontos készség az alapja. A pozícióváltás során szabadabban tud játszani a kezeivel, látótere is megváltozik, így a gyermek megtapasztalja saját mozgása nyomán a változó környezetet. Kialakult a készség, ha a gyermek egy érdekes játékot követve hasáról a hátára fordul.

Hogyan segítsünk?

Ez az 1.8. készség folytatása. Kezdetben véletlenül történik; amikor a gyermek kissé egyenetlenül felnyomja magát a kezén, és emiatt túlkompenzál, a hátára gördül. Ez a

hirtelen, váratlan mozgás megijesztheti a gyermeket, és óvakodhat attól, hogy ismét olyan magasra nyomja fel magát a kezén, ilyenkor nyugtassuk és dicsérjük meg. Később egyre tudatosabban, harmonikusabban használja ezt a mozgásformát, ha megfelelő mozgásteret biztosítunk számára, és módja van a gyakorlásra.

Ha a gyermek magától nem fordul át (pl. motiváció vagy érdeklődés hiányában), de már érett a mozgás elsajátítására, irányíthatjuk az átfordulást a lába mozgását vezetve, csípőjét elfordítva. De gyakorolhatjuk a vállait vezetve is, ekkor a törzse felső részétől indítjuk el a fordulást. Mindkét alkalommal óvatosan mozgassuk a gyermeket a fejtartását figyelve, nehogy elveszítse a fejkontrollját, és beüsse a fejét. Ha a fejkontrollja még bizonytalan, térjünk vissza a korábbi alapozó készségek gyakorlataihoz.

Következő lépésként fektessük a hasára, és egy izgalmas játékkal bátorítsuk arra, hogy magától forduljon át. Ha megkísérli, de nem sikerül neki, segítsük befejezni a mozdulatot.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Biztassuk a szülőt, hogy alapvető a nagy mozgástér biztosítása. Játékait rakja kicsit távolabb a padlón vagy a fűvön, hogy elérésük sikerélményt jelentsen a gyermek számára. Ez a készség a gyermek öltöztetése közben is gyakorolható, amihez mindenképpen fontos gyakorolni a mozgás közbeni öltöztetést, tisztázást. A szülő mozdulatai igazodjanak a gyermek mozgásához, ne pedig fordítva.

1.14. Háton fekvésből hasára fordul

Az önálló mozgáshoz a gyermeknek képesnek kell lennie hátáról a hasára fordulni. Az előző készség kombinálásával gyakorlatot szerez a gurulás terén. A hasán fekve kezd majd kúszni, mászni, és ülő helyzetbe kerülni. Amikor megtanul hasára fordulni, megalapozza a későbbi mozgáskészségeket is.

Figyeljük meg, hogy mely mozdulatok szükségesek ahhoz, hogy a gyermek a hasára tudjon fordulni. Láthatjuk, hogy mindezeket a korábbiakban már megalapoztuk, és hogy minden apró lépés jelentős a fejlődésben. A gyermek behúzott állal fel tudja emelni fejét a felületről, ki tudja nyújtani karját előre és felfelé, és most már lábával is fel tud nyúlni, hogy a fölötte lógó játékokkal játsszon. Mindezeket a mozdulatokat felhasználja akkor, amikor átfordul.

Hogyan segítsünk?

Ha egyedül nem sikerül átfordulnia, de a fenti mozdulatokat már ügyesen végzi, segítsünk a gyermeknek. Egyik lábát hajlítsuk be, és vigyük keresztbe a másik lába felett. Csak vezessük, és várjuk meg, míg törzsével követni kezdi a mozgást. A hangsúly az önálló mozgáson legyen. Fokozatosan csökkentsük a segítséget, amíg egyedül át nem fordul. Ne feledkezzünk meg arról, hogy mindkét irányba gyakoroljunk.

Más módon is segíthetünk: a gyermek fejét és vállát emeljük fel, majd finoman fordítsuk oldalra. Várjuk meg, míg karja, törzse és lába követi a mozgást. Ismételjük meg a másik irányba is.

Hagyjuk, hogy a gyermek egyedül húzza ki maga alól a karját, miután hasra fordult. Ha nem sikerül neki, kissé emeljük meg a vállát, és ekkor már ki kell tudnia húzni a karját.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Biztassuk a szülőt, hogy otthon átfordulós játékokat játsszanak a földön, egymás után többször „görgetve” a gyermeket, egy kis kukucskalással minden alkalommal, mikor szentől szembe kerülnek.

1.15. Háton fekvé egyenes karral nyúl ki, kezei összeérnek

A gyermek most már jobban képes kontrollálni a gravitáció ellenében történő kinyúlást, mint az 1.7. készségnél. **Figyeljük meg** a mozgását. Akkor sajátította el ezt a készséget, ha teljesen ki tudja nyújtani a karját, és ki tud nyúlni úgy, hogy csuklója és ujjai hátrahajlanak. Ekkor már úgy is előre tud nyúlni, hogy kezei közel vannak egymáshoz, mivel jobban tudja irányítani vállövét.

Hogyan segítsünk?

Ha szükséges, az 1.7. készségnél leírt technikákat alkalmazva segítsünk neki, de figyeljünk, hogy kezét nyújtsa ki, és tartsa közel egymáshoz.

A gyermekek szeretnek olyan játékot játszani, amikor a szüleik megfogják a kezüket, és egy-egy ismert hangsor kíséretében megpusztilják azt, vagy hancúrozás közben harapdálást imitálnak. Az ilyen játékok úgy nyújtanak élvezetet mindkét fél számára, hogy közben új érzések megtanításában is fontosak. Bármikor játszhatják ezeket a játékokat, amikor a gyermek fekszik, az ölkében ül, vagy éppen karjukban tartják.

1.16. Hason fekvésben az összes egyensúlyi reakció megfigyelhető

A gyermek fejlődésének ebben a fázisában már megtanult hasán fekvé egyensúlyozni. Ezt a készséget **megfigyelhetjük**, ha mozgatható felületre (pl. nagy labda, feszesen kifeszített lepedő vagy pléd, egyensúlyozó deszka) tesszük a gyermeket. Kialakult a készség, ha – miközben megdöntjük – fejével, törzsével és végtagjaival megakadályozza az esést.

Ez az egyensúly megköveteli, hogy a gyermek ne csak megnyújtsa a súlyt viselő oldalát (1.12.), hanem el is fordítsa, hogy a megnyúlt oldali válla az ellentétes oldali csípője felé közeledjen. Próbáljuk ki saját magunkon, hogy érezzük ezeket a mozdulatokat.

Hogyan segítsünk?

Változatos helyzetekben (pl. combunkon, különböző mozgatható felületeken) és minden irányba gyakoroljuk a billentést, hogy a gyermek a reakcióját ne egyetlen helyzethez kösse. Mindig lassan mozgassuk a gyermeket, és várjuk meg, míg megpróbál alkalmazkodni a mozgáshoz.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A fent ismertetett eszközök mellett a családban gyakorolhatnak olyasvalakin, akinek széles a háta, pl.: az apán vagy a nagypapán. Az apa ereszkedjen le négykézlábra, majd tegye a gyermeket a hátára. Ezután finoman, lassú mozgatóssal döntse a hátát egyik oldalról a másikra, miközben erősen tartja a gyermeket, nehogy leessen. Közben mondhatja is: „Sót vegyenek! Ki vesz sót?” Így a mozgás kifejezésekhöz is kapcsolódik, melyek segítségével a gyermek már előre várhatja a közös mozgást.

A fenti gyakorlatok mulatságosak is lehetnek, ha szabad játék keretében végzik őket. Fontos, hogy a gyermek megtapasztalja a kötetlen játékot, mert így félelem nélkül fogja kezelni a különféle mozgásokat, és örömmel próbálkozik majd új mozgásokkal és pózciókkal.

Továbbra is az 1.10. pontban leírtak szerint hordozzuk a gyermeket, de lent, csípője közelében támasszuk meg, hogy egyensúlyát neki kelljen korrigálnia, ha megbillentjük. Amikor arra bátorítjuk, hogy nézzen körbe, egy nagyon fontos összetevőt, a rotációt is beépítjük.

1.17. Hason fekvésben kúszó helyzetbe kerül

Ez a készség az 1.15. készség folytatása. **Figyeljük meg**, hogy a gyermek már elég kontrollal rendelkezik vállóve felett ahhoz, hogy egyik oldalán átnyúljon anélkül, hogy eldőlné. Egyensúlyi készségeit használja arra, hogy ne dőljön a hátára. Amikor ezt végzi, fejét és törzsét abba az irányba dönti, amerre kinyúl, így megnyújtja a súlyt vivő oldalt.

Most már arra is képes, hogy miközben karja ki van nyújtva, az ellenoldali lábát behajlítsa, behúzza. Ez a funkció szükséges a kúszáshoz és a járáshoz.

Gyakran előfordul, hogy a gyermek – miközben igyekszik megfogni játékeit – olyan magasra nyomja ki magát, hogy hátrafelé csúszik. Ennek oka, hogy a háti feszítőizmok erősebben dolgoznak, így a gyermek a karját nem tudja előre vinni. Ez a kúszás hírnöke. Méréföldkő a gyermek mozgásfejlődésében, nem pedig készség, amit meg kell tanítani. Ebben a szakaszban kevésbé síkos felületre tegyük, nehogy túl sok kudarc érje, amikor megpróbálja elérni a játékát.

Hogyan segítsünk?

Ha a gyermeknek nehézségei adódnak ezzel a készséggel, vizsgáljuk meg, hogy az 1.11., 1.12. és az 1.15. pontokban leírt gyakorlatokat meg tudja-e oldani. Nagyon fontos, hogy egyensúlyi készségei megfelelően fejlődjenek.

Beszéljük meg a szülőkkel, hogy biztosítsanak a gyermeknek időt és teret, hogy készségeit a padlón gyakorolja. Úgy tegyék le játékeit, hogy azzal mozgásra késztessek.

1.18. Ülésbe húzva fejével kezd, kezével húz

A gyermek most már gyakorlott az ülésbe húzásban. A készség megfigyelésénél csak a kezünket kell felajánlanunk; a gyermek az állát behúzva felemeli fejét, és karjával húzza magát.

Hogyan segítsünk?

Először győződjünk meg arról, hogy a gyermek jártas-e a korábbi „ülésbe húzó” tevékenységekben (1.9., 1.10.). Bátoríthatjuk arra, hogy maga kezdeményezze a mozgást.

Ezt a készséget egyenesen és átlósan is gyakoroljuk. A gyermeket először enyhén lejtős felületre (kb.45 fokos) tegyük (fejjel felfelé). Fogjuk meg a kezét, várjunk néhány másodpercet, közben továbbra is biztassuk, amíg meg nem kísérli felemelni a fejét a felszínről. Ha megkísérli, de nem sikerül neki, növeljük a lejtést 60 fokra, vagy olyan szögbe, hogy már sikerül neki. Több napig így gyakoroljunk, amíg a mozgás rögzül. Ekkor fokozatosan süllyesszük a deszkát, amíg a baba már a földön fekszik. Ismételjük a készséget, átlósan is mindkét irányba.

Ha meg sem kísérli felemelni a fejét, hogy felüljön, akkor talán nem megfelelő időt választottunk a gyakorlásra. Lehet, hogy beteg, fáradt, vagy éppen nem szeretné, hogy felvegyék. Ilyenkor hagyjuk őt pihenni.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Minden olyan alkalmat használjanak ki a szülők a készség gyakorlásához, amikor háton fekvő helyzetből ülő helyzetbe kerül a gyermek, pl. húzzák ülésbe fürdetés, pelenkázás és öltöztetés után, vagy amikor azt szeretné, hogy felvegyék (ébredéskor vagy etetés előtt).

1.19. Hason fekve körbe megfordul

Fontos mozgási készség, amikor a gyermek egy játék megszerzése érdekében kezével vagy kezével és lábával nyomva magát körbe fordul. **Figyeljük meg**, hogy egy érdekes játékért hogyan fordul körbe, testsúlyát egyik-másik karjára helyezve. Mostanra a gyermek már magabiztosan nyúl ki játékokért, amikor hason játszik; súlyát egy könyökén tartja, és tenyerére támaszkodik, ha előre akar nézni. A körben forgás ennek a két készségnek a kombinációja.

Hogyan segítsünk?

Emeljük meg a gyermeket hátulról, és amikor egyik támasztó kezére nehezedik, szabad kezét mozdítsuk oldalra a játék felé. Most támasszuk őt a kinyúló karjára, hogy a másik karját a játék felé vihesse. Ezt a hintázó mozgást addig végezzük egyik karról a másikra, míg el nem érjük az oldalra tett játékot.

Eleinte úgy tegyük le a játékot, hogy mindegyik kezével csak két-három mozgást kelljen végeznie, mielőtt a játékot elérné, hogy lássa a mozgás célját. Amikor érezzük, hogy „asszisztál” a mozgáshoz, mozdítsuk meg egyik kezét, testsúlyát helyezzük az egyik karjára, és támasszuk meg a könyökénél, majd várjuk, hogy magától folytassa.

A gyermek könnyebben meg tud kapaszkodni a nyomáshoz, ha kezén és lábfejen nincs ruha, és könnyen mozog a síkos felületen, ha egyrészes ruhában van.

Ne feledjük el mindegyik oldalra gyakorolni a mozgást.

1.20. Hason fekvésből négykézláb helyzetbe vált, hintázik

Ez a felegyenesedési törekvések fontos próbája. Annak érdekében, hogy hason fekvésből fel tudjon ülni a gyermek, mászó pozícióba kell kerülnie, még mielőtt mászni tudna. Ebben a helyzetben a térdét hasa alatt behajlíja, tenyerén támaszkodik, és ezt a pozíciót megtartja, miközben előre-hátra hintázik. Ez jó váll- és medenceövi izomkontrollt kíván, és a hát- és hasizmainak elég erősnek kell lenniük ahhoz, hogy felemeljék hasát a padlóról.

Hogyan segítsünk?

Fektessük a gyermeket a hasára, térdeljünk le mögé, és húzzuk a csípőjét magunk felé. Ekkor kiegyenesíti karját és „visszalépked”, míg ismét mászó pozícióba kerül. Amikor már magabiztos ebben a mászó pozícióban, lassan és finoman hintáztassuk előre-hátra, oldalra és átlósan. Ha elég ideje van játszani a padlón, ő maga kezd el kísérletezni, felhúzza a térdét, és közben felnyomja magát a karjával.

Mászó pozícióban akkor petyhüdt a gyermek hasa, ha gyengék a hasizmai, vagy lábai túl messze vannak egymástól. Ha hasizmai gyengék, nézzük át ismét az 1.11. és 1.18. pontokat. Ha lábai túlságosan messze vannak egymástól, helyezzük közelebb.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Jó lehetőséget biztosít, ha a szülők oldalulésbc, nyújtott karjaira teszik le a gyermeket, majd segítük őt négykézláb helyzetbe forogni többször a nap folyamán.

1.21. Hason fekvve előre kúszik, karjával húzza magát

Ez a mászás egyik előkészítő készsége, a helyváltoztatás hatékony módja. Nem minden gyermek kúszik, mielőtt mászna, azonban az is gyakori, hogy az ügyesen kúszó gyermek később kezd el mászni, mivel mozgása célját így is gyorsan eléri.

A kúszáshoz használt alapvető mozgások ugyanazok, mint a mászásnál. A készség **megfigyelésénél** láthatjuk, hogy a gyermek testsúlyát egyik oldalára teszi, és szabad karjával előre nyúl. Ezután testsúlyát törzse ellentétes oldalára helyezi, hogy ellentétes lábát felszabadítsa és behajlítsa.

Hogyan segítsünk?

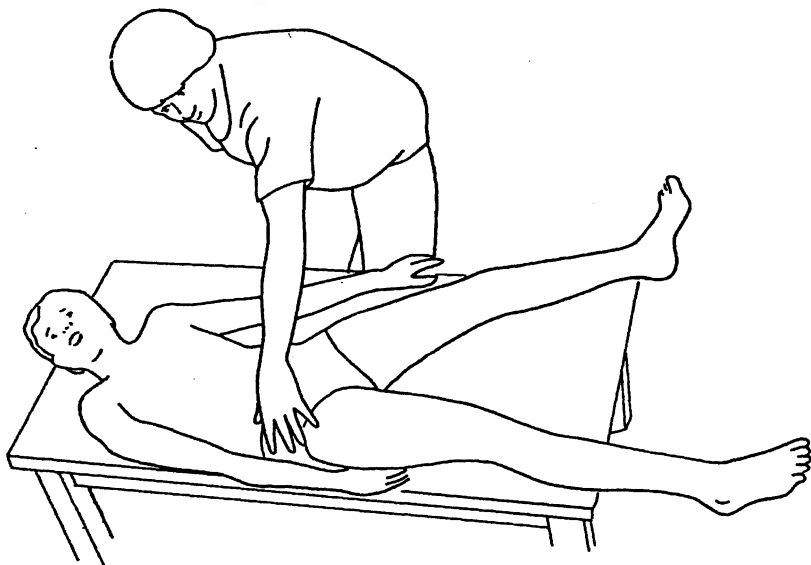
Figyeljünk a megfelelő ruházatra. Legyen a gyermek keze és lábfeje csupaszon, hogy támaszkodni tudjon, ugyanakkor a hasát fedje ruha, hogy mozgás közben csússzon a padlón.

Ha a gyermek az eddigi készségeket elsajátította, akkor a kúszást nem kell tanítani, magától fogja csinálni! Azonban érdemes játékait kartávolságon kívül elhelyezni, és minél nagyobb helyet biztosítani mozgásai számára.

Játék közben bátoríthatjuk a lábával való tolásra, ha a hasára fektetjük úgy, hogy talpa a falhoz vagy bútorhoz érjen, vagy a kezünkkel megtámasztjuk. A nyomás érzékelése a talpán arra fogja készíteni, hogy eltolja magát, és előre haladjon.

1.22. Háton fekvésben az összes egyensúlyi reakció megfigyelhető

A készség **megfigyelése** során láthatjuk, hogy a gyermek képes fejét, törzsét és végtagjait az eldőlés megelőzésére használni, amikor mozgatható felületen (pl. nagy strandlabdán, egyensúlyozó deszkán, sarkainál kifeszített lepedőn vagy pléden, esetleg vízágyon) a hátán fekszik. A billentésnél a felül lévő karját és lábát oldalra kimozdítva megakadályozza, hogy leessen. Azt is láthatjuk, hogy alsó válla a mozgás legszélső pontjánál előre görbül. (7. ábra)



7. ÁBRA: EGYENSÚLY ELLENŐRZÉSE HÁTON, IDŐSEBB GYERMEKKEL – FIGYELJÜK MEG A FELFELÉ GÖRBÜLÉST!

Hogyan segítsük?

Úgy tanítsuk, mint az 1.15. készséget, de a gyermeket ne a hasára, hanem a hátára fektessük.

1.23. Mászik

A mászás fontos helyváltoztató mozgás a gyermek fejlődésében. Magasabb lépcsőfok a földről való felemelkedési törekvések sorában, a gyermeket körülvevő tér tovább bővül.

Elhajátításának feltétele a jó egyensúly, valamint az, hogy gyermek a karjain is meg tudja tartani testsúlya egy részét.

Hogyan segítsünk?

Hagyjuk a gyermeket minél több ideig a padlón játszani, így valószínűbb, hogy önállóan fog próbálkozni a mászással.

Ebben a szakaszban a gyermek már örömmel hintázik előre-hátra a mászó helyzetben (1.20.), ezért nem ismeretlen számára a testsúly két kézről, két lábra való átvitele. Már az egyik oldalról a másikra való átvitelt is gyakorolta – egyik térdéről a másikra, és egyik kezéről a másikra. Helyezzük négykézláb helyzetbe, és mögötte térdelve hintáztassuk egyik térdéről a másikra. Ebben a helyzetben az éppen tehermentesített térdét előre húzhatja a gyermek – ez a mászás kezdete.

Ugyanígy megsegíthetjük a testsúly egyik kézről másikra való áthelyezését. Ekkor elé térdeljünk, és finoman hintáztassuk egyik kezéről a másikra. Bátorítsuk arra, hogy mászó helyzetben kinyúljon, és megérintsen egy játékot, vagy játsszon vele. Jelentős ügyesség kell a két térdén és egy kézen való egyensúlyozáshoz, ezért mindig maradjunk a közelben, hogy ne üsse meg magát a gyermek, ha elveszíti az egyensúlyát. Az önálló próbálkozások során azonban fontos elem az egyensúly elvesztésének a megtapasztalása, hogy a gyermek kialakíthassa „kivédő”, kitámasztó mozdulatait.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Beszéljük át a szülőkkel a mindennapok gyakorlási helyeteit. Javasoljuk, hogy próbálják az egyre messzebb helyezett játékokkal mászásra készíteni a gyermeket. Másik remek motiváció lehet, ha a család „mászó” játékokat játszik.

A szabadban különböző felületeken próbálkozhat a gyermek (fű, homok, gumiszőnyeg), és nyáron gyakran legyen csupaszon, hogy egész testével érezze a felületeket. Próbálkozásait bővíthetjük akadályokon való átmászással, bár látható lesz, hogy a fejlődés bizonyos szintjén a gyermek magától nehezíti a helyzeteket, ha bátran kezdeményezhet, és szereti a kihívásokat.

Párnákból, vasalódeszkából, kanapénak támasztott fadarabból, babzsákokból, padlóra helyezett létrából, oldalára fordított dobozból, székből a szülők akadálypályát építhetnek. Az akadálypályán előre mászva, vagy testvérrel együtt játszva is csalogathatják a gyermeket.

1.24. Négykézláb helyzetből ülésbe vált, majd visszatér a négykézláb helyzethez

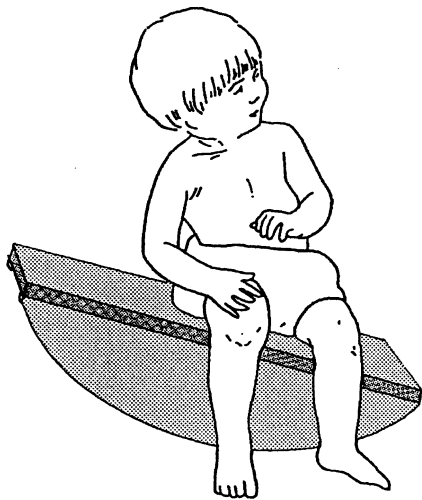
Újra a testsúly áthelyezése kerül a középpontba, miközben a gyermek négykézláb helyzetből, csípőjét elfordítva ülő helyzetbe vált. A készség **megfigyelésénél** láthatjuk, amint a gyermek teljesen egyenes ülő helyzetbe hozza magát, karját felnyomva addig, míg fel nem tudja emelni kezeit a padlóról, majd ebből a helyzetből törzsét elfordítva, kezeit a földre téve visszaereszkedik négykézláb helyzetbe. Ereszkedjünk le mászó pozícióba, és figyeljük meg, mi történik, miközben ülésbe váltunk.

Hogyan segítsünk?

Négykézláb helyzetből vezessük a gyermek medencéjét hátra, oldalra és lefelé, míg oldaluló helyzetbe nem kerül. Hagyjunk elég időt a gyermeknek, hogy kezeivel lépegessen a lábai felé. Ezután a kezeit törzsfordítás mellett a földre téve, ellentétes irányú mozgatással, óvatosan vezessük vissza négykézlábra. Mindkét iránynál hagyjuk egy ideig félig ülő helyzetben egyensúlyozni. Fokozatosan egyre kevesebb segítségre lesz szüksége.

1.25. Ülőhelyzetét stabilan megtartja

Mire a gyermek önállóan felül, az előző mozgások során elsajátította az ehhez a függőleges helyzethez szükséges alapokat. Ülőhelyzetben, felemelt fejjel, állát behúзва, egyenes háttal tartja magát. Ezt a helyzetet mobilán használja, testsúlyát áthelyezve különböző irányokba nyújtózik, képes törzsével elfordulni. Ha elmozdulása során elveszíti az egyensúlyát, kezével kitámasztva védekezik az eldőlés ellen. Mindezek a készségek nem alakulnak ki megfelelően, ha a gyermeket idő előtt ültetgetjük, a biztonságos, önálló mozgás örömetől fosztva meg.



8. ÁBRA: EGYENSÚLYOZÓ DESZKA HASZNÁLATA – FIGYELJÜK MEG, HOGY A GYERMEK NEM KAPASZKODIK

Hogyan segítsünk?

Fontos tehát, hogy az ülés ne legyen merev, a gyermek könnyedén ki tudjon mozdulni ebből a helyzetből. Több módot is felsorolunk arra, hogyan segíthetjük a gyermeket e készség teljes elsajátításában.

- Ültessük a gyermeket Bobath-labdára vagy egy nagy strandlabdára, és a combjait fogva lassan és finoman mozgassuk a labdát oldalra, előre és hátra, átlósan, körbe, és várjuk meg, hogy a gyermek korrigálja egyensúlyát.
- Ültessük a gyermeket egyensúlyozó deszkára, és lassan hintáztassuk egyik oldalról a másikra, mindig megvárva, hogy kiegyenesítse magát. Adjunk valamit a kezébe, hogy ne kapaszkodjon a deszkába. Ha már jól megy, próbáljuk meg motiválni, hogy önállóan, testsúlyáthelyezéssel mozgassa a deszkát. (8. ábra)
- Ültessük a gyermeket egy mérleghinta közepére, és billentsük őt oldalra. Aztán ültessük hosszában, előre és hátra. Most se kapaszkodjon! Játsszotereken biztonságos, többszemélyes mérleghinták közepén a családtagokkal együtt játékosan lehet gyakorolni, miközben a tempót is változtathatjuk.
- Ültessük a gyermeket behajlított térdünkre. Lassan emeljük meg az egyik térdünket, majd várjuk meg, míg törzsét, fejét visszahúzza a középvonal felé. Ezt végezhetjük úgy, hogy a földön ülünk behajlított vagy nyújtott lábakkal, és lábunk mozgásával billentjük

őt mindenféle irányba. Kezünkkel végig rögzítsük a combját. Ezeket a mozgásokat kezdetben lassan, szünetekkel végezzük, majd ha már jobban alkalmazkodik a gyermek, gyorsabban és folyamatosan is végezhetjük.

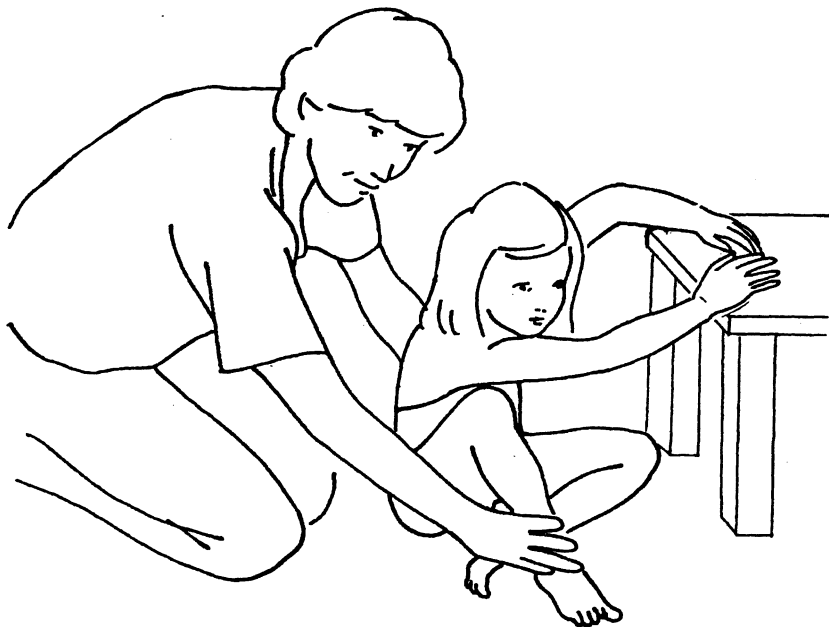
- Ültessük instabil felületekre a gyermeket, mint vízágy, ugráló asztal, gumimatrac, vastag szivacs, amelyen egyensúlyoznia kell, hogy megtartsa a helyzetét.

1.26. Állásba húzódkodik, lábát kiegyenesítve, kezével húzva

Újabb lépéshez értünk a felegyenesedési törekvések sorában. A gyermek világa tovább távolul, és lassan megteremtődnek a járás feltételei is. Lássuk a mozgulatsort. A gyermek bútorba vagy korlátba kapaszkodva mászó helyzetből térdelésbe húzódkodik, és megtartja a pozíciót, miközben fenekét felemeli a sarkáról. Ebből a helyzetből húzza fel magát állásba. (9. ábra)

Kezdetben esetenül próbálkozik, csípőjét előre dönti, hogy stabilizálja magát. Ahhoz, hogy felemelkedjen, erősen kell lefelé nyomnia a karjával, miközben mindkét térdét kiegyenesíti. Később már stabilan áll, csípője csaknem a törzse alatt van. Még nem képes a lábait oldalra mozdítani, de már nem merevek térdben, így behajlítva és kiegyenesítve térdét rugózni tud.

Figyelmeztetés: az alsó végtag fokozott tónusa esetén az állásba húzás ezen módja fokozza az izomtónus feszességét, és ha ez a mozdulat automatikussá válik, a későbbiekben már nehéz korrigálni. Később az 1.34. készségnél bemutatjuk, melyik felállási mód javasolt számukra.



9. ÁBRA: A GYERMEK SEGÍTÉSE ÁLLÁSBA HÚZÓDKODÁSNÁL

Hogyan segítsünk?

Ezt a készséget nem kell megtanítani. Amikor már rendelkezik a gyermek az ehhez szükséges alapokkal, önállóan fogja kezdeményezni a mozgást. Addig azonban nem szabad erőltetni.

1.27. Bútor mellett állva testsúlyát a lábain tartja

A gyermek már képes állni, testsúlyát a lábaira helyezve. **Figyeljük meg**, hogyan áll. Lábait kissé szétteszi, mivel így szélesebb alapon támaszkodhat, és ezzel növeli stabilitását, de mellét vagy karját már nem támasztja az asztalnak. Egyre stabilabban áll, és ekkor képes lesz arra, hogy egyik kezével elengedve a támaszt törzsét elfordítsa, és játéért nyúljon, vagy családtagjaira nézzen.

Hogyan segítsünk?

Ahhoz, hogy javítsuk a gyermek egyensúlyát, és felkészítsük az oldalazva járásra, állítsuk az ölünkbe fektetett gyűrődesházára. Fogjuk meg a kezét, hogy biztosan álljon, és finom mozdulatokkal felváltva emelgessük a térdünket, hogy a deszka megdőljön. Amikor növeljük a döntés mértékét, látnunk kell, hogy a felül lévő lábát behajlíja, és a testsúlyát a másik lábára viszi. Kezdetben csípőjénél irányítva segíthetjük e mozgás megérzésében, majd később kezeit fogva hagyjuk, hogy egyedül végezze.

Ahogy egyre biztosabb lesz ebben a gyakorlatban, vegyük el a deszkát, és állítsuk a babát az ölünkbe, és játsszunk vele az előzőeknek megfelelően. Ez mozgékonyabb felület, mint a merev deszka. Mindkét gyakorlatot először lassan végezzük, és fokozatosan növeljük a sebességet és a mozgás mértékét is. Fontos, hogy állás közben csípője egy vonalban legyen a testével; fenekét ne tolja ki hátra vagy oldalra.

Ha már jól megy ez a gyakorlat, játszhatunk a gyermekkel „kukucs-játékot” háta mögé állva, vagy egy játékot nyújtva készítsük arra, hogy törzsét elfordítsa. Kezdetben stabil, majd mozgó felületen is próbálhatjuk.

1.28. Oldalazva jár a bútorok körül

Elérkeztünk a járás első módjához, amikor a gyermek oldalazva megy a bútorok körül. Törzsével még a bútor felé fordul, nem néz arra, amerre megy. Súlyát egyik lábára helyezi, szabad lábát pedig oldalra teszi. Ezután testsúlyát átviszi a másik lábára, a terheletlen lábat hozzá zárja, és így halad körbe az asztal körül.

Hogyan segítsünk?

A testsúlyáthelyezést már gyakoroltuk az előző készség során. Ha ez már jól megy, akkor térhetünk rá a következő gyakorlatra.

A legtöbb esetben elég egy mellmagasságú támasz és egy távolabb elhelyezett játék ennek a készségnek a kialakításához, hiszen a testsúlyáthelyezést már különböző formákban gyako-

rolhatta a gyermek. Ha mégis szükséges, segítsünk neki egyet oldalra lépni, a kezét már magától tovább teszi. Biztassuk, hogy érje el a játékot, és ha sikerül, fejezzük ki örömünket. **A mozgást különféle támaszoknál gyakoroljuk, mint pl. kávéasztal, kanapé, fürdőkád széle.**

A következő erre épülő készség során a gyermek képes lesz félig a haladás irányába fordulni, amely már egy érettebb járó mozgás (a medence és a térdhajlat enyhén elfordul).

1.29. Ülésben hátrafelé kitámaszt

Ez az ülésben az utolsó kitámasztási készség, amikor a gyermek karját hátranyújtva letámaszkodik. Azért az utolsó, mert az előre és oldalra kitámasztás után fejlődik ki, és azokat a hátraeséseket kell megelőznie, amelyek elkerülhetetlenül megtörténnek, amikor a gyermek ülni tanul. **Figyeljük meg,** hogyan támaszkodik hátra a gyermek a karjaira, amikor ülő helyzetéből kibillentjük.

Hogyan segítsünk?

Azok a gyermekek, akik szabadon kísérleteznek az önálló mozgással, hamarabb elsajátítják ezt a készséget is.

A készség tanításához a legjobb pozíció a következő: Térdeljünk le a padlóra, üljünk a sarkunkra. A gyermeket szemben ültessük az ölnkbe. Törzse körül támasszuk, hogy biztonságban érezze magát. Most billentsük hátra hirtelen, hogy karjával hátulra kinyúljon és letámaszkodjon, hogy az eldőlést megakadályozza. Kis szögben elfordítva döntjük hátra, így megtanulja az átlós mozgást, és könnyebb is a feladat. Mindkét irányba gyakoroljuk. Minden próbálkozást dicsérjünk meg.

1.30. Állásból a padlóra ereszkedik, kezével bútorra támaszkodik

Kezetben előfordulhat, hogy a gyermek a bútorba kapaszkodva áll, és sír, mert nem tudja, hogyan engedje le magát a padlóra. A probléma megoldására tett első saját kísérletei általában úgy végződnek, hogy elengedi magát, és lezötyten a földre. Még nem tanulta meg állásban behajlítani a térdét, és súlyát tartva finoman leereszkedni a padlóra.

Amint a készség kialakult, a gyermek már képes irányított módon leereszkedni a padlóra. A lábizmok kontrollja javul, de kezét még mindig a bútoron kell tartania, hogy stabilizálja magát.

Hogyan segítsünk?

Állítsuk a gyermeket egy alacsony asztalhoz. Tegyük mögé párnát, vagy üljünk mögé. Helyezzünk a földre egy érdekes játékot, majd bátorítsuk arra, hogy a térdét hajlítva leüljön.

Ha nem képes behajlítani a térdét, fogjuk át a kezünkkel a combját a térde felett, és finoman hajlítsuk be helyette a térdeit, vagy próbáljuk finoman lefelé nyomni a csípőjét fogva.

1.31. Félíg térdelő helyzetből feláll, karját alig használva

A gyermek most már képes felállni lábaira súlyt helyezve, bár még karjait is használja az egyensúlyozás miatt. **Figyeljük meg, ahogy egyre jártasabb lesz ebben, egy előre megjósolható mozgássorozaton megy végig a felállásig:**

1. Térdelés.
2. Félíg térdelő helyzet.
3. Ahogy súlyát előre viszi, elöl lévő, behajlított lábára, és elkezd felállni, gyorsan előre hozza a hátsó lábát a másik mellé.
4. Innen két lábát egyszerre egyenesíti ki.

Hogyan segítsünk?

Mostanáig a gyermek lábai együtt mozogtak, amikor állásba húzta magát. Most meg kell tanulnia egyik lábát a másiktól függetlenül mozgatni, és ez a legtöbb gyermek számára nehéz.

Helyezzünk a gyermek mellé egy alacsony asztalkát vagy széket. Tegyünk egy érdekes játékot rá, és kérjük, hogy álljon fel. Ha a lábait egyszerre akarná maga alá húzni, az egyik lábszáránál tartva segítsünk különválasztani a mozgásukat.

Váltott oldalakon gyakoroljuk a felnyomást. Lehet, hogy az egyik lábával könnyebben végzi a feladatot, mint a másikkal. Ekkor a nehezebb oldalon kicsivel többet gyakoroljuk.

Oththon a szülők különböző helyzetekben gyakorolhatnak gyermekükkel, pl. a fürdőkád széle az egyik kedvelt gyakorlóhely, ahol a juttalom a bugyborékoló és habzó víz látványa.

1.32. Fal mentén oldalazva jár

Figyeljük meg a gyermek mozgását, amint már teljes testsúlyát a lábára veszi, és az egyensúlyozáshoz csak nyitott tenyerét használja támaszként függőleges felületen.

Hogyan segítsünk?

Tegyünk érdekes képeket a falra, a gyermek szemmagasságában. Állítsuk a gyermeket szembe a fallal, és biztassuk, hogy nézze meg a képet. Várjuk meg, lép-e egyedül (ekkor már magabiztosan kell járkálnia a bútorok körül). Ez a gyakorlat élvezetes lehet, ha egy testvér az üvegajtó mögött áll. A gyermek élvezni fogja, ha járás közben összenyomhatja vele az orrát az üvegen keresztül.

Fontos tudatosítani, hogy amíg a gyermek magától nem áll fel, nem szabad kezdeményezni a járásos gyakorlatokat, mert még nem rendelkezik az ehhez szükséges alapokkal.

2. Egyensúlyozás, járás, futás

A készségek ezen nagy csoportja a járást megalapozó készségek sorozatára épül, és a gyermeket elvezeti a folyamatos futásig és pontos egyensúlyozásig.

A jó egyensúlyozás a program *összes* nagymozgás-gyakorlatsorában fontos. Mindegyik mozgás megköveteli a testsúly áthelyezését – gondoljunk csak arra, mit csinálunk, amikor mászunk, ülésbe helyezkedünk vagy járunk. Az a gyermek, aki úgy tanult meg járni, hogy előtte nem fejlesztette ki a járást megalapozó jó egyensúlyi készségeket, bizonyos nehézségekkel fog szembekerülni, mozgása kivitelezése nem lesz megfelelő. Lehet, hogy széles alapon fog járni (az egyensúly megőrzése miatt), csúsztatja lábait helyett, hogy testsúlyát áthelyezné, vagy mereven jár, mint egy járóbaba, mert nem tanulta meg forgatni a testét. Testtartása is „hanyag” lehet, mert hasi és csípőizmai nem tartják medencéjét a megfelelő helyzetben, és álla előreugorhat, vállá görbe lehet, mert nem tanulta meg kontrollálni felsőtestét.

A gyermek testtartása fontos, de legalább ilyen fontos az is, hogy a mozgás élvezetes legyen számára. Ha jó az egyensúlya, akkor a mozgás valóban élménnyé válik. Magabiztosan vesz majd részt társaival a játékban, és nem fog attól rettegni, hogy feldöntik. Élvezni fogja a játszótéri eszközök és tornaszerek használatát, önálló, aktívan mozgó gyermekké válik.

Ha a gyermek már jár, akkor is érdemes ellenőrizni egyensúlyozását ülő testhelyzetben. Próbáljuk ki *saját* egyensúlyunkat is, például úgy, hogy megkérünk valakit, hogy toljon oldalra, amikor egy széken ülünk. Figyeljük meg, mi történik. Az egyensúly kibillenésére adott megfelelő válasz a következő:

1. Testsúlyunkat a rövidebb oldalra helyezzük.
2. Megnyújtjuk a súlyt tartó oldalunkat.
3. Megrövidítjük a súlyt nem tartó oldalunkat.
4. Elfordítjuk a felsőtestünket, hogy a súlyt tartó oldali vállunk előre fordul a súlyt nem tartó csípőnk felé.

Ha ezt a négy lépést nem tudnánk megtenni, elesnénk, és félnénk az oldal irányú mozgásoktól. Most pedig **figyeljük meg**, hogy ülésben mennyire tudja magát a gyermek egyensúlyozni.

Ha a legkisebb kétség merül fel bennünk a gyermek járást megalapozó egyensúlyi készségeivel kapcsolatban – feje és felsőteste irányítása, ülésben és mászásban a testsúly átvitele és teste forgatása –, az 1. fejezet készségeit újabb gyakorlatokkal bővíthetjük, mielőtt áttérnénk a 2. fejezet készségeire. Az egyensúlyozás a program minden készségében szerepet játszik.

Kiegészítő gyakorlatok

Legyen a gyermek gyakran mezítláb, kényelmes ruhában. Ha szükséges, a bokája tartása miatt konzultáljunk a gyermek ortopéd orvosával. A járógyakorlatoknál különféle felületeken gyakoroljunk (szőnyeg, PVC, beton, gumi, aszfalt és fű), mivel ezek a felületek mind másféle egyensúlyozást kívánnak meg.

A sorozaton kívül számos más olyan gyakorlat van, amellyel a gyermek egyensúlyozását és testtartását fejleszthetjük, a megfelelő izmok "csapatmunkáját" elősegíthetjük. A továbbiakban leírunk néhány ilyen gyakorlatot. Ezek a gyakorlatok rendkívül hasznosak, minden gyermek számára ajánljuk.

Gyűrődesszka-gyakorlatok

Ezek a gyakorlatok a gyermek felsőteste, csípő és térd körüli izmainak irányítását segítik. Állítsuk a gyermeket a combunkra helyezett gyűrődesszkára, vagy ahhoz hasonló tárgyra. A kezünkben tartsunk egy könyvet, hogy a gyermek tenyerével arra támaszkodva biztosítsa magát. Ekkor finoman és lassan egyenesítsük ki, majd hajlítsuk be egyik-másik térdünket, ezzel finoman billegtetjük a gyűrődesszkát. (10.A. ábra) Ha a gyermek nem tudja megtartani magát a könyvvel, fogjuk meg a csípőjénél vagy térdénél, amikor a gyűrődesszkát mozgatjuk.

Az legyen a célunk, hogy csökkentsük a segítséget, és fokozzuk a sebességet, ahogy a gyermek egyre jobban kontrollálja magát.

Ebben a gyakorlatban a gyermeknek a felső térdét be kell hajlítania. Bátorítsuk arra, hogy a gyűrődesszka mozgatása közben felső válla fölött nézzen maga mögé, így forgassa felsőtestét egyensúlyozás közben.

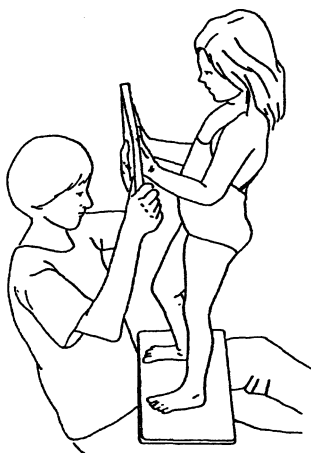
Faltámasztás-gyakorlatok

Ezek a gyakorlatok azt a célt szolgálják, hogy a gyermek csípő- és hasizmainak együttműködése kialakuljon, ami segít a helyes testtartás kialakításában.

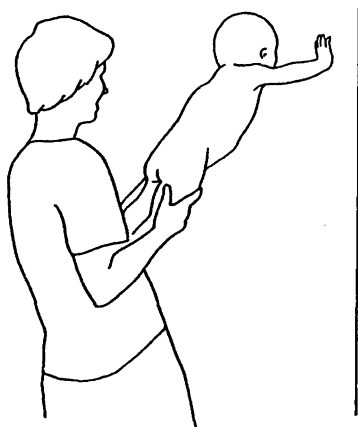
Kérjük meg a gyermeket, hogy előrenyújtott karral támaszkodjon a falnak. (10.B. ábra) teljesen érintkezzen a földdel vagy az asztallal. Testének egyenesnek kell maradnia, a fenékét nem tolhata ki. Érdeklődését fokozhatjuk, ha tükörrel vagy üveges ajtóval szemben állva végezzük a gyakorlatot.

Amíg a gyermek ebben a pozícióban van:

1. Medencéjénél támasszuk meg, és hintáztassuk előre és oldalirányban.
2. Bátorítsuk arra, hogy megfordulva ránk nézzen.



10.A. ÁBRA: GYÜRÖDESSZKA-GYAKORLATOK



10.B. ÁBRA: FALTÁMASZTÁS-GYAKORLATOK

3. Hintáztassuk, miközben egy kézzel a falnak támaszkodik, a másikban pedig játékot tart.
4. Hintáztassuk, mikor csak egy lábon áll.

Lépcsőn álló gyakorlatok

Ezek a gyakorlatok abban segítik a gyermeket, hogy csípőizmait irányítani tudja. Ezek az izmok segítik egyenesen állni egy lábon, és teszik majd lehetővé számára, hogy jól járjon, ugorjon, csússzon, másszon stb.

Állítsuk a gyermeket úgy, hogy egyik lába a földön, a másik egy alacsony lépcsőn, fakocán vagy telefonkönyvön legyen. Úgy is megoldhatjuk, ha leülünk a földre, és kinyújtjuk a lábunkat. Ekkor a gyermeket állítsuk a két lábunk közé, egyik lábát tegyük a combunkra.

A gyermek először valószínűleg mindegyik pozíciót nehéznek találja. Kis támaszt adjunk neki a csípőjénél és behajlított térdénél, és bátorítsuk szoborjátékra, vagy dalocskákkal tereljük el a figyelmét, hogy ne belénk kapaszkodjon (karok fent, karok kinyújtva, kéz a fejen stb.).

Amikor már segítség nélkül tudja megtartani ezt a helyzetet, finoman billentsük előre, hátra és mindkét oldalsó irányba, de ne annyira, hogy eldőljön. A helyzetet még nehezebbé tehetjük, ha behajlított térdét lassan körbemozgatjuk, és neki meg kell őriznie az egyensúlyát.

Az a célunk a gyermekkel, hogy egy lábon egyenes tartással tudjon állni. A lépcső csak azért kell, hogy egyensúlyt adjon neki, és a gyermeknek nem szabad fenekét hátra kinyomva előre dőlnie, vagy oldalra hajolnia.

Ugróasztal- (trambulin-) gyakorlatok

A kis ugróasztal ideális a gyakorlásra, hiszen rengeteg egyensúlyozást követel, ugyanakkor rendkívül szórakoztató.

A gyermeket állítsuk az ugróasztalra, és finoman nyomjuk le annak lapját oldalt, elöl és hátul. Tegyük labdát az ugróasztalra, és kérjük meg a gyermeket, hogy rúgja el. A labda valószínűleg mindig vissza fog gurulni hozzá, ami sok nevetés forrása lehet.

Ha biztonságosan áll az ugróasztalon, dobjunk hozzá labdát, és bátorítsuk, hogy dobja vissza nekünk. Dobás közben erősen kell a lábára támaszkodnia, hogy egyensúlyát megőrizze.

Az ugróasztalt óvatosan és mindig felügyelet mellett kell használni.

Billenődeszka-gyakorlatok

Ezek a billenő deszkák a gyermek egyensúlyi reflexeinek fejlesztésében hasznosak. Amikor már könnyedén egyensúlyoz az ölünkben (a gyűrődeszkán), mutassuk meg a gyermeknek a billenő deszkát. Ez egy sima lap alján két ívelt deszkával.

Tartsuk a deszkát, amíg a gyermek rááll, majd nagyon finoman mozgassuk egyik oldalról a másikra, először csak egy kicsit. A gyermek felül lévő lábát be kell, hogy hajlítsa. Ha ez sikerül neki, mozdítsuk el még jobban a deszkát, és hintáztassuk gyorsabban.

Amikor a gyermek már magabiztosan, segítség nélkül áll a deszkán, a nagyobb kihívás és mulatság kedvéért különböző játékokat próbáljunk ki vele, mint pl. labdadobás és -elkapás, kisebb labda visszaütése kis ütővel.

Ez a billenő deszka a fejlődés minden szintjén használható, a fekvéstől és üléstől kezdve a mászásig és állásig (mindig az adott testhelyzetben).

Libikókagyakorlatok

Ezek a gyakorlatok a gyermeknek abban segítenek, hogy megtanulja a térd körüli izmok finom irányítását, ami elengedhetetlenül szükséges a jól irányított járáshoz, és a nehezebb feladatot jelentő játékokhoz.

A gyermek álljon a libikóka közepére, fogjuk a kezét vagy csípőjét, és finoman hintáztassuk a libikókát fel és le, végül a gyermek képes lesz egyedül, segítség nélkül is végrehajtani ezt.

A gyermek menjen fel a libikóka egyik végétől a közepéig, különös figyelemmel a közepén, majd le a másik oldalon. Eleinte fogjuk a kezét.

A gyermek álljon terpeszben a libikóka közepén, és próbáljon meg onnan kiegyensúlyozni. Ha ez sikerül, próbáljuk meg, el tud-e kapni egy labdát, vagy ütővel visszaütni, miközben ott áll. (11.C. ábra)

Pallómászás-gyakorlatok

Ezek a gyakorlatok azoknak az izmoknak a mozgatására szolgálnak, amelyek a medencét tartják a megfelelő helyzetben. Ez a testtartás és az egyensúlyozás szempontjából is fontos.

Fontos, hogy négykézláb járás közben a gyermek térdé be legyen hajlítva. Minél meredekebb a palló, annál jobban kell dolgoznia, és annál jobban be kell hajlítania a térdét.

Támasszunk egy pallót (vasalódeszka is használható) egy alacsony faágnak vagy a kanapénak, és a gyermek négykézláb menjen fel és le rajta, többször. (10.C. ábra) Korábbi szakaszban felmászik, megfordul és lecsúszik a fenekén, későbbi szakaszban már fel- és lesétál – ez mindig egyszerű szórakozás.

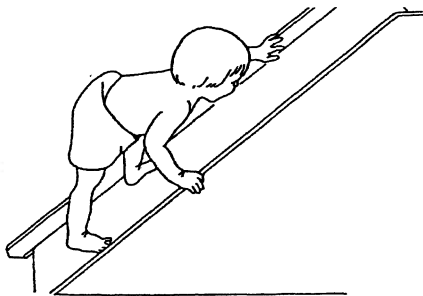
Létragyakorlatok

Ezek a fenti libikóka- és pallógyakorlatok variációi. Helyezzünk egy létrát a földre, és a gyermek másszon át a létrafokok között. (10.D. ábra) Amikor már képes rá, lépkedhet is a fokok között, vagy egyszerűen felmászhat a létrára. (11.A. ábra)

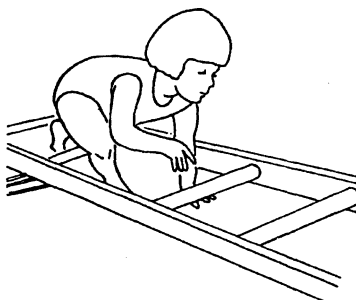
Ennek variációja a mozgó mászó létra, amit játszótérekben lehet kipróbálni. Ez már komoly egyensúlyozást igénylő mozgásos játék.

Rudas gyakorlatok

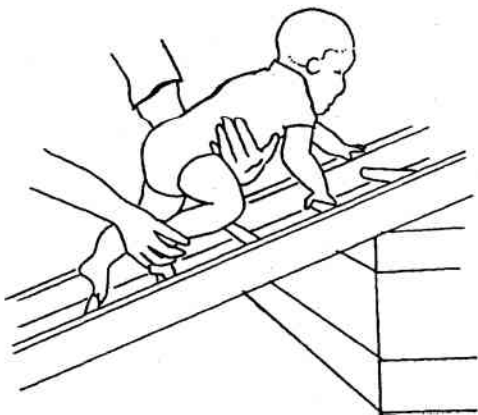
Ezek a gyakorlatok a hasi keresztizmokat és a hátsó csípőizmokat fejlesztik, melyek a testtartásban és az egyensúlyozásban játszanak szerepet.



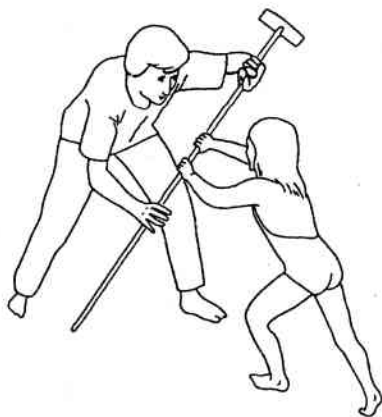
10.C. ÁBRA : PALLÓMÁSZÁS-GYAKORLATOK



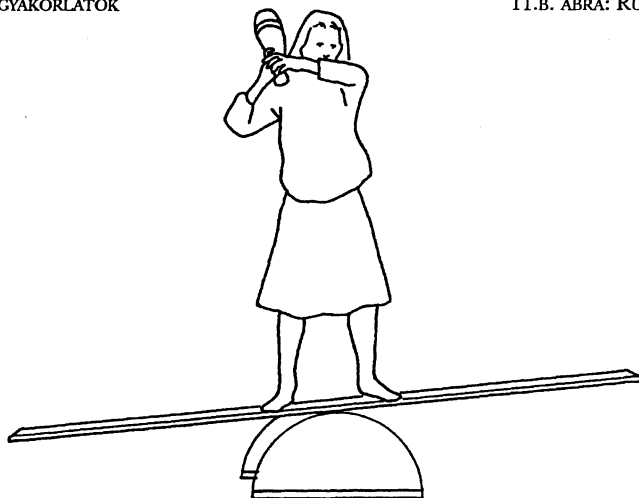
10.D. ÁBRA: LÉTRAGYAKORLATOK



11.A. ÁBRA: LÉTRAGYAKORLATOK



11.B. ÁBRA: RUDAS GYAKORLATOK



11.C. ÁBRA: HINTAGYAKORLATOK

Tartsunk a két kezünkben egy rudat. Álljunk a gyermekkel szembe, és kérjük meg, hogy nyomja a rudat olyan erősen, ahogyan csak bírja. (11.B. ábra) Most mozgassuk körbe – csavarjuk meg, vigyük oldalra, fel és le. Bátorítsuk arra, hogy erőfeszítése közben lába mozdulatlan maradjon, fenekét ne tolja ki. Ha mindezt szerepjátékba ágyazzuk („Ki az erősebb huszár?”), szívesebben végzi a feladatot.

Erről a sorozatról

A gyermek egyensúlyának fejlesztését nem csak specifikus gyakorlatokkal lehet segíteni. Amikor a gyermek kényelmetlen helyzetbe kerül, bátorítsuk arra, hogy magától találjon kiutat, ne segítsünk neki azonnal, csak akkor, amikor valóban szükséges.

Feltehetjük a kérdést, miért mindig csak az egyensúlyozásról beszélünk. Könnyű a járást tekinteni a végső célnak – minden gyakorlás legfőbb céljának. A szülők számára a járás az egyik legfontosabb és leglátványosabb mérőföldkő a gyermek mozgásfejlődésében. De nemcsak a járás ténye, hanem a „hogyan”-ja is fontos. Fontos abból a szempontból, hogy a gyermek képes legyen élvezni a mozgás adta örömeit, és fontos abból a szempontból is, ahogyan a gyermek másokra tekint, és – idővel – énképe szempontjából is. A gyermek jó minőségű járása függ az egyensúlyozási, rotációs (vagy csavarási) képességétől, a medence-, törzs- és nyakizmok fölötti uralmától, valamint attól, hogy magabiztosan néz szembe új kihívásokkal.

Ebben a feladatsorban sok készség szerepel, a gyermek azonban nem feltétlenül ebben a sorrendben sajátítja el őket.

A következőkben felsoroljuk a sorozatban szereplő összes készséget, az átlagos mozgásfejlődés aktuális időhatáraival:

12–15 hónapig

1. Bútorok között jár, a közöttük levő téren átkel.
2. Kiskocsit tolva jár.
3. Segítség nélkül térdel.
4. Tíz másodpercig egyedül áll.
5. Padlóról egyedül feláll.
6. Felemelt karral egyedül jár.

15–18 hónapig

7. Egyedül jár, karok szabadon és lazán.
8. Kerekcsjátékot zsinóron húz.
9. Lehajol, és padlóról tárgyat vesz fel.
10. Kis székről feláll.
11. Gyorsan jár, tekintete a talajon.

18 hónaptól 2 évig

12. Járás közben képes hirtelen megfordulni és megállni.
13. Segítséggel padlóra fektetett 30 cm széles pallón jár.
14. Kis székbe hátrál, vagy oldalazva becsúszik.

2–3 év

15. Nagy, 30 cm átmérőjű tárgyat visz.
16. Járás közben akadályokon átlép.
17. Két, egymástól 30 cm-re lévő párhuzamos vonal között jár.
18. Hátrafelé jár.
19. Egyensúlyvesztés nélkül guggol le játszani.
20. Kis székbe keze segítségével feláll.
21. Nagy játékokat tol és húz.
22. Egész talpon fut merev lábbal.
23. Egy lábbal a padon négy lépést tesz.
24. Lábujjhegyen áll.
25. Egy lábon három másodpercig áll.

26. Padlóra fektetett, 20 cm-es pallón váltott lábbal jár, segítség nélkül.

3–4 év

27. Nagy játékot húzva előre, hátra, oldalazva megy.

28. Lábujjhegyen 3 métert megy.

29. Tíz cm széles emelt pallón segítséggel jár.

30. Vékony vonalon segítség nélkül jár.

31. Egy lábon öt másodpercig egyensúlyozik.

32. Fut, megáll, bekanyarodik, akadályokat elkerüli.

33. Lábfej elülső részén fut, testsúly elől, váltott karral lendít.

2.1. Bútorok között jár, a közöttük levő téren átkel

A gyermek most már karját egyre kevésbé használja támasztásra álló helyzetben. **Figyeljük meg**, ahogy egyre bátrabban lépetet, elkezd megphódítani az üres tereket, kartávolságán kissé kívül eső mellmagasságú bútorokat vagy tárgyakat megfogva jár.

Hogyan segítsünk?

A gyermeknek nem lesz szüksége sok segítségre ennek a készségnek a megszerzésében, ha már fel van rá készülve. Ha még nem alakult ki ez a készség, lépünk vissza egy előző mozgásszinthez (1.32.).

Segíthetjük a gyermek kezét a következő támaszhoz vinni, és ha szükséges, irányítsuk csípőjéből a lábak mozgását. A fizikai segítséget a lehető leghamarabb meg kell vonni.

Amikor a gyermek kezdi érteni a dolgot, helyezzünk el több bútordarabot, egyenes vonalban vagy körben. Válasszunk nehezebb támaszokat, függőleges felületeket. A kertben számos lehetőség adódik a gyakorlásra (pl. talicska, hordó, fakerítés). A gyermek eleinte még visszatérhet a mászáshoz, de ahogy ügyesedik a járásban, kitartóan fog próbálkozni. Dicsérjük próbálkozásait, jó, ha látja, hogy örülünk sikerének.

A támaszok közötti területet fokozatosan növeljük, és még mielőtt észrevennénk, a gyermek már jár. Ezzel egy időben más járási és állási készségek kialakításában is segíthetünk a gyermeknek a sorozat 12–15 hónapos szintjéből.

2.2. Kiskocsit tolva jár

Ez a független járás felé tett újabb lépés. A gyermek még mindig támasz segítségével jár, de a támasz teljesen az ő ellenőrzése alatt van, és ha nem megfelelően használja, akkor nem támaszkodhat rá. A támaszt egy tömör fából készült kiskocsi – szükség esetén téglákkal nehezítve –, vagy erősebb babakocsi jelenti, melynek a fogantyúját fogva a gyermek képes előre menni a kocsit tolva. Meg kell tanulnia kontrollálni mozgását ahhoz, hogy megálljon vagy egyensúlyozzon, ha a kocsi túl gyorsan haladna.

Hogyan segítsünk?

Ha a gyermek az eddigi készségeket elsajátította, ezt nem kell tanítanunk neki. Ebben a készségben ujjainkat támasz gyanánt a talicska fogantyúja helyettesíti. A fogantyúnak éppen mellmagasság fölé kell érnie.

A gyermek kezével markolja meg a kocsi fogantyúját, közben térdeljünk a kocsi oldalánál, és fogjuk erősen, nehogy elguruljon. Amikor már a kocsit fogva ügyesen áll, gördítsük előre kb. 15 cm-t, és állítsuk meg. Ez a távolság már elegendő ahhoz, hogy egyensúlyából kibillentve, előre dőlve a gyermek kissé kényelmetlenül érezze magát. Ha nem lép automatikusan előre, mondjuk neki, hogy lépjen. Ha kérésre nem teszi, kezünkkel segítsünk előrébb tenni a lábát. Csúszásmentes felületen gyakoroljunk, szőnyegen, fűvön. Idővel a gyermek megkísérli önállóan irányítani a kocsit.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Ha a gyermek már tudja irányítani a kocsit, adjunk a szülőknek újabb ötleteket. Tegyenek a kocsiba nehezeknek telefonkönyveket vagy téglákat. Szívesen teszik a gyermekek a kocsiba kedvenc babájukat is. Még izgalmasabbá tehetjük a játékot, ha másik gyermeket ültetnek a kocsiba (felügyelet mellett). Legyenek a közelben, hogy megállítsák, ha a kocsi kiszaladna a gyermek irányítása alól, és hogy megelőzzék a sérüléseket. Ne óvják azonban őt attól, hogy egyensúlyából kibillenne időnként elessen, hiszen így tapasztalja meg saját mozgását, és felállás után módosítani tudja azt.

Bevásárláskor kis segítséggel önállóan is tolhat a gyermek megfelelő méretű kocsit, kisebb feladatot is bízhatnak rá, ami önállósága szempontjából is fontos lehet.

Erős, stabil és széles fogantyújú kocsit válasszanak. Ha a fogantyú túl magas, zavarhatja a gyermek mozgását, esetleg szájába is veheti. Ha túl alacsony, könnyen felbillenhet.

2.3. Segítség nélkül térdel

A gyermek már megtanulta felvenni ezt a helyzetet, fel tud állni, vagy éppen le tud ülni a térdelő pozícióból. Mostanra jók az egyensúlyi reflexei az állás kivételével minden pozícióban. Felsőtestét is jól tudja irányítani, törzsét és csípőjét együtt tudja használni, ami lehetővé teszi számára a térdelőhelyzet stabil fenntartását hosszabb ideig. Eleinte egy kézzel megtámaszthatja magát egy alacsony támasznál, vagy rövid időre mellével a támasznak dőlhet. Később támaszték nélkül is fenn tudja tartani ezt a helyzetet.

Hogyan segítsünk?

A gyermek játékait tegyük alacsony támaszra (kisasztal, babaház), és bátorítsuk arra, hogy térdeljen fel, és ebben a helyzetben játsszon.

Képesnek kell lennie oldalra lehajolni, hogy a leesett játékokat felvegye a földről. Ebben úgy segíthetünk neki, hogy csípőjénél megtámasztjuk. Fokozatosan szüntessük meg a segítséget. Ha a támasztékkal már biztosan megtartja magát térdelőhelyzetben, próbáljuk meg anélkül, egy érdekes játékot magasra tartva. Jó helyzet lehet a fürdőkád peremére

elhelyezni játékokat, pl. tapadókoronggal rögzítve, azonban a kád aljára mindig helyezzünk csúszásgátlót, és ne hagyjuk felügyelet nélkül a gyermeket.

2.4. Tíz másodpercre egyedül áll

A biztos járás elsajátításához szükséges az a készség, amelynek segítségével a gyermek támasz nélkül egyensúlyoz, két lábon állva. Ahhoz, hogy a gyermek ki tudja alakítani a megfelelő kontrollt, és járása stabilá váljon, ez a készség elengedhetetlen.

Hogyan segítsünk?

Ha a gyermek még bizonytalan a csípője körül, és az ezt megelőző készségeket jól elsajátította, gyakoroljuk vele az állást játékosan, de még ne várjuk tőle, hogy magától megálljon. A bevezetésben említett egyensúlyozó feladatok közül a gyűrődieszka-gyakorlatokat tekintsük át, és azokkal fejlesszük a gyermek egyensúlyát, csípőjénél megtámasztva. Tekintsük át a falnak támasztó gyakorlatokat is, hogy a gyermek megtanulja kontrollálni, irányítani csípő- és hasizmait, amelyeknek együtt kell dolgozniuk, hogy a csípő jól irányítható legyen.

Előfordulhat, hogy a gyermek egy-egy pillanatra elengedi a támasztékot játék közben. Gyakran csodálkozó az arckifejezése, amikor észreveszi, hogy önállóan áll: rendszerint hirtelen éri az élmény, és azonnal felborul.

2.5. Padlóról egyedül feláll

Ahhoz, hogy a gyermek teljesen önállóan tudjon járni, fel kell tudnia állni a padlóról támasz nélkül. **Figyeljük meg**, hogyan áll fel, ha egy érdekes tárggyal ösztönözzük. Gyakran maga a felállás mozgulata jelent motivációt neki, és addig próbálkozik, amíg sikerül.

Hogyan segítsünk?

Ennek a készségnek a megtanulása több lépcsőből áll. Az első, hogy magabiztos legyen a guggoló helyzetben.

Térdeljünk a padlóra, és guggoltassuk a gyermeket két térdünk közé, nekünk háttal. Kezünket tegyük a térdére, térdünket pedig tartsuk közel a csípőjéhez, nehogy eldőljön. A gyermek térdjei és lábai ne legyenek összezárva. Tegyük könyvet vagy egy érdekes játékot a gyermek elé a padlóra. Ezután döntsük a gyermeket előre, hogy a kezére támaszkodjon, testsúlyát kezén és behajlított lábán tartsa. Ezután húzzuk vissza guggoló helyzetbe. Hintáztassuk a két pozíció között, és tegyük szórakoztatóvá a tevékenységet énekléssel, beszélgetéssel.

Kérjük meg, hogy ebből a guggoló pozícióból álljon fel. Fontos, hogy közben ne támaszkodjon nekünk, súlypontjának elől kell lennie. Ha nem megy neki a felállás anélkül, hogy hátrafele nyomna, egyik alkarunkat tegyük keresztül a mellén a karja alá, a másikat pedig a térdére. Térdeit lefelé nyomva a melle előtt lévő karunkkal irányítsuk felfelé. Fontos,

hogy a gyermek térdeit nem szabad túlfeszíteni, csak a mozgást vezessük, irányítsuk. Mondókéval ezt a gyakorlatot is szórakoztatóvá tehetjük.

Ahogy a leülésnél gyakoroltuk, hüvelykujjunkkal hajlítsuk be a térdét, és segítsünk neki fokozatosan visszahelyezkedni guggolásba. Ezt sokszor ismételjük meg, míg magabiztosan nem megy a guggolásból felállás és visszatérés guggolásba, de csak olyankor, ha a gyermeknek kedve van ehhez. Nem történhet a mozgítás akarata ellenére.

A készség megtanulásának utolsó lépcsője a korábban begyakorolt készségek kombinálása. Guggoló helyzetből billentsük előre, hogy kezein támaszkodjon, majd súlyát helyezzük a lábára, hogy kezei még érintsék a padlót, és kérjük meg, hogy álljon fel. Kezével addig kell érintenie a padlót, amíg lábát csaknem teljesen kiegyenesíti; ekkor segítsünk neki a felegyenesedésben úgy, hogy hátulról finoman megérintjük a vállánál. Lehet, hogy könnyebbnek találja, ha törzsét kissé elfordítja, és így egyik keze a padlón marad, ellentétes válla viszont felemelkedik. Amikor már eléggé kiegyensúlyozta magát, fel tudja emelni a másik kezét is. Eleinte segítenünk kell egyik kezünket a csípőjére téve, hogy ne bukjon előre, és másik kezünket az ellentétes vállára téve, hogy segítsünk neki kiegyenesedni.

2.6. Felemelt karral egyedül jár

Minden szülő arra vágyik, hogy lássa gyermekét önállóan járni.

Figyeljük meg, ahogyan a gyermek először széles alapon, magasra emelt karokkal jár, hogy törzse stabilitását megőrizze, és gyorsan mozog, mert nem rendelkezik még a megfelelő kontrollal vagy egyensúllyal ahhoz, hogy lassan járjon.

Hogyan segítsünk?

Sok gyermek fizikailag képes ugyan járni, de nincs elég önbizalma ahhoz, hogy elkezdje. Az egyetlen megoldás a gyakorlás. Ezen a szinten gyakorol, hogy a gyermek – bár önállóan is próbálkozik – nyújta felénk a karját, hogy segítsünk.

1. módszer

Amikor a gyermek már felszabadultan jár kézen fogva, kezdjük el a csuklója fölött fogni, hogy ne kapaszkodjon a kezünkbe. Ez fokozatosan leszoktatja őt arról, hogy azt gondolja, járás előtt mindig bele kell kapaszkodnia valamibe. Ahogy növekszik az önbizalma, úgy csökkentjük a fogás erejét, és hagyjuk, hogy karja járás közben mozogjon, ne tartsuk mereven.

2. módszer

Gyakoroljuk a járást két ember között. Egymástól kis távolságra térdeljünk le. A gyermeket állítsuk háttal magunk elé. Adjunk neki időt arra, hogy állásban kiegyensúlyozza magát, majd mondjuk neki, például, hogy „Menj a mamához!” vagy „Ki jön az én házámba?”. Amikor a másik személyhez ér, az jutalmazza nagy öleléssel, majd küldje vissza hozzánk. Ezt addig ismételjük, míg megérti, hogy nem üti meg magát, és önbizalma fokozatosan annyira megnő, hogy már segítség nélkül is megtesz néhány lépést. Elég motiváció lehet, ha látja a gyermek örömeinket, büszkeségünket, és érzi ölelésünket.

Amikor a gyermek már elég magabiztos ahhoz, hogy egyedül is megtegyen egy-két lépést, biztassuk, hogy több lépést is megtegyen anélkül, hogy eldőlné.

Ezért a hangsúly most az egy-két gyors lépés megtételére való bátorításról arra helyeződik, hogy képes legyen egy vagy két lépést megtenni, majd megállni, és visszaszerezni az egyensúlyát a következő lépések megtétele előtt. Hívjuk a gyermeket a szoba közepére, és kérjük meg arra, hogy menjen oda valahova, ugyanakkor mondjuk neki, hogy „lassan”. Két vagy három lépés után finoman érintsük meg egyszerre a mellét és a hátát (elég egy-egy ujjal hozzáérni), hogy megálljon. Adjunk neki időt arra, hogy visszaszerezze egyensúlyát, majd engedjük ismét két-három lépést megtenni. Dicsérjük meg, ha sikerrel jár. Adjunk meg neki minden lehetőséget arra, hogy a támasz nélkül való járással kísérletezzon. Ha megáll néhány lépésnyire az asztaltól vagy ágytól, bátorítsuk arra, hogy odamenjen. Rengeteg alkalmat adjunk neki a szabadban való járkálásra. Minél többféle talajtípussal ismerkedik meg, annál jobb. Mutassunk neki egyenetlen és lejtős felületeket, puha felületeket, mint pl. a homok. A gyermekek szeretnek puha szivacson, ágyon járkálni.

2.7. Egyedül jár, karok szabadon és lazán

Ahogy a gyermek egyre jobban irányítja járását, kezd keskenyebb alapon járni, karjai lejjebb kerülnek, és szabadon mozognak járás közben. A szükséges kontrollt a gyermek gyakorlás révén szerzi meg.

2.8. Kerekas játékot zsinóron húz

Ez a készség jól fejlett egyensúlyérzékelt kíván, hiszen járás közben – a játék helyzetétől függően – a hátrafordulást vagy a hátralépést is meg kell tanulnia a gyermeknek.

Hogyan segítsünk?

Először egy olyan játékot (pl. guruló kacska vagy kutya) kell találnunk, amely különösen vonzó a gyermek számára. Adjunk neki esélyt arra, hogy rájőjjön a húzó mozgatra, de ha szükséges, be kell mutatnunk, hogyan működik. Járás közben adjuk kezébe a zsinórt, és a játékot húzva menjünk vele előre. Amikor a játék gurulni kezd, a gyermek valószínűleg megáll, hogy nézhesse, ekkor biztassuk, hogy húzza tovább. Fokozatosan megérti majd a játékkal való sétát. Eleinte válasszunk egyenletes felületet, majd egyenetlen felületen próbálkozva kombináljuk ezt a játékot a guggolással, felállással. Ha eldől a játék, csak akkor húzhatja tovább a gyermek, ha felállítja. Hívjuk fel rá a figyelmét szavakkal is: „Nézd, eldőlt a kacska! Segíts felállítani!” Kezdetben mutassuk be neki a mozgulatot, és dicsérjük meg, ha próbálkozik.

2.9. Lehajol, és padlóról tárgyat vesz fel

A járás teljes funkciója addig korlátozott marad, míg a gyermek nem képes megállni, lehajolni vagy leguggolni, és felvenni egy tárgyat a padlóról, majd ismét kiegyenesedni – mindezt

segítség nélkül. Amíg erre nem képes, minden alkalommal le kell ülnie, amikor leejt valamit, vagy valami érdekeset vesz észre a földön, hogy visszaszerezze, illetve felfedezze azt.

Hogyan segítsünk?

Ezt a készséget a 2.5. (Padlóról egyedül feláll) pontban leírt technikával taníthatjuk. Most a gyermeknek a játék súlyát kell felemelnie, ezért súlypontja még hátrább kell, hogy elhelyezkedjen a lába fölött, amikor feláll. Úgy segíthetjük, hogy felállás közben két kézzel megfogjuk a csípőjénél, hogy a sarkára biztonsággal visszahelyezkedjen. Kezdetben olyan könnyű játékot keressünk, amit egy kezében meg tud tartani, hogy másik kezével a padlóra támaszkodva segíthesse magát a felegyenesedésben. A játéknak elég kicsinek is kell lennie ahhoz, hogy egy kezével megfoghassa. Ezt a könnyű, kis játékot addig használjuk, amíg a segítségünk nélkül fel nem tud állni. Amikor ez már sikerül, válasszunk nehezebb játékot, de ez is olyan legyen, amit egy kézzel meg tud fogni. Értjük el az önálló mozgulatsort, mielőtt olyan játékot adnánk neki, ami könnyű ugyan, de két kézzel kell megfogni, mint pl. egy léggömb.

Eleinte segítenünk kell a gyermeknek, hogy keze használata nélkül felegyenesedjen. Guggoló helyzetében a csípőjére tett kezünkkel stabilizáljuk, mielőtt felállna. Fokozatosan csökkentsük a segítséget, míg önállóan el nem tudja végezni a gyakorlatot.

Javasoljuk a szülőknek, hogy házimunkával kapcsolják össze a gyakorlást, pl. kérjék meg a gyermeket, hogy a földre hullott gyümölcsöt szedje a kosárba, vagy a nedves ruháért kell lehajolnia teregetés közben.

2.10. Kis székről feláll

A 2.5. készséghez (Padlóról egyedül feláll) hasonlóan ez a mozgás is jó törzs- és csípőkontrollt kíván.

Hogyan segítsünk?

A 2.5. készségnél leírtakhoz hasonlóan a gyermeknek meg kell tanulnia biztonsággal előrehajolni. Kezdetben engedjük, hogy fogja a kezünket, és irányítsuk a felállásban. Amikor kezd megérezni, csökkentsük a segítséget.

Ültessük a gyermeket kis székre, hogy asztal mellett játsszon. Miután befejezte a játékot, a felállásnál támaszkodhat az asztalra. Olyan széket válasszunk, amelyben ülve a gyermek talpa leér a földre, derékszögben hajlított térd mellett. Amikor feláll, lábait kissé a szék alá húzza (figyeljük meg, mi is így állunk fel). A szék ülése lapos legyen, mert a hátradőlés nem a legjobb pozíció a gyermek medencéjének. Legyenek olyan tevékenységek, melyeket asztalnál végeznek együtt a szülővel, pl. rajzolás, gyurmázás, de a szabad mozgás gyakorlásának ez ne szabjon határt.

2.11. Gyorsan jár, tekintete a talajon

A gyermek első kísérlete a futásra valójában sietős járás. A futásnál azonban megfigyelhető egy olyan fázis, amikor egyik láb sem éri a földet. Itt éppen ez a szakasz hiányzik még, ezért inkább gyors járásról beszélünk.

Figyeljük meg, hogy a gyermek nagy erőfeszítést tesz, amikor futni próbál. Testét mereven, egyenesen tartja, így próbálja stabilizálni magát. Ez a készség minden figyelmét leköti – még a szemére is szüksége van. Tekintetét a földre szögezi, erősen koncentrálni arra, hogy merre megy.

Hogyan segítsünk?

Ez a készség együtt fejlődik a gyermek általános mozgásával. A futásra bátorításnak legjobb módja, ha mi magunk is részt veszünk a futkározós játékokban a gyermekkel együtt. A valódi futást (2.22.) csak fokozatosan lehet elérni. Segíthet, ha kezdetben vízszintes felületen gyakoroljuk (pl. labdagurítással), majd lejtős felülettel nehezítjük a mozgást (pl. a leguruló lufit, labdát követve).

2.12. Járás közben képes hirtelen megfordulni és megállni

Amikor a gyermek már képes sétálgatni, képessé válik járását kontrollálni. Életét állandóan veszélyek nehezítenék, ha nem tudna megállni egy akadály előtt, vagy befordulni egy éles sarkon. Tudnia kell járását teljes mértékben kontrollálni – nem csak „súlypontját üldözni” –, hogy egyenesen állva maradjon.

Hogyan segítsünk?

Ez a készség a járás kontrollálásával együtt alakul ki. Ha a gyermeknek nehézségei vannak, próbáljunk meg néhány egyensúlyozási gyakorlatot, melyeket e sorozat bevezetésében írtunk le.

2.13. Segítséggel padlóra fektetett 30 cm széles pallón jár

Ez a készség a járáshoz használt alapot, mozgásteret szűkíti, ezért az egyensúlyozási készségek érettségét követeli meg. A készség **megfigyelése során** állítsuk a gyermeket egy 30 cm széles, 3 méter hosszú pallóra, mely vízszintes felszínre van fektetve. Fogjuk meg a kezét, és menjünk mellette, amikor a pallón jár. A készség kialakult, ha lábát a pallóra helyezi, és egyensúlya elvesztése nélkül végigmegy rajta.

Hogyan segítsünk?

A gyakorlást olyan pallón kezdjük, amelyik alig keskenyebb a gyermek normál lépésénél. Jó, ha időt biztosítunk a palló „felfedezésére”, azaz figyeljük meg a gyermekkel együtt, hogy milyen hosszú és keskeny, milyen a tapintása, felülete stb. Ha a gyermek kellően érdeklődő,

akkor kezdetjük a gyakorlást. A gyermek legyen mezítláb, és fogjuk mindkét kezét, miközben segítjük őt. A pallónak elég keskenynek kell lennie ahhoz, hogy a gyermek járás közben lábával érezze a szélét, így tudatában legyen annak, hogy le fog esni, ha nem ügyel a lépésre. Vannak gyerekek, akiket nem zavar a palló vastagságából adódó szintkülönbség, ezért meg sem próbálnak a pallón maradni. Ilyen esetben tegyünk egy-egy téglát a palló két vége alá, hogy magasabbra kerüljön. Ekkor a gyermek jobban meggondolja, hova lép. Ha van még egy pallónk, és 4 centiméteres oldalakat tudunk hozzátenni, az gyakran sikert eredményez, mert a gyerekek sokkal magabiztosabbnak érzik így magukat. Ahogy a gyermek már nagyobb önbizalommal lép, csak egyik kezénél támogassuk. Mindig mondjuk neki, hogy „óvatosan lépj!”, és hol az egyik, hol a másik kezét fogjuk. Az utcán járva keressük a lehetőséget a gyakorlásra: kőkerítések, medencék széle, homokozók pereme, fagerendákból ácsolt mászókaták (a megfelelő elővigyázatosság mellett) mind szórakoztatóbbá teszik a készség gyakorlását, és ösztönzést jelentenek a gyermek számára.

2.14. Kis székbe hátrál, vagy oldalazva becsúszik

Ez a készség nagy előrelépést jelent az önálló étkezés és a csoportos játéktevékenység felé. A készség kialakult, mikor a gyermek a székekkel szemben vagy a szék oldalához állítva segítség nélkül leül a székbe, akár behátrálva, akár beleoldalazva.

Hogyan segítsünk?

Adjunk több értelmet a gyakorlásnak azzal, hogy a széket egy asztal mellé állítjuk. Ebben a szakaszban a gyermek már valószínűleg a szülő után mászik a különböző bútorokra, hogy mellé üljön, és hozzászokott ahhoz, hogy egyik térdét behajlítva feltegye oda, ahova fel akar mászni. Ha nem így volna, először bátorítsuk erre: amikor a kanapén ülünk, ő pedig velünk szemben áll, segítsünk neki feltenni térdét a kanapéra és körbefordulni, hogy mellénk üljön. Gyakran ez az első módszer, amellyel a gyermek felmászik egy székre, de egy gyerekszéken sokkal pontosabbnak kell lennie, mivel az ülés felülete sokkal kisebb.

Amikor a gyermek először gyakorolja a felülést, a széket támasszuk a falnak, nehogy hátrabilenjen. Ha a szék egy kicsit magas neki, tegyünk elé sámlit, majd mutassuk meg, hogyan tegye egyik lábát erre a sámlira, majd nyomja fel magát a székre. A szék mellé odatett asztalka további támaszt adhat a gyermeknek. Segítsünk megtanulni a szék megközelítését oldalról is.

Bátorítani kell arra, hogy minden lehetséges alkalommal ő próbáljon leülni egy székbe; ne mi ültessük le csak azért, hogy az idővel takarékoskodjunk. Fejezzük ki örömünket minden próbálkozásánál.

2.15. Nagy, 30 cm átmérőjű tárgyat visz

Ez szintén olyan egyensúlyi készség, amely kissé elmozdított súlypontot kíván, mivel a tartott tárgy súlyának ellensúlyozására a gyermek súlypontja hátrább kerül. A készség kialakult, ha egy kb. 30 cm átmérőjű vagy szélességű labdát vagy dobozt adva a gyermek kezébe segítség és egyensúlyvesztés nélkül legalább 3 méteren át viszi.

Hogyan segítsünk?

A gyakorlást kezdjük egy léggömbbel vagy olyan hasonlóan könnyű tárggyal, amit két kézzel kell tartani. Bátorítsuk arra, hogy eleinte néhány lépés távolságból vigye oda azt a mamának, majd fokozatosan egyre messzebből. Addig ne próbáljuk növelni a tárgy súlyát, míg a gyermek nem képes magabiztosan megtenni bizonyos távolságot úgy, hogy két kezében tartja a tárgyat. A két kézzel való tartás azt jelenti, hogy karjával nem tud egyensúlyozni, ezért egyenletes felületen gyakoroljunk, ahol magabiztosan jár. Ha elejti a tárgyat, kérjük, hogy vegye fel, és menjen vele tovább.

Otthon különféle tárgyakat használhatnak a szülők a készség gyakorlásához, de mindig legyen célja a mozgásnak, mint pl. „Vidd oda a mamának a söprűt!” (ha tényleg takarítani szeretne), vagy „Add oda papának az újságot!” (ha valóban olvasni fog), vagy “Tedd a macit az ágyra!” (rendrakásnál). Ez jó lehetőség a mozgásba ágyazott beszédmegértés gyakorlására is. Mindig dicsérjük meg, vagy köszönjük meg, ha kérésünket teljesíti.

2.16. Járás közben akadályokon átlép

Ez a készség rendkívül fontos a funkcionális járáshoz. A gyermek számára nagyon kényelmetlen lenne, ha jártában minden akadály (küszöb, kockák, dobozok stb.) előtt le kellene guggolnia, és rajta átmásznia. A készséget akkor sajátította el a gyermek, ha járás közben egyensúlya elvesztése nélkül át tud lépni az akadályok fölött.

Hogyan segítsünk?

Ez számos készség – köztük a 3. sorozat készségeinek – kombinációja. Ha még nem kezdtük el a 3. sorozatot, most végezzük ezzel a gyakorlattal párhuzamosan. Ugyanakkor adjunk minden nap lehetőséget a gyermeknek, hogy gyakorolja az akadályok fölött való átlépést. Ez a készség jó egyensúlyt kíván, ezért ha a gyermek leteszi kezét a földre, amikor egy akadályhoz ér, menjünk vissza az 1. sorozat egyensúlygyakorlataihoz, majd arról is győződjünk meg, hogy a 2. sorozat elején lévő gyakorlatokat is el tudja-e végezni.

2.17. Két, egymástól 30 cm-re lévő párhuzamos vonal között jár

Ez a tevékenység a 2.13. készséget bővíti (a gyermek segítséggel pallón jár), kiiktatva a szintkülönbséget. Ez a gyermeket a járás kontrolljának kialakításában segíti, bátorítja a keskeny alapú járásra, és felkészíti őt a sorozatban következő, padon/gerendán végzett tevékenységeire. Akkor sajátította el a készséget a gyermek, ha 3 méteren keresztül sétál a vonalak között.

Hogyan segítsünk?

Legyen a gyermeknek elegendő alkalm a gyakorlásra. Eleinte kezdetünk rövidebb szakaszokkal. A fent leírt „járó utat” könnyen „akadálypályává” alakíthatjuk, így a vonalak

közötti járást egyszerre gyakorolhatja az akadályok fölötti átlépéssel, a megállással és megfordulással. Jó játék lehet a szerepjátékba ágyazott akadálypálya végigjárása (pl. az akadályok legyőzésével a sárkány hatalma megszűnik, és a bajnok „koronát” kap), ami érdekesebb, ha több gyermek játssza. Lehet a két kötél között egy képzeletbeli híd is, amin áthaladva a többi gyermek örömmel ünnepel.

2.18. Hátrafelé jár

A hátrafelé lépés fontos egyensúlyi reakció. Eleinte a gyermek a fenekére huppan, amikor hátrabillentük, és nem lép hátra, hogy visszanyerje az egyensúlyát. Amíg nem képes hátrafelé lépni, álló és járási egyensúlya bizonytalan marad. Ezt a készséget a gyerekek játék közben is sokat használják. A készség kialakult, ha a gyermek képes legalább 3 métert hátrafelé menni.

Hogyan segítsünk?

Először mutassuk be, és szóval is mondjuk el a játékot, hogy ne tartsa öncélúnak, amit kérünk tőle (pl. „Nézd, most viccesen fogok menni! Te is próbáld ki!”). Várjuk meg, míg önállóan próbálkozik. Ha nem sikerül, játék közben álljunk a gyermek elé, és finoman billentsük meg a mellén vagy vállán. Ettől súlypontja hátrébb kerül, és arra készíti, hogy hátralepjen. Maradjunk továbbra is közvetlenül előtte, és a fent leírt módon készítsük a hátralépésre.

Másik módszer a készség gyakorlására, ha a gyermek mögé állunk, és a vállánál tartjuk. Döntsük hátra magunk felé, és tartsuk kényelmetlenül kibillentett helyzetben addig, amíg hátra nem lép. Mielőtt dönteni kezdjük, mondjuk neki: „Te leszel a torony. Vigyázz, mindjárt eldöntöm a tornyot! Próbáld megtartani!” Pihenés közben cseréljük ki a szerepeket. Mint a legtöbb készség esetében, itt is jobb kevesebbet többször, mint hosszabb ideig folyamatosan gyakorolni. A gyakorlás játék során kapjon értelmet. A gyermeknek a kerekés játék használata is könnyebb lesz, ha megtanul hátra lépni, ahogy a játékot maga felé húzza.

Erre a készségre épül a 2.21. (Nagy játékokat tol és húz) készség.

2.19. Egyensúlyvesztés nélkül guggol le játszani

A legtöbb gyerek szeret guggolva játszani. Ezt a pozíciót érdemes bátorítani, hiszen nagyon jó hatással van az egyensúlyra, és elősegíti a jó medencetartást. **Figyeljük meg** a gyermek testtartását guggolás közben.

Hogyan segítsünk?

Eddig csak átmeneti, ideiglenes pozícióként használta a gyermek a guggoló testhelyzetet, még nem tartja meg hosszasan.

A gyakorlás ne legyen erőltetett, öncélú, kapcsolódjon egy-egy közösen végzett tevékenységhez (pl. aszfaltra rajzolás, fiók kihúzása, söprésnél a lapát tartása). Először mondjuk el a gyermeknek, hogy mi következik, és mutassuk be a hozzá kapcsolódó mozgást. „Gyere,

rajzolk neked egy babát a földre!”, és leguggolunk. A már guggoló gyermeknek adunk egy kis támaszt, és segítünk neki egyre hosszabb időszakokat játszani ebben a helyzetben. Amikor már öt percig tud segítséggel guggolni, kezdjük el csökkenteni a támogatást, míg egyedül nem guggol.

2.20. Kis székből keze segítségével nélkül feláll

Ez a 2.10. (Kis székről feláll) készség magasabb foka. Az előző készségben megengedtük, hogy a gyermek használja a kezét a felálláshoz, most e nélkül kell felállnia. (Ha hátul ül a széken, használhatja a kezét ahhoz, hogy előrébb csússzon, de ahhoz nem, hogy felálljon.)

Hogyan segítsünk?

Kérjük meg az asztalnál ülő gyermeket, hogy hozzon oda nekünk egy tárgyat az asztalról (pl. egyet a ceruzák közül). Ehhez úgy kell tudnia felállni, hogy a kezében tartja a tárgyat, így elvonjuk a figyelmét a támaszkodásról.

2.21. Nagy játékokat tol és húz

Ahhoz, hogy ez a készség kialakuljon, a hátrafelé járást és a testsúlypont elmozdításának készségeit kell alkalmaznia a gyermeknek.

Hogyan segítsünk?

Amikor a gyermek már tud hátrafelé járni (2.18.), ez már csak a megfelelő ösztönzésen múlik. Próbálkozzunk nagy teherautóval, kockával és játék babakocsival. Építsünk akadálypályát, és mutassuk meg, hogyan tudja megkerülni a sarkokat a tolásból húzásra váltva, és fordítva.

Lapozzunk előre a 2.27. (Nagy játékot húzva előre, hátra, oldalazva jár) készséghez, amely ennek a bővítése.

2.22. Egész talpon fut merev lábbal

A valódi futáshoz szükséges az álló helyzet egyensúlyának fejlesztése. Figyeljük meg, ahogyan a gyermek eleinte mereven, egyenes testtartással fut, de ahogy egyensúlya javul, fokozatosan lazább tartást vesz fel, melynek során teste kissé előre dől. A készséget akkor sajátította el a gyermek, ha legalább 2 méteres távon fut. Ebben a szakaszban még elfogadható, ha egész talpon és nem lábujjon fut, és még gyakran jelent problémát a megállás és a fordulás.

Hogyan segítsünk?

Fussunk együtt a gyermekkel, miközben kezét fogjuk. A tempó ne legyen túl gyors, hogy a gyermek egyenrangú partnerünk lehessen. Fussunk néhány lépést, közben kezénél fogva

finoman húzzuk előre, amivel arra bátorítjuk, hogy gyorsabban lépjen. Szavakkal is biztassuk a gyermeket. Ha bizonytalanná válik, lassítsunk, amíg lábait maga alá nem szedi, majd ismét fokozzuk az iramot. Eleinte csak rövid távolságot tegyünk meg, majd fokozatosan növeljük a megtett szakaszok hosszát, amíg „lépést tud tartani velünk”.

Eleinte mindkét kezét fogja valaki, majd egy kézzel segítve ismételjük meg a fenti gyakorlatot. Egy kézzel könnyebben kibillenhet oldalra az egyensúlyából, ezért jobban figyeljünk oda, és inkább lassítsunk, minthogy oldalra pördülve szabad kezével belénk kapaszkodjon. Felváltva fogjuk egyik, illetve másik kezét. Ahogy egyre magabiztosabb lesz, induláskor még segítsük, majd hagyjuk egyedül futni. A kergetős, fogócska játékokat behatárolt területen játsszuk, például az udvarban vagy parkban, nehogy túl messzire fusson a gyermek. Vonjunk be más gyerekeket is a játékba, amely általában jó hangulatot teremt.

Lapozunk előre a 2.32. (Fut, megáll, bekanyarodik, az akadályokat elkerüli) készséghez. Lassú folyamat – akár egy évig is eltarthat –, amíg a gyermek eljut a merev, egyenes tartású futástól ehhez az érettebb futásig. Itt a 2.32. pontban leírtaknak megfelelően kezdjük segíteni a gyermek futási készségeinek fejlesztését, és adjunk neki rengeteg gyakorlási lehetőséget!

2.23. Egy lábbal gerendán négy lépést tesz

Ez remek szórakozás – a gyerekek szeretnek az út mellett sétálni, egyik lábbal a járdaszegélyen, a másikkal az út szélén haladva. A készség megfigyelésénél használhatunk egy 4 cm széles, 1 méter hosszú gerendát. A gyermek akkor sajátította el a készséget, ha legalább négy lépést tesz meg úgy, hogy egyik lábbal a gerendán, a másikkal a földön jár. A felső lábnak e négy lépés közben nem szabad a földet érintenie.

Hogyan segítsünk?

Eleinte fogjuk a gyermek kezét, hamarosan már élvezni fogja, ha egyedül lépegethet. Mindkét irányban gyakoroljunk.

Biztassuk a szülőket, hogy séta közben minden lehetőségre hívják fel gyermekük figyelmét, hogy ezt a készséget változatosan gyakorolhassa. Ha szükséges, mutassák be a mozgást. Jó játék lehet, ha eltúlzott egyensúlyozó mozdulatokkal tudatosan lelépnek a földre (miközben mondják: „Jaj, beleestem a vízbe! Te biztos ügyesebb leszel.”), ezzel bátorítva a gyermeket a feladat végrehajtására.

2.24. Lábujjhegyen áll

Lábujjhegyen állás során a gyermek sok mozgáskészséghez (talppárnán való könnyed futás vagy rugalmas lépésű járás) szükséges kontrollt fejleszt. Előre, a lába elé kell helyeznie súlyát annak érdekében, hogy lábujjhegyre álljon. A készséget akkor sajátította el biztosan, ha legalább nyolc másodpercig képes lábujjhegyen állni. A 2.28. készség (3 métert meggy lábujjhegyen) ezt kombinálja a helyváltoztatással.

Hogyan segítsünk?

Mutassuk be a gyakorlatot. Az elején adjunk segítséget úgy, hogy kezét fogjuk, esetleg fal vagy szék elé állítjuk, és kezünket a csípőjére tesszük. Amikor már tudja, hogy mit várunk tőle, fokozatosan csökkentjük a segítséget, amíg egyedül nem áll lábujjhegyen. Eleinte csak nagyon rövid ideig tud így állni.

Könnyebben megérzi, hogyan kell testsúlyát előre vinnie, ha gyakoroljuk, hogyan kell a létrán felmenni (a talppárnájára lépve). Képzeltbeli játékok is gyakran segítenek. Különböző szerepekbe bújva (balett-táncos, tündér, kosárlabdázó vagy focista) biztassuk a mozgásra. Maskarákba bújva a közös játék még élvezetesebb.

2.25. Egy lábon három másodpercig áll

Ez a készség az érett járáshoz nélkülözhetetlen, ugyanakkor az önkiszolgálási tevékenységek során is hasznos (öltözés, vetkőzés, tisztálkodás stb.).

Hogyan segítsünk?

Ez a készség nagyon jó csípőkontrollt és egyensúlyt követel. Ha a gyermek nehéznek találja, ellenőrizzük egyensúlyi készségét A járást megalapozó készségek sorozatban (1. fejezet), és arról is győződjünk meg, hogy a 2. sorozat elején bemutatott gyakorlatokat is el tudja végezni.

Öltözködés (pl. nadrágba, cipőbe bújás álló helyzetben) vagy állva pelenkázás közben gyakoroljuk ezt a készséget, amikor gyakorlati jelentősége is van, egyben a mozgás is értelmet nyer.

Énekeljünk neki egy lábon állva (golyás énekek, mondókák, ill. magunk is kitalálhatunk ilyeneket), miközben mintát adunk, és nyelvi készségeit is fejlesztjük.

2.26. Padlóra fektetett, 20 cm széles pallón váltott lábbal jár, segítség nélkül

Ez a készség a járás alapját már jelentősen leszűkíti, így érettebb egyensúlyi és koordinációs szintet is követel (l. a 2.13., 2.17., 2.29., 2.30. készségek sorát). A készség megfigyeléséhez használjunk egy 20 centiméter széles, 3 méter hosszú pallót. Akkor sajátította el a gyermek a készséget, ha végigmegy a pallón úgy, hogy egyik lábát a másik elé helyezi, és nem csoszogva jár.

Hogyan segítsünk?

Eleinte segítsünk a gyermeknek a 2.13. készség (Segítséggel padlóra fektetett 30 cm széles pallón jár) leírása, ötletei alapján. Amikor már egy kézen fogva tud a pallón járni, egyik kezünket a vállára téve, vagy a ruháját hátul fogva tegyük biztosabbá, hogy hozzászokjon az elengedett kézzel való járáshoz. Fokozatosan csökkentjük a segítséget addig, míg egyedül nem jár.

Miközben a függetlenségre bátorítjuk, ha szükséges, segítsünk is a gyermeknek lábával felváltva lépni. Lehet, hogy eleinte csoszogva megy a pallón, és járás közben nem felváltva teszi lábait előre.

„Akadálypályánkba” építsünk billenő deszka elemet. Ismertessük meg a szülőkkel is azokat a lehetőségeket, melyekkel a szabadban sétálva, padokon vagy játszótereken gyakorolhatnak.

2.27. Nagy játékot húzva előre, hátra, oldalazva jár

Ez a 2.21. (Nagy játékokat tol és húz) készség kibővítése. A gyermek most már szabadon mozgat nagy tárgyakat minden irányban, és könnyen kihozza őket szűk kanyarokból. A problémák megoldásában erejére és egyensúlyára támaszkodik.

Figyeljük meg a készséget, állítsunk össze akadálypályát, amely legalább két kanyart tartalmaz, és legalább egy szűk szakaszt vagy alagutat, amelyen keresztül át kell juttatni a dobozt. Amennyiben a gyermek már elsajátította a készséget, végig tudja húzni a dobozt a pályán, a kanyarokban és a szűk helyeken keresztül, segítség nélkül.

Hogyan segítsünk?

A 2.21. gyakorlatait folytatva az akadálypályát tegyük egyre bonyolultabbá. Sok játszótéren van alagút, amire kukucskálással jól fel lehet hívni a gyermek figyelmét. A lakásban a bútorok átrendezésével tudunk pályát kialakítani. Szerepjátékba ágyazva még érdekesebbé tehetjük a gyakorlást, pl. a gyermek lehet postás, akinek csomagokat kell szállítania a meghatározott helyekre. Ezzel beszédértését is segíthetjük.

2.28. Lábujjhegyen 3 métert megy

A lábujjhegyen járás erősíti a lábizmokat, és javítja a gyermek egyensúlyi készségét. A készséget akkor sajátította el a gyermek, ha 3 méteren keresztül megy úgy lábujjhegyen, hogy közben sarka nem érinti a padlót.

Hogyan segítsünk?

Mostanra a gyermek lábizmai, különösen a lábikrája, már elég erősek a sok ugrálástól. Ez a készség azonban ezeknek az izmoknak hosszabb tartamú, kb. 10 másodperces összehúzódását követeli meg.

Egyik kezét fogva menjünk a gyermekkel néhány métert, majd fokozatosan hagyjuk el a segítséget. Különböző játékokat találunk ki a lábujjhegyen járás gyakorlására, pl. legyünk „óriások”, miközben karunkat is magasba emeljük, vagy játszunk azt, hogy titokban lopakodunk. A balettozás is inspirálhatja a nagyobb gyermekeket a készség gyakorlására.

2.29. Tíz cm széles emelt pallón segítséggel jár

Ennek a készségnek a megszerzéséhez a gyermeknek arra van szüksége, hogy a járás alapja kisebb legyen, vagy akkora, mint a vállszélessége.

Figyeljük meg a készséget. Használjunk egy 10 centiméter széles, 3 méter hosszú pallót, melyet téglákkal megemelünk. Miközben a gyermek sétál a pallón, menjünk mögötte, egyik kezünkkel fogjuk a vállánál a ruháját, hogy biztosabb és nyugodtabb legyen. Ne fogjuk a kezét! Ha a gyermek elsajátította a készséget, végigmegy a pallón. Ügyeljünk arra, hogy a gyermeket ne a mi kezünk, hanem saját egyensúlyi készsége tartsa fenn a pallón.

Hogyan segítsünk?

Ugyanúgy tanítjuk, mint a 2.26. (20 cm-es pallón jár) készséget. Nagyon lassan haladjunk előre, hiszen időbe telhet, míg a gyermek magabiztossá válik ezen a keskeny pallón.

A pallón járást játék közben gyakoroljuk, más egyensúlyi készségekkel együtt (egy lábон állás, lábujjhegyen járás stb.) is. Építsünk változatos akadálypályát, és ha több gyermek is bevonható, a kertben növelhetjük a pálya nagyságát.

2.30. Vékony vonalon segítség nélkül jár

Ez a készség meglehetősen nehéz, de szórakozás annak a gyermeknek, aki érett rá. Normál szélességű járást, jól fejlett feji és törzsi egyensúlyi reakciókat követel.

Figyeljük meg a készséget úgy, hogy húzunk krétával egy 5 cm széles és 3 méter hosszú vonalat (lehet kötél vagy gumiszalag is) a földön. Ha a gyermek elsajátította a készséget, váltott lábbal végig tud menni a vonalon anélkül, hogy egyensúlyát vesztené, vagy segítséget kapna.

Hogyan segítsünk?

Ezeket a bonyolultabb egyensúlyi készségeket mindig mezítláb próbáljuk, hogy a láb reakcióit a lehető legjobban kihasználjuk.

Mutassuk be a gyermeknek a mozgást, és a vonalon való járás megvalósítása érdekében hangsúlyozzuk, hogy a sarkával a lábujja elé lépjen. Már a bemutatásnál is érdeklődőbb lesz a gyermek, ha pl. azt mondjuk: „Nézd, kötél-táncos vagyok! Figyeld a lábamat! Most te leszel a kötél-táncos.” Tapsoljuk is meg, ha ügyesen próbálkozik.

A kezdeti fázisokban fogjuk az egyik kezét, és menjünk mellette. Induljunk a vonal végétől egy méterre, hogy csak három-négy lépést kelljen megtennie. Fokozatosan egyre messzebből kezdjük, de a kezét még mindig tartjuk. Addig ne növeljük a távolságot, amíg nem jár konzisztensen „sarok-lábujj” váltással a rövidebb távolságon. A gyakorlás nagy koncentrációt igényel, ezért ne gyakoroltassuk túl hosszú ideig.

Ha már úgy tudja megtenni a 3 méteres távolságot, hogy nem tér le a vonalról, akkor kezdjük el csökkenteni a fizikai segítséget. Ügyeljünk arra, hogy elég hely legyen oldalt, hogy karjával egyensúlyozhasson.

A linóleumon, padlón és szőnyegen, valamint a járólapok között lévő vonalak kiválóak a gyakorlásra. Lábnymokat is rajzolhatunk a padlóra, hogy ezeket kövesse a gyermek.

2.31. Egy lábon öt másodpercig egyensúlyozik

Ez a 2.25. (Egy lábon három másodpercig áll) készség kiterjesztése. A korábbi szinten a gyermeknek egy-egy lábán 3-3 másodpercig kellett állnia. Ennél a nehezebb készségnél csak az „ügyesebbik” lábán kell bemutatnia a feladatot.

Hogyan segítsünk?

Folytassuk a 2. 25. ponttól, míg a gyermek legalább az egyik lábán nem képes öt másodpercig állni.

A legtöbb gyerek előnyben részesíti valamelyik oldalát, amelyiken jobban tud egyensúlyozni, de ne hanyagoljuk el a másik oldalt sem.

2.32. Fut, megáll, bekanyarodik, az akadályokat elkerüli

Amikor a gyermek már fut, képesnek kell lennie kontrollálni a futását: megállni, bekanyarodni, akadályokat kikerülni.

Ahogy a 2.22. pontban (Egész talpon fut, merev lábbal) említettük, ezeket a készségeket a gyermek fokozatosan tanulja meg, sok gyakorlás révén. **Figyeljük meg** a készséget, állítsunk fel akadálypályát (székekből, dobozokból, asztalból, stb.) a korábban említett módon, amelyen a gyermeknek kanyarokat kell vennie, és akadályokat kell kikerülnie.

Ha lehetséges, vonjunk be más gyermeket is olyan játékba, ahol a gyerekeknek körbe kell futniuk a pályán, és meg kell állniuk, amikor tapsolunk. A gyermek akkor sajátította el a készséget, ha végig tud futni a pályán úgy kanyarodva, hogy lendülete nem törik meg, kikerüli az akadályokat, és kérésünkre néhány lépésen belül megáll.

Hogyan segítsünk?

Amikor a gyermek már fut, egyre bátrabb lesz a gyakorlások során. Biztosan elesik néha, amikor nagyobb gyerekekkel fut, de ez mind része a tanulásnak, és nem szabad elvenni a kedvét a próbálkozástól.

A futás közbeni irányváltoztatást úgy kezdjük tanítani, hogy közben fogjuk a kezét, elfutunk a kert egyik végébe, majdnem ugyanakkora sebességgel megfordulunk, és visszafutunk. Eleinte a forduló nagy ívű legyen, amit fokozatosan szűkítünk. Székkel vagy bottal jelöljük ki a fordulás helyét. Ezután tegyünk akadályokat a pályára, és kezét még mindig fogva fussunk vele körbe. Amikor érezzük, hogy már nincs szüksége a kezünkre, kergessük őt, vagy ő kergessen minket.

A megállás kontrollálását úgy segíthetjük, ha megkérünk valakit, hogy tapsoljon, amikor még együtt futunk a gyermekkel. Később, amikor már egyedül fut, új szabályokkal gyakorolhatunk. Jobban élvezi majd a játékot, ha megcseréljük a szerepeket, és ő irányítja a mozgást tapssal. A játszótér már önmagában kész akadálypálya.

2.33. A lábfej elülső részén fut, testsúly elöl, váltott karral lendít

Ha lassított felvételen megnézzük, látni fogjuk, hogy a futásnak van egy olyan szakasza, amikor egyik láb sem éri a földet. Érett és folyamatos futásnál a gyermek jól egyensúlyoz, testsúlyát kissé előre helyezi, enyhén előre dől, talpa elülső részén fut (sarka nem éri a földet), és karjait lendíti. A készség kialakult, ha a gyermek a leírt módon legalább 3,5 métert fut.

Előfordul, hogy a gyermek ugyanakkor szerzi meg ezt a készséget, amikor a sorozat előző készségét, de az is lehet, hogy több ideig tart kidolgoznia az érett, karlendítő futást.

Hogyan segítsünk?

A gyermek mostanra már ügyesen jár a lábujjain (2.28. készség); most bátorítsuk arra, hogy fusson is rajtuk.

Ha a gyermek még nem lendíti a karját, mutassuk meg neki, és mondjuk el, hogy ez segít a gyors futásban. Gondoskodjunk arról, hogy más gyerekek futását láthassa, és ha lehet, fusson is velük. Rendezzünk játékos futóversenyt, ahol nem a gyorsaság a döntő, hanem a kitartás.

A sorozat felidézése és bővítése

Néhány tevékenység, amit a továbbiakban megpróbálhatunk:

- Bukfenc. Legyünk óvatosak ennél a tevékenységnél, mert vannak gyerekek, akiknek laza nyakcsigolyái vannak. Mielőtt ezt gyakoroljuk, kérjük ki a gyermek orvosának véleményét.
- Sarkon járás. Ez a készség az előtt szükséges, hogy a gyermek az érett sarok-lábujj (a talp gördítése) járást kialakíthassa, és nem akkor, amikor az előrehaladó járás során egész talpával lép a földre.
- Sarok-lábujj járás (vagy tyúklépés).
- Sarkon járás.
- Segítség nélkül 10 cm széles pallón járás.
- Felhúzózkodás.
- Talicskázás, térdnél fogva – remek tevékenység a vállak kontrolljának kialakításához és továbbfejlesztéséhez.
- Lábujjhegyen futás, szűk fordulóknál és cikkcakkban futás.
- Galoppozás.

3. Lépcsőn mászás és járás

A felfelé mászás (lépcsőn és létrán) olyan funkcionális készség, amely során egyrészt a gyermek megerősödik, másrészt egyensúlya fejlődik. A felfelé mászás fontos a független mozgásképesységhez és a játékhoz. Az a képesség, hogy a gyermek meg tud birkózni a lépcsőkkel és létrákkal, az egyre növekvő és függetlenebb gyermek biztonsága szempontjából is fontos.

Ha olyan házban lakunk, ahol nincs lépcső, ezeket a készségeket a gyermek nagyobb erőfeszítés árán tudja megtanulni, mint aki a mindennapjai során „használja” a lépcsőket. Felsoroljuk a sorozathoz tartozó készségeket:

12–15 hónapig

1. Négykézláb lépcsőn jár.

15–18 hónapig

2. Lépcsőn hátrafelé lemászik.

18 hónap – 2 év

3. Korlátot és kezet fogva felmegy a lépcsőn, mellélépéssel.

2–3 év

4. Korlátot fogva felmegy a lépcsőn, mellélépéssel.
5. Korlátot és kezet fogva lemegy a lépcsőn, mellélépéssel.
6. Segítség nélkül tönkre fellép.
7. Segítség nélkül tönkről lelép.
8. Lépcsőn, korlátot fogva, váltott lábbal felmegy.
9. Egyméteres létrán vagy kereten fel- és lemászik.
10. Csúszdán egyedül fel- és lemegy.

3–4 év

11. Lépcsőn, korlát fogása nélkül, váltott lábbal felmegy.
12. Lépcsőn, korlátot fogva, váltott lábbal lemegy.
13. Lépcsőn tárgyat fel- és levisz.
14. Három méteres létrán vagy kereten fel- és lemászik.

3.1. Négykézláb lépcsőn jár

Ez az a készség, amelytől sok szülő eltántorítja gyermekét azzal, hogy a lépcső aljára és tetejére rácsot, kerítést szerel. Pedig ez a készség előfeltétele a két lábbal való lépcsőjárásnak.

Adjunk lehetőséget a gyermeknek a gyakorlásra, azonban biztonsága érdekében ilyenkor mindig legyünk mellette.

Hogyan segítsünk?

Egyetlen lépcsőfokkal kezdjük. Ha a gyors helyváltoztatás módjaként a gyermek már mászik, valószínűleg egyetlen lépcső előtt nem fog hezitálni, hanem egyik térdét felteszi a lépcsőre, és folytatja a mászást.

Ha azonban nem így történik, tegyünk játékokat a lépcsőre, és segítsünk neki egyik térdét hajlítva felemelni, tartsuk meg, és várjuk, hogy felemelje a másikat is. Majd két lépcsőfokkal próbáljuk ki, az egynél több lépcsőfok azt követeli meg a gyermektől, hogy a lépcsőfok szélességén egyensúlyozzon. Ha visszaül egyik csípőjére, le fog esni, és ezt sokkal biztonságosabb két lépcsőfokon megtapasztalni, mint haton.

Fokozatosan növeljük a lépcsőfokok számát, de mindig legyünk a közelében, ha fennáll a veszélye annak, hogy leesik. A mászó gyermek csaknem mindig elfelejti a lépcső szélessége által szabott határokat és megfordul, hogy leüljön, közben persze elveti a lépcsőt. Jó tanács, hogy mászás közben ne szóljunk a gyermekhez, mert figyelmét még nem képes megosztani, és ránk figyelve hátrafordulhat, kibillenhet egyensúlyából.

3.2. Lépcsőn hátrafelé lemászik

Ez különös feladatnak tűnhet, pedig valójában „önvédelmi” készség, és amíg nem tanulja meg, fejjel előre leeshet az ágyról, bútordarabokról, lépcsőkről stb. Ha a gyermek elsajátította ezt a készséget, miután a lépcső tetejére ültették, ülésből a hasára fordulva és lábait előre lenyújtva lemászik.

Hogyan segítsünk?

Ennek a készségnek a tanítása tulajdonképpen nem áll másból, mint a gyermek irányításából, hogy háttal jöjjön le az ágyról, a kanapéről vagy a lépcsőn.

Ültessük a gyermeket a kanapéra (vagy használjuk ki, ha magától szívesen felmászik), és kérjünk tőle valamit, amihez le kell mennie a padlóra. Hagyjunk időt a próbálkozásra. Ha szükséges, a következő módon segítsük. Ülő helyzetben tegyük két kezét az ülésre, és döntjük előre, hogy a kezére támaszkodjon, miközben törzsét elfordítjuk. Így lábai kicsúsznak alóla, és a kanapé mentén lesiklanak a padlóra. Először az egész mozgás olyan gyors lesz, hogy a gyermek meglepődik, amikor talpa a földre ér; nyugtassuk és dicsérjük meg. Mozgás közben mondhatjuk is, hogy „figyelj a lábadra” vagy „először a lábat”.

Először magas felületeken gyakoroljunk, mint az ágy vagy a kanapé, mert kisebb magasságokban arra érezhet késztetést, hogy fejjel előre közlekedjen. Ha folyamatosan mondjuk neki, hogy „először a lábat”, akkor idővel már csak ennyit kell mondanunk, amikor látjuk, hogy az ágy, a szék vagy a lépcső szélén van.

Amikor a lépcsőn megy lefelé háttal, először ültessük a lépcső tetejére, és segítsünk neki átfordulni a térdére. Szükség szerint irányítsuk a lábait, de a kezét magától kell tudnia

letenni. Általában elég az egyik lábát irányítani és megvárni, hogy a másik lábát és a kezét is utána tegye.

Amikor ezt a készséget tanítjuk, bátorítsuk arra a gyermeket, hogy mászó készségeit új módokon használja. Építsünk neki akadálypályát, hogy különféle akadályok alatt és fölött, vagy rajtuk keresztül mászhasson. Engedjük lejtőn és a homokban föl- és lemászni. A mászás most már könnyű, szórakoztató és csodálatos módja a világ felfedezésének.

3.3. Korlátot és kezét fogva felmegy a lépcsőn, mellélépéssel

Amikor a gyermek már jár, megtanulhat lépcsőn állva járni. Az ehhez a készséghez szükséges egy lábon való egyensúlyozás fontos a stabil járáshoz is. A készség megfigyelésénél használjunk hat lépcsőfokot korláttal; a fokok a gyermek térdénél alacsonyabbak legyenek. A korlát körülbelül vállmagasságban legyen. Ha a gyermek elsajátította a készséget, egyik kezét fogva, a másikkal a korlátba kapaszkodva fel tud menni hat lépcsőfokot. Ebben a szakaszban a gyermek mindkét lábát leteszi ugyanarra a lépcsőfokra (mellélépés).

Hogyan segítsünk?

Állítsuk a gyermeket a lépcső aljára, és hátulról tegyük egyik kezét a korlátra (oldalt, lába előtt), és tartsuk rajta a kezünket. Engedjük neki, hogy megfogja a másik kezünket. Vegyük el a korláton lévő kezünket, és a korláttól távolabbi térdét hajlítsuk be, és tegyük a lábát a lépcsőre, ha szükséges. Kezünket tegyük vissza a korláton lévő kezére, és finoman húzzuk a testsúlyát előre az előretett lába fölé azzal a kezünkkel, amelyikkel a gyermeket fogjuk. Dicsérjük meg, és ismételjük meg a mozgást.

Ha a gyermek kezd együttműködni, döntünk előre a testsúlyát, és várjuk, hogy térdét behajlítva először egyik, majd a másik lábát feltegye a lépcsőre. Egyre kevesebb segítséget adjunk, és erősítsük meg minden önálló próbálkozását. Ahogy ügyesedik, egyre inkább kihívásnak fogja venni a lépcső meghódítását.

3.4. Korlátot fogva felmegy a lépcsőn, mellélépéssel

Ez az előző készség kibővítése, több önbizalmat és erősebb lábizomzatot követel. Ha a gyermek elsajátította a készséget, felmegy a lépcsőn mellélépéssel, miközben fogja a korlátot, viszont másik kezétől megvonjuk a támogatást.

Hogyan segítsünk?

Használjuk azokat a trükköket, amelyeket korábban más készségek gyakorlásánál használtunk a kézzel nyújtott segítség megvonására. Először csuklóját fogjuk, majd fokozatosan lazítsunk a támaszon, hogy már ne támaszkodjon ránk. Amikor érezzük, hogy többé már nem függ a kezünk segítségétől, csak pulóvere ujjánál tartjuk, közel a kezéhez. Ez semmi támaszt nem ad neki, önbizalmat viszont igen, hogy ott vagyunk, amikor szüksége lehet ránk. Végül csak lépkedjünk mellette, segítségadás nélkül. Az is elképzelhető, hogy

nem igényel segítséget, de ilyenkor is figyeljük mozgását. Fontos, hogy a gyakorlás természetes helyzetekben történjen, a „fogások” szinte észrevétlen jelenlétével.

3.5. Korlátot és kezét fogva lemegy a lépcsőn mellélépéssel

Gyakran tapasztaljuk, hogy a gyermek már hosszú ideje ügyesen felsétál a lépcsőn, azonban visszafelé még mindig négykézláb mászik. Ez nem mindig a képesség hiánya, hanem a már begyakorolt, sikeres mozgásforma megszokása, vagy önbizalomhiány eredménye. A készség gyakorlásának az a célja, hogy ezt a hiányzó önbizalmat a gyermek megkapja. Ha a gyermek már elsajátította ezt a készséget, önállóan lelép a lépcsőkön, maga csúsztatja kezét a korláton, míg a másik kezét fogjuk.

Hogyan segítsünk?

Eleinte fontos, hogy a gyermek előtt és vele szemben álljunk, amikor lefelé lép, mivel még bizonytalan, és valószínűleg tart attól, hogy leesik. Fogjuk a szabad kezét, és a másik kezünket tegyük a korláton nyugvó kezére. Kezét finoman húzva döntjük őt kissé előre, és mondjuk neki, hogy „lépj le!”. Csak annyit segítsünk, amennyi szükséges, lehet, hogy bátrabb, mint gondoljuk. Figyeljünk arra is, hogy ne induljon el „vaktában” a lépcsőn lefelé, mielőtt megtámaszkodna.

Amikor lelép, mondjuk neki, hogy mozdítsa előre a korláton levő kezét, és segítsünk is neki, ha szükséges. Folytassuk lefelé négy-hat lépcsőn, és dicsérjük meg, amikor leérkezik a lépcső aljára. Fokozatosan csökkentsük a korláton levő kezének adott támaszt. Amikor már örömmel lép lefelé és csúsztatja kezét a korláton, álljunk mellé, fogjuk meg a kezét, és együtt lépjünk le.

3.6. Segítség nélkül tönkre fellép

Ez a készség lehetővé teszi a gyermeknek, hogy az utcán fellépjen a járdaszegélyre, átlépjen eltérő talajszinteken, és más hasonló, lépcsőkorlát nélküli helyzeteket megoldjon. A készség megfigyeléséhez használunk egy 30-szor 30 centiméteres tönköt vagy kockát, ami kb. 15 cm magas. A gyermek elsajátította a készséget, ha fellép a tönkre anélkül, hogy megbillenne, vagy kezével megérintené azt.

Hogyan segítsünk?

A gyakorlást egy alacsonyabb és szélesebb tönkkel kezdjük. A gyermeknek fel kell tudnia lépni a füves területről a mellette lévő betonra. A szegélynek elég magasnak kell lennie ahhoz, hogy a gyermek észrevegye a szintkülönbséget, de ne legyen annyira magas, hogy le akarja tenni a kezét. Álljunk a szegély elé, és segítsünk neki, ha szükséges: fogjuk meg az egyik kezét vállmagasságban vagy lejjebb (de nem a feje fölött) tartva, hogy saját súlyát megtartsa, és ne „húzassa magát” hátrafelé dőlve. Fokozatosan csökkentsük a fogást a kezén, amíg már magától lép fel.

Most kísérreljük meg egy tönkre felléptetni. Mivel pontosabban kell a tönkre tennie a lábát, mint egy szélesebb szegélyre vagy lépcsőre, eleinte félénk lehet. Ismét álljunk elé, ahogyan a szegélynél, és ha szükséges, fogjuk meg a kezét, fokozatosan csökkentve a segítséget. Az akadálypályába is beépíthetjük ezt az elemet. A lakásban csúszásgátlóval ellátott sámlival is gyakorolhatunk, és ha így eléri a mosdót vagy a villanykapcsolót, még szívesebben próbálkozik.

3.7. Segítség nélkül tönkről lelép

Ez az előző készség fordítottja; lehetővé teszi a gyermeknek, hogy olyan helyen lépjen le a magasabb felszínről az alacsonyabbra, ahol nincs korlát. A készség megfigyelésénél használjuk az előzőekben leírt tönköt vagy kockát. A gyermek elsajátította a készséget, ha segítség és megbillenés nélkül lelép a tönkről.

Hogyan segítsünk?

Ha a gyermeknek a lépcsőn lefelé még mindig szüksége van a kézfogós segítségre és a korlátra, ezt a támogatást most csökkentjük, majd szüntessük meg, még mielőtt megtanítanánk a tönkről lelépni. A 3.4. pontnál leírt módszereket alkalmazzuk. Ezt követően térjünk át a tönkről való lelépésre.

Mint minden lelépést magában foglaló tevékenységnél, itt is az a nehéz pont, amikor a gyermeknek testsúlyát egy lábára kell helyeznie, majd ezt a támasztó lábát behajlítani, mielőtt egész testsúlyát fokozatosan áttenné a másik lábára. Jelentős erőre és a combizom kontrolljára van ehhez szükség, ahogyan ezt magunk is érezhetjük, ha sok lépcsőn kell lemennünk. Ennek a kontrollnak és erőnek a fejlesztésére egyetlen mód a gyakorlás, így hát minél több alkalommal sikerül a gyermeknek jól végrehajtania a feladatot, annál könnyebb lesz számára. Van olyan gyermek, aki a fellépést követően önállóan és kitartóan igyekszik újra és újra lemászni, magától begyakorolva a fenti mozgássort. Várjuk meg, hogy kezdeményezzen. Akkor segítsünk, ha tanácstalanul áll, tétovázik, hogy mit tegyen.

Ügyeljünk arra, hogy a hátul lévő támasztó lába ne maradjon merev, és ne próbáljon „leesni” a felső lépcsőről az alsóra. Eleinte térdéhez kell tennünk a kezünket, hogy segítsünk behajlítani azt, és megelőzni az összecsuklását, amikor már behajlította. Ha nem tanulja meg egész súlyát lassan a behajló lábára tenni, a lépcsőkön soha nem lesz biztonságban. Az előző feladattal kombinálva adjunk a gyermeknek minél több alkalmat a sámlis használatára, hiszen a sikeres mozgás jutalma lehet az önálló kézmosás, a tükörkép megpillantása, vagy a lámpa önálló felkapcsolása.

3.8. Lépcsőn, korlátot fogva, váltott lábbal felmegy

Ez a lépcsőjárás érett módja, a teljes testsúly megtartását kívánja meg a váltott lábakon ahhoz, hogy a nem terhelt láb előre helyezhető legyen.

Hogyan segítsünk?

Ez a készség automatikusan következik a 3.4. pontból, feltéve, hogy a lépcsők nem túl magasak. Kis lábak számára gyakorlatilag lehetetlen, hogy nagy lépcsőkön váltva menjenek fel.

Ha a gyermek ragaszkodik ahhoz, hogy két lábbal álljon egy fokon, irányítsuk hátulról, hogy alsó lábát felemelve elvigye a felső mellett, és a fölötte lévő lépcsőfokra lépjen. Gyorsan megérti majd, és felfedezi, hogy ez sokkal könnyebb és gyorsabb módja a lépcsőjárásnak.

3.9. Egyméteres létrán vagy kereten fel- és lemászik

Ez a mászó készség kapcsolódik a lépcsőjáráshoz, de néhány más készséget is magába foglal. A gyermeknek tudatában kell lennie teste térben való elhelyezkedésének. A gyermek akkor sajátította el a készséget, ha legalább egy méterre fel tud mászni, és onnan le tud jönni segítség nélkül.

Hogyan segítsünk?

Ezt két részben vizsgáljuk meg – a felmászás és a lemászás esetében.

Felmászás

Egyes gyermekek született mászók, és egyáltalán nincs szükségük segítségre ennél a készségnél; mások viszont nagyon félénkek lehetnek, és szükségük van bátorításra és segítségre. Keressünk megfelelő létrát, bordásfalat vagy keretet (egy parkban vagy óvodában), és hagyjuk, hogy a gyermek nézze, amint mások fel- és lemásznak ezeken. Álljunk szorosan mögé, és kérjük, hogy mászon fel. Mielőtt segítenénk neki, várjuk meg, hogy kiderüljön, hol van szüksége segítségre. Lehet, hogy ügyesen mozgatja a lábait, de a kezéről megfedezkedik. Ebben a szakaszban nem szükséges, hogy váltott lábbal mászon. Először kezünket tegyük a létrafokon lévő kezére. Lehet, hogy nem kapaszkodik elég erősen ahhoz, hogy megtartsa a súlyát – a kézzel való húzás épp annyira fontos a létramászásban, mint a lábbal való nyomás. Miután fellépett a létrára, tegyük a kezét egy fokkal följebb, és várjuk, hogy fellépjen a következő létrafokra. Ezt három-négy fokon keresztül ismételjük, majd emeljük le a létráról. Addig ne tanítsuk neki a lejövetelt, amíg segítség nélkül nem tud felmenni.

Amikor már ügyesen felmászik, kezdjük el csökkenteni a kezénél adott támaszt – lehet, hogy még mindig szüksége lesz verbális emlékeztetésre arról, hogy a kezét feljebb vigye. Maradjunk szorosan mögötte arra az esetre, ha elveszítené a fogást, és lecsúszna a fokokon. Amikor látjuk, hogy magabiztossága és ügyessége növekszik, álljunk a létra oldalához, csak hogy közel legyünk, ha esetleg leesne.

Mászás lefelé

Ennél a készségnél a lépcsőn való lefelé járás gyakorlása kamatozódik. A létrán való leereszkedés megköveteli a gyermektől, hogy két kézzel kapaszkodjon, és fokozatosan hajlítsa be egyik lábát, míg a másik megtalálja a következő létrafokot.

Álljunk mögé, és egyik kezünkkel irányítsuk alsó lábát, a másikat pedig tartsuk ellentétes keze fölött, ha esetleg elveszítené a fogást. Maradjunk közel hozzá, nehogy megijedjen. Eleinte csak két-három lépcsővel gyakoroljunk, mivel elég fáradt lesz a szoros markolástól, és az egy lábon való „lógástól”, mikor az alacsonyabb fogás után nyúl.

Ahogy erősödik az önbizalma, maradjunk közel hozzá, de engedjük meg, hogy teljes talpával az alacsonyabb fokra lépjen. Lehet, hogy már nem kell keze fölött tartanunk a kezünket. Végül már csak bátorítanunk és készítenünk kell arra, hogy lejjöjjön.

3.10. Csúszdán egyedül fel- és lemegy

A gyermek most már nagyon vállalkozó szellemű, örömmel próbálja ki egyedül a csúszdán való fel- és lemászást. Minél több alkalma van arra, hogy a játszótéri eszközöket használja, annál gyakorlottabb lesz, és annál ügyesebb a nagymozgás területén. A készség kialakult, ha a gyermek önállóan felmászik a csúszda létráján, a tetején leül, és meglökve magát lecsúszik. Ez nagy előny lesz számára az óvodában, mivel be tud majd kapcsolódni a többi gyerek játékába. Általános testtartása és fizikuma is előnyét látja ennek. Azonban mindig figyeljünk a balesetek lehetőségére, és álljunk készenlétben ennek megakadályozására, ha szükséges.

Hogyan segítsünk?

Ennek a készségnek a megtanulásához a gyermeknek valószínűleg csak arra van szüksége, hogy rendszeresen gyakorolhasson a megfelelő eszközökön. Először segíthetünk neki abban, hogy a lépcső tetején leüljön. Ha fél a lecsúszástól, legyünk ott, hogy elkapjuk a csúszda alján, vagy eleinte csak a csúszda közepéről ismerje meg a csúszás élményét, esetleg csússzunk le vele együtt addig, amíg meg nem nő az önbizalma.

3.11. Lépcsőn, korlát fogása nélkül, váltott lábbal felmegy

A gyermek most már képes felnőtt módra felmenni a lépcsőn, váltott lábbal, a korlát fogása nélkül. Ekkor is fontos, hogy a lépcsőn a fokok ne legyenek magasabbak, mint a gyermek térde.

Hogyan segítsünk?

Ez a készség természetesen következik a 3.8. pontból, ahol a gyermek váltott lábbal ugyan, de a korlát használatával közlekedett.

Ha a lépcsőfokok magasak, akkor lehet, hogy még most is kapaszkodnia kell; ezért inkább gyermekméretű eszközöket használjunk. Változatos gyakorlási lehetőséget biztosít, ha van a közelben csigalépcső, és miközben lépkedünk rajta, énekelhetünk is csigás énekeket, majd otthon le is rajzolhatjuk az „élményt”.

3.12. Lépcsőn, korlátot fogva, váltott lábbal lemegy

Ehhez nagy biztonság kell. Amikor nincs lépcsőkorlát, a gyermek valószínűleg mindkét lábát leteszi egy-egy lépcsőre – ez elfogadható ebben a szakaszban. Amikor van korlát, bátoríthatjuk arra, hogy váltott lábbal járjon.

Hogyan segítsünk?

A lépcsőn váltott lábbal járás azt követeli a gyermektől, hogy testsúlyát jelentős ideig meghajlított lábán tartsa, amíg másik lába a következő lépcsőfokra kerül.

Ennek a készségnek a tanításánál fontos alacsony lépcsőkön gyakorolni. Ha szükséges, építsünk ideiglenes lépcsőt téglából, és korlát helyett tartsuk a gyermek kezét. Segítségünk neki megérteni a lényegét azzal, hogy az éppen mozgásban lévő lábát a következő lépcsőfokra irányítjuk. Ez kemény munka, a gyakorlásokat tehát fogjuk rövidre.

Ebben a szakaszban ne várjuk tőle, hogy korlát hiányában is váltott lábbal járjon – hacsak nem fogja a kezünket.

3.13. Lépcsőn tárgyat fel- és levisz

A lépcsők többé már nem jelentenek akadályt a gyermek számára – most már bárhova képes eljutni a házban. Ha a gyermek elsajátította ezt a készséget, képes két játékot felvinni, majd lehozni a lépcsőn, közben nem kapaszkodhat a korlátba. Léphet egyszerre két lábbal egy fokra lefelé, de felfelé váltott lábbal kell mennie.

Hogyan segítsünk?

Amikor a gyermek a lépcsőjárás ezen szakaszához érkezett, valószínűleg nem lesz szüksége külön oktatásra ahhoz, hogy megtanuljon tárgyakat fel- és levinni. A lényeg az, hogy adjunk neki lehetőséget a gyakorlásra. Legyen értelme annak, hogy miért viszi a játékokat, pl. sétálni viszi a maciját, vagy az udvaron szeretne velük játszani. Megkérhetjük, hogy vigyen le az udvarra egy kanalat az uzsonnához, vagy egy csontos tányért a kutyának. Ekkor a gyermek tudja, hogy feladata van, hogy bízunk benne, és ez önbizalmat ad számára. A szülő bővítheti a feladattárt a lehetőségeknek megfelelően.

Ha lefelé menet a gyermek nagyon függ a lépcsőkorláttól, először menjünk mellette, kezünket a vállára téve, hogy önbizalmat adjunk neki. Hagyjuk, hogy lassan mozogjon, a lépcsőkre két lábbal lépjen. Hamarosan rájön a megoldásra.

3.14. Három méteres létrán vagy kereten fel- és lemászik

Ez a készség közvetlenül követi a sorozat többi mászó készségét, és megmutatja, mennyire jártas lett a gyermek a lépcsőmászás területén. Ha a gyermek elsajátította ezt a készséget, fel tud mászni legalább 3 méterre, majd onnan vissza, segítség nélkül.

Hogyan segítsünk?

Az első néhány alkalommal, amikor a gyermek ilyen magas létrán próbálkozik, másszunk fel utána. Amikor érzük, hogy egyedül is boldogul, kérjük meg, hogy másszon fel, majd vissza, mialatt lent várunk. Biztassuk a szülőt, hogy szedjenek együtt cseresznyét létráról, ha mód van erre. Ekkor a gyermek önállóan felmehet, de a szülő mindvégig legyen mellette, hogy megvédjé a balesettől. Dicsérjük a gyermek önállóságát.

4. Labdakészségek

A labdakészségek nemcsak a gyermek testének és szemének koordinálásához, hanem közösségi tevékenységeihez is fontosak. A labda fontos szerepet tölt be a fiatal gyermekek játéktevékenységében, és az a gyermek, aki bizonytalan a labdajátékokban, úgy érezheti, hogy kimarad valamiből, ami miatt önbecsülése gyengülhet.

Egyes felnőttek a korai labdajátékot csupán felkészülésnek tekintik a csapatjátékokra vagy versenysportokra, ez azonban a kérdés leszűkítése. A kisebb gyermekeknél a labdázás nagyon jó módja a felváltva ténykedés készségeinek fejlesztéséhez. Az idősebb gyerekek (és a felnőttek) számára a labdázás kellemes, egészséges szórakozás, ahol a verseny szerepe kicsi. Ma már egyre több iskolában ajánlanak olyan testnevelési programokat, amelyek – a hagyományos versenysportoktól eltérően – az egyéni készségek, az önbizalom és a csapatmunka fejlesztésére koncentrálnak.

Ebben a sorozatban több gyakorlat a gyermek egyensúlyi készségeit használja és bővíti, különösen a testsúly egyik lábról a másikra áthelyezésének és a törzs forgatásának képességét.

A sorozat készségei a következők:

12–15 hónap

1. Ülésből labdát dob.

18 hónap — 2 év

2. Nagy labdának nekimegy, megpróbál belerúgni.

2–3 év

3. Kis labdát közletről, alulról kosárba dob.
4. Lendített lábbal labdába rúg.
5. Kis labdát fej felett mereven dob, lábak együtt, kéz a fej mögött.
6. Labdához fut, rúgás előtt megáll célozni.

3–4 év

7. Kis labdát fej felett dob, csavarással.
8. Tizenöt centiméteres labdát karjával elkap.
9. Nekifutásból labdába rúg (elhibázhatja).

Egyes készségek tanítása jóval azelőtt megkezdhető, hogy sikereket várnánk, ezért tervezzünk előre, hogy haladunk ebben a gyakorlatsorban.

4.1. Ülésből labdát dob

Lehet, hogy már labdázunk a gyermekkel a felváltva végzett tevékenységek során (l. a kommunikációs és nyelvi készségek részt). Ekkor még elegendő volt a labdát tologatni. Most a gyermek a játék során megtanulhatja, hogyan kell dobni a labdát.

Ezen a szinten a labda dobása az akaratlagos elengedést teszi szükségessé. Most még nem várjuk el a gyermektől, hogy a labda irányát vagy sebességét kontrollálja. A készség megfigyelésénél használjunk kicsi, könnyű gumilabdát, amit a gyermek egy kezében könnyen meg tud tartani. A földön egymással szemben ülve játszunk a labdával. Ha szükséges, az első két-három alkalommal segítsünk neki dobni a labdát (vagy üljön mögé valaki, aki segít). Bátorítsuk arra, hogy egyedül dobjon. A gyermek elsajátította a készséget, ha képes hátravinni a karját, majd előre lendítve elengedi, eldobja a labdát. Karját alul és felül is hátra viheti.

Hogyan segítsünk?

Sokszor mutassuk be neki a gyakorlatot, és mindig dicsérjük meg a sikeres kísérletekért. Ha szükséges, segítsünk neki válla alatt hátravinni a karját, majd előre lendíteni. A labda elengedésében is segítségre szorulhat. A labda elengedése nem könnyű, ezért továbbra is sokat mutassuk neki. A készséget könnyebb úgy tanítani, ha két felnőtt vagy testvér vesz részt benne: egyikük a gyermek előtt ül, mutatva a mozgást, és bátorítva őt, a másik személy pedig a gyermek mögött, fizikai segítséget adva neki.

Amikor a gyermek már magabiztosan áll egyedül, az ülésből dobás mellett tanítsuk meg neki az állásból dobást is. Esetleg a labdát a lábához dobjuk vissza, hogy gyakorolhassa a lehajolást és felvevét is. Variálhatjuk a labdák típusát, anyagát, hogy ne legyen unalmas számára a játék. Mutassuk ki örömünket, tapsoljuk és dicsérjük meg egyes mozdulatait.

4.2. Nagy labdának nekimegy, megpróbál belerúgni

A gyermek megmutatja, hogy van elképzelése a rúgásról, és hogy tudja annyira irányítani járását, ha a földön lévő labdához ér. A készség megfigyeléséhez használjunk focilabda méretű, könnyű gumilabdát. Ha a gyermek elsajátította a készséget, megpróbál belerúgni a labdába anélkül, hogy egyensúlyát elvesztené. Ebben a szakaszban a gyermek „belegyalogol” a labdába, és beleütköző lábával mozdítja előre.

Hogyan segítsünk?

Először a labdát tegyük az álló gyermek lábához, és kérjük meg, hogy rúgjon bele.

Eleinte fogjuk a kezét, hogy egyensúlyát megőrizze. Amikor már segítség nélkül bele tud rúgni a labdába, helyezzük a labdát egy kissé távolabb, hogy oda kelljen mennie hozzá, ha bele akar rúgni.

4.3. Kis labdát közelről, alulról kosárba dob

Mostanra a gyermek magabiztosan dob labdát állásból, és némi célzó képességet is kifejlesztett már. A készség megfigyelésénél használjunk egy kb. 50 cm széles kosarat és egy teniszlabda méretű labdát. Akkor sajátította el a gyermek a készséget, ha pontosan felénk

tudja dobni a labdát – a kosár nagyobb cél, mint a kezünk –, és többször is sikerül beletalálnia a kosárba.

Hogyan segítsünk?

A készség tanítását célszerű kisebb babzsákkal kezdeni, mert az nem pattan le a kosár széléről. Stabil célt használjunk, mint pl. kerékgumi, kosár vagy nagy kartondoboz, és tegyük a fal vagy kertben egy fa mellé. A gyermeket egy lépésre állítsuk a céltől, és a dobás bemutatása után kérjük meg, hogy utánozza mozdulatainkat. Minden kísérletét jutalmazzuk, adjuk vissza neki a babzsákot, és kérjük meg, hogy próbálja ismét. Meleg napokon a szabadban vízzel megtöltött vödörrel, lavórral, és olyan műanyag vagy fém tárgyakkal is játszhatunk, amelyek csobbanó hangot keltenek, ha a gyermek jól céloz.

Ahogy javul a célzása, fokozatosan állítsuk őt egyre messzebb a kosártól, egészen 1,5 méter távolsáig, és a babzsák helyett használjunk labdát. Ne engedjük, hogy frusztrálttá váljon – inkább álljunk közelebb, vagy válasszunk nagyobb kosarat, minthogy túl sok kudarc érje. Csak akkor haladjunk tovább, ha egy adott távolságon folyamatosan sikeres. Változatosabb lehet a játék, ha kockákból épített toronyra vagy dobozvárra kell céloznia a gyermeknek.

Eközben sokat gyakoroltassuk a magunk felé irányított dobást is. Falra rajzolt céllal is kísérletezhetünk.

4.4. Lendített lábbal labdába rúg

A gyermeknek a labda elrúgásához itt egyik lábát fel kell emelnie, miközben a másikon egyensúlyoz. A készség kialakult, ha a gyermek képes öt próbálkozás közül három alkalommal egyensúlyvesztés nélkül lendített lábbal elrúgni a labdát. Ez a készség a 4.2. bővítése, amelynél a gyermek csak a „labdába gyalogolt”.

Hogyan segítsünk?

Tegyük nagy strandlabdát a gyermek elé, és kérjük meg, hogy rúgjon a labdába. Ha szükséges, segítsünk neki. Próbáljuk meg felváltva mindkét lábbal. Ha nem sikerül, kezét támasszuk falhoz vagy más stabil tárgyhoz. További lépésként már csak kezét fogjuk a csuklója fölött. Ebben a helyzetben jól lehet szabályozni az általunk adott támogatás mértékét a határozott, merev támasztól a könnyű érintésig, hogy a gyermek ne billenjen ki egyensúlyából.

A labda méretét és súlyát változtassuk; ahogy fejlődik pontossága, egyre kisebbet használjunk, míg egy 15 centiméteres labdát is el tud rúgni. Valószínűleg nagyon élvezni fogja a gyakorlást, ha újra és újra visszarúgjuk neki a labdát. A sorozat következő rúgó készségére (4.6.) való felkészüléshez kérjük meg a gyermeket, hogy rúgja el a labdát, menjen utána, rúgja el ismét, és így tovább.

Arra is bátoríthatjuk a gyermeket, hogy erőteljesebben rúgjon a labdába. Ha húzunk egy vonalat, kérjük meg, hogy rúgja azon túl a labdát. Fokozatosan egyre távolabb állítsuk a

vonaltól, hogy megnöveljük a rúgás távolságát. Egyre kevésbé lesz szükség ösztönzésre, ahogy ügyesedik a gyermek rúgótechnikája, és a gyakorlás lehetőségei szabadon variálhatók.

4.5. Kis labdát fej felett mereven dob, lábak együtt, kéz a fej mögött

Most a fej feletti dobással foglalkozunk. Ezt a készséget ugyanakkor kezdetjük tanítani, mint a rúgást (4.4.).

A készség megfigyeléséhez használjunk kis, teniszlabda méretű labdát. Kialakult a készség, ha a gyermek az első fej feletti dobásoknál mereven áll, teste a dobás irányába néz, és kezét feje vonala mögé emeli fel. Később megtanul teste elfordításával dobni (4.7. pont).

Hogyan segítsünk?

Eleinte két emberre lesz szükség a készség gyakorlásához – egyikük eldobja a labdát, és a másik segít a gyermeknek dobni.

Valakit állítsunk szembe gyermekkel kb. 3 méterre. Adjuk oda a gyermeknek a labdát, és hagyjuk, hogy eldöntse, melyik kezével akar dobni. Amikor eldöntötte, álljunk mögé, és vezessük kezét felfelé és a vállá mögé. Lendítsük előre a karját, közben segítsünk neki elengedni a labdát. A szemben álló elkapja, és visszaadja nekünk a labdát a mozdulat megismétléséhez. Ha nincs körülöttünk senki, aki segíthetne, a labdát dobjuk a falnak. Fokozatosan csökkentjük a dobáshoz adott irányítást, mígnem már egyedül végzi a mozgást. Fontos, hogy a labda a gyermek kezének megfelelő méretű legyen. A túl nagy vagy nehéz labda kiesik a kezéből a fej mögött, ami csak frusztrációt kelt benne, és elveheti kedvét a további próbálkozásoktól.

4.6. Labdához fut, rúgás előtt megáll célozni

Amikor a gyermek lendített lábbal tud labdát rúgni, megtanulhatja ezt a magasabb szintű kombinált mozgást is. A készség megfigyelésénél tegyük a labdát kb. 3 méterre a gyermektől. Ha a gyermek elsajátította a készséget, a labdához fut és belerúg. A rúgás előtt megállhat célozni.

Hogyan segítsünk?

Lehet, hogy eleinte kezét fogva mellette kell futnunk, hogy megértse, mit várunk tőle. Hasznos, ha van ott még valaki, akinek lehet rúgni a labdát, és aki vissza is rúgja.

Ha a gyermeknek a lendített lábbal való rúgáshoz meg kell állnia, hogy célozzon, engedjük meg neki. Egyébként csak „belefut” a labdába, és maga előtt lökdösi.

Amikor a gyermek megérti, mit kell tennie, ne segítsünk neki többet. Ragadjunk meg minden alkalmat, hogy más gyerekekkel együtt is gyakorolhasson. Biztassuk a szülőt, hogy két vödör vagy fahasáb között ideiglenes kaput alkosson, ahová a gyermeknek „céloznia” kell. Ez a közös játék jó motiváció lehet.

4.7. Kis labdát fej felett dob, csavarással

Az előző dobási készségben a gyermek úgy dobott felülről labdát, hogy közben mereven, a dobás irányába nézve állt (4.5.). Ha erőteljesen akarja dobni a labdát, képesnek lennie arra, hogy testsúlyát áthelyezze a labda dobása közben. A nagyobb távolságra való dobás képessége nemcsak erő, hanem technika kérdése is!

Figyeljük meg a készséget, ehhez használjunk kisebb labdát, pl. teniszlabdát. A gyermek akkor sajátította el a készséget, ha a labdát egy kezében tartva úgy fordul, hogy ellentétes válla néz a dobás irányába, és testsúlya a hátsó lábán van. Ezután a labdát tartó kezét felemelve testsúlyát az első lábára viszi át, törzsét a dobás irányába fordítja, és elengedi a labdát.

Hogyan segítsünk?

Álljunk a gyermek mögé, és fizikai segítséggel vezessük végig a mozgássorozaton, hogy megérezze, mit szeretnénk. Motiváló, ha egy másik gyermek is bemutathatja a helyes dobást. Fokozatosan csökkentjük a segítséget. A gyermek fel fogja fedezni, hogy ezzel a technikával távolabbra és erősebben tudja dobni a labdát.

Játsszunk eldobó és elkapó játékokat, vagy célba dobást – a csobbanó hangokat adó víz ismét remek szórakozást nyújt. Jó játék, ha bejelöljük a labda földet érésének a helyét, amit később „túl kell szárnyalni”. Végül bajnokot avathatunk.

4.8. Tizenöt centiméteres labdát karjával elkap

Az elkapás készségei nehezebbek, mint a dobásé – ezért kerültek a sorozat végére. De ha már valamilyen labdajátékot játszunk a gyermekkel, akkor már természetesen eddig is volt alkalma arra, hogy elkapja a labdát. Most erre fektetjük a hangsúlyt.

Az elkapás magas szintű szem-kéz koordinációt kíván, és még tovább fejleszti azt. **Figyeljük meg** a készséget, amihez használjunk könnyű, kb. 15 centiméter kerületű labdát. Álljunk a gyermekkel szemben, és dobjuk neki a labdát. Ha a gyermek elsajátította a készséget, ötből háromszor elkapja a labdát.

Hogyan segítsünk?

Itt is hasznos, ha van valaki, aki dob, miközben segítünk a gyermeknek elkapni a labdát, mint a korai dobási készségeknél. Kezdetben adhatunk fizikai segítséget a mozdulat megérezésére. Álljunk a gyermek mögé, hajoljunk fölé, és támasszuk meg a karját derékszögben behajlítva, tenyere felfelé forduljon.

Amikor a labda felfelé fordított alkarjához ér, hajlítsuk be a csuklóját és a könyökét, hogy a labdát a mellkasához vigye. Eleinte olyan puha labdát használjunk, amely nem ütheti meg, amikor a karjához ér, illetve a mellkasához szorítja. Fokozatosan növeljük a gyermek és a dobó közötti távolságot – eleinte csaknem karnyújtásnyira legyenek egymástól. Fokozatosan csökkentjük a segítséget, hogy a gyermek megtapasztalja önállóságát.

Adjunk a gyermeknek lufit játszani. Dobjuk fel, és hagyjuk, hogy elkapja. Mivel a léggömb nagyon könnyű, a mozdulat lelassul, így könnyebben koordinálja az elkapást.

4.9. Nekifutásból labdába rúg (elhibázhatja)

A 4.6. pontban a gyermeknek futásból kellett a labdát elrúgnia, de pillanatnyi megállás elfogadott volt a rúgás előtt. Most a követelmény a futás és a rúgás folyamatosabb végrehajtása. A gyermeknek még a futás megkezdése előtt kell a célt megterveznie, és megállás nélkül kell a labdához futnia és abba belerúgnia. Ha a gyermek elsajátította a készséget, a labdához fut, a megfelelő lábára nehezedik, a rúgó lábát hátra viszi, előre lendíti, és belerúg a labdába. Ezen a szinten a mozgás folyamatosabb módon való megtervezésének és végrehajtásának a képessége a fontos, ezért akkor is elfogadjuk, ha elhibázza a rúgást.

Hogyan segítsünk?

Sok gyakorlással, a 4.6. ponttól folytatva tökéletesíthető a készség. Az is hasznos, ha más gyermekekkel vagy felnőttekkel játszhat.

A sorozat áttekintése és bővítése

A 4-5 éves kor szintjén további labdakészségeket láthatunk, pl.:

- Labda elkapása kézzel.
- 15 centiméteres labda elkapása, amely egy méterről pattan a gyermek felé.
- Kis labda dobása a cél 15 cm-es körzetébe.
- Kis, pattanó labda eltalálása ütővel.

5. Ugrás

A kisgyermekek rendszerint már azelőtt rendelkeznek valamiféle elképzeléssel az ugrásról, hogy képesek volnának maguktól ugrani. Élvezik, amikor segítenek nekik ugrani, amikor úgy tesznek, mintha ugranának, és amikor babájukat vagy puha játékaikat ugráltatják.

Az ugrás képessége hozzájárul a totyogó „egyszerű” járása és a fizikálisan fejlettebb gyermek rugalmas járása közötti különbséghez.

Az ugrási készségeket először mindig mezítláb gyakoroljuk.

A sorozat készségei a következők:

18 hónap — 2 év

1. Támasz segítségével kezd ugrani.
2. Felugrik, talpa éppen elhagyja a talajt.
3. Földön fekvő kötél felett átugrik.
4. Rönkről vagy alsó lépcsőről kézen fogva leugrik.
5. Egy helyben segítség nélkül páros lábbal ugrial.

3–4 év

6. Négy cm magas kötél fölött zárt lábbal átugrik.
7. Harminc centiméter távolságra ugrik.
8. Alsó lépcsőről vagy 20 cm magas rönkről segítség nélkül leugrik.
9. Oldalra, hátra ugrik.

5.1. Támasz segítségével kezd ugrani

Ez a harmonikus járáshoz szükséges ugrási készségek közül az első.

Amikor a gyermek bútorba kapaszkodva rugózik, azt mutatja meg, hogy képes hajlított térdét kinyújtani, miközben súlyt visz rajta. Ha ez a készség nem ismerős, most tekintsük át. A támasszal (ágyon vagy trambulínon) való rugózás most már könnyen megy a gyermeknek, de ellenőrizzük, hogy behajlított térdrel csinálja-e. Ha térdét egyenesen tartja, forduljunk más olyan készségekhez, melyek hajlított térdrel súly viselését tartalmazzák (különösen a 2.8. és 2.9. készségek).

Figyeljük meg a készséget, amelyhez egy magasabban lévő egyenletes felszínre van szükség, mint pl. asztal vagy pelenkázó. Fogjuk meg a gyermek kezét, mutassuk be az ugrást, és bátorítsuk őt is. Akkor sajátította el a gyermek a készséget, ha szándékos kísérletet tesz az ugrásra. Ne várjuk, hogy lába elhagyja a talajt, de be kell hajlítani a térdét, és fel kell szökkenie.

Hogyan segítsünk?

Bátorítsuk arra a gyermeket, hogy különböző helyzetekben ugorjon hozzánk. Meg kell azonban tanítanunk arra is, hogy csak akkor ugorjon, ha ott vagyunk előtte, különben

veszélyes helyzetekbe kerülhet. Nyújtuk felé a karunkat, hogy érezze, biztonságban van. Azzal a gyermekkel, aki túlságosan mozgékony, és nincs félelemérzete, máshogy gyakoroljunk: *kérjük, hogy az utolsó lépcsőfokról vagy a járdáról ugorjon le* (5.4. készség).

Ne hagyjuk, hogy csak felénk dőljön; be kell hajlítani a térdét, és meg kell próbálnia felénk szökkenni. Ha nem hajlíja be a térdét, tegyük a 2.19. készségnél (Egyensúlyvesztés nélkül guggol le játszani) leírt guggoló helyzetbe. Amikor már magabiztos ebben a pozícióban, kezdjük „Nyuszi, hopp!”-ot játszani. A „Nyuszi ül a fűben” című ének megfelelő részénél bátorítsuk a gyermeket arra, hogy felnyomja magát. Ebben úgy segíthetünk neki, hogy hónalja alatt a mellénél fogjuk, és saját lendületét kihasználva megemeljük. Fokozatosan csökkentjük az emelést, és bátorítsuk arra, hogy erősebben nyomjon felfelé. A lábak behajlítását-kinyújtását megpróbálhatjuk zene ütemére vagy libikókán ülve is. A bordásfal elé helyezett trambulín jó helyzet a gyakorlásra: előbbi a támaszt jelenti, utóbbi a láb rugózását segíti.

5.2. Felugrik, talpa éppen elhagyja a talajt

Ez a sorozat előző készségének folytatása. A gyermeket most arra kérjük, hogy kapaszkodás nélkül ugorjon. Ekkor már a gyermek képes kapaszkodás nélkül behajlítani a térdét, és felszökkenni. Lábai még alig hagyják el a felszínt, és nem feltétlenül mozognak együtt.

Hogyan segítsünk?

Az előzőekben leírt módszerekkel folytassuk, fokozatosan csökkentve a támogatást, és sok alkalmat adva a gyermeknek a mindenféle támasz nélkül való ugrásra. Az ugrás tanításához nagy kitartás kell, ezért ne essünk kétségbe, ha eltelik egy kis idő, míg a gyermek elsajátítja ezt a készséget. Ha a kezét nyújtva vagy verbálisan segítséget kér, adjunk számára biztonságot, így kommunikációja is fejlődik. Utána biztassuk: „Most te is próbáld!”

A gyermek érdeklődését fenntarthatjuk, ha az ugráshoz új dalokat és felületeket találunk neki – különösen olyan felületeket, amelyek valamennyire rugalmasak. Az ugráló várak különleges és élvezetes gyakorlásra adnak lehetőséget.

5.3. Földön fekvő kötél felett átugrik

A gyermeknek most már nemcsak felfelé, hanem előre is kell ugrania. A gyermek akkor sajátította el ezt a készséget, ha át tud ugrani egy földön fekvő kötél felett. Ebben a szakaszban lábai nincsenek feltétlenül együtt; ugrás közben egyik lába a másiknál előrébb lehet. Be kell hajlítani a térdét, és a kötél fölött előre ugrania.

Hogyan segítsünk?

Amikor a gyermek már fel tud ugrani, nem nehéz megtanulnia a földre helyezett kötél felett átugorni.

Először fogjuk meg a kezét, majd próbáljuk ki, hogy tudja-e egyedül. Amikor a gyermek már elsajátította térde behajlítását és a támasz nélküli elrugaskodás alapvető készségét, gyakorlással megtanulja az előre ugrást is. Biztassuk a szülőt, hogy hallgasson a gyermekkel együtt népezet, és a nagyobb testvérek táncoló mozdulattal mutathatnak mintát.

5.4. Rönkről vagy alsó lépcsőről kézen fogva leugrik

A gyermek itt egy bonyolultabb és fejlettebb ugráskészséget sajátít el. Kisebb magasságból kell (segítséggel) leugrania, két lábával egyszerre. Az ezt követő készséget (helyben segítség nélkül ugrál) már ezzel együtt is kezdhethük tanítani. A készség megfigyelésére használjunk rönköt vagy körülbelül 10-20 cm magas lépcsőt.

Hogyan segítsünk?

A rönkön álló gyermek elé térdeljünk le, és segítsünk neki leguggolni. Miközben azt mondjuk neki, hogy ugorjon, támasszuk a kezénél, és segítsünk neki leugrani a rönkről.

Eleinte a gyermek esetleg rugózik, próbál elrugaskodni, majd lelép a rönkről. Próbáljuk meg nem a kezénél, hanem a melle körül tartva segíteni, hogy az igazi ugrás érzését megtapasztalja. Ha továbbra is inkább lelép, szóban emlékeztessük az ugrásra, és ismételjük meg a gyakorlatot. Gondoskodjunk arról, hogy minden gyakorlást valódi ugrással, és ne lelépéssel fejezzünk be.

Gyakoroljunk járdaszegélyről, alsó lépcsőről, telefonkönyvről, számolýról, számliról stb. Különféle lehetőséget találunk majd a gyakorlásra, és minél többet gyakorolunk, annál gyorsabban sajátítja el a gyermek ezt a nehéz készséget. Akadálypálya része is lehet a számolýról való leugrás.

5.5. Egy helyben segítség nélkül páros lábbal ugrál

Ez erősebb elrugaskodást (ezáltal erősebb lábikrát) kíván, mint a rönkről való leugrás. Nehezebb, mint a kötél felett való ugrás (5.3.), mivel a gyermeknek most egyszerre kell érkeznie a két lábára, akár terpeszben is.

Hogyan segítsünk?

A páros lábbal való ugrás megtanításában először segítséget kell adnunk a gyermeknek.

Állítsuk a gyermeket csípőmagasságú támasszal (alacsonyabb szék, kávéasztalka) szembe. Engedjük, hogy nyújtott karral előre a támasznak dőljön. Amikor ugrani próbál, csípőjénél fogva kissé emeljük meg, hogy érezze a megfelelő mozdulatot. Ha szükséges, ugrás előtt emlékeztessük térde behajlítására.

Kezét fokozatosan vigyük egyre közelebb a támasz szegélyéhez, hogy inkább a lábán, mint a karján tartsa a súlyát. Majd bátorítsuk arra, hogy támasz nélkül ugorjon.

Úgy is gyakorolhatunk, hogy kezét fogva a gyermek elé állunk. Minél magasabban tartjuk a kezét, annál jobban húzza magát a kezével, ahelyett, hogy a lábával nyomná magát. Végül egyáltalán ne segítsünk neki, és figyeljük, tud-e egyedül ugrani.

A gyermek ugrástanításához használhatunk rugós hintát is. Lehet, hogy a függesztő pántok hosszát állítanunk kell. A hintát olyan magasságra állítsuk, hogy a gyermek térde behajlítva legyen, amikor lába a földre ér. A rugó, amelyhez a hinta van kötve, felerősíti a gyermek ugrásának erejét, és már egy kis elrugaszkodást is hatékonyabbá tehet.

Ne feledkezzünk meg arról, hogy a rugós hintát csak felügyelet mellett szabad használni. A gyermeket nem szabad hosszú időre lógva hagyni, mivel ez a fel-le rugózás önstimuláló mozgássá válhat. A hintát csak addig használjuk, amíg a gyermek nem képes lábaival nyomva, segítséggel ugrani. Ezután jobb, ha maga gyakorol. Számos mondóka alkalmas az ugrálás ritmusának gyakorlására. Kérjük meg a gyermeket, hogy mutassa meg, hogyan kell beleugrálni a harisnyába.

5.6. Négy cm magas kötél fölött zárt lábbal átugrik

Ez a sorozat előző készségének bővítése. A gyermek lábai most összhangban dolgoznak, és összezárva tartja őket. A készség megfigyeléséhez feszítsünk ki egy kötelet 4 cm-rel a talaj fölött. A gyermek akkor sajátította el a készséget, ha át tud ugrani a kötélen, és két lábával egyszerre fog talajt.

Hogyan segítsünk?

Eleinte a kezünkkel segítsük, figyeljük, hogy a gyermek behajlított lábbal rugaszkodjon el és érjen földet. Fokozatosan addig csökkentjük a segítséget, míg egyedül nem tud átugrani a kötél felett.

5.7. Harminc centiméter távolságra ugrik

Ez az ugró készség még erősebb elrugaszkodást kíván, tehát erősebb lábikrát, és a vállövi, törzsi és lábizmok jobb koordinációját. A készség megfigyelését végezzük lapos felületen, 30 centiméter széles szőnyegen vagy két, egymástól 30 cm-re lévő jelnél.

Hogyan segítsünk?

Most a gyermek már páros lábbal ugrik a rönkről vagy egy helyben. Megfelelő kontrollal is rendelkezik ahhoz, hogy a kötélen átugorjon. Ehhez a készséghez az ugrás irányításának kontrollja szükséges.

Fokozatosan növeljük azt a távolságot, amit a gyermeknek át kell ugornia; a kötél átugrásától kezdve a 30 centiméterre való ugrásig. Amikor növeljük a távolságot, eleinte mindig segítsünk. Először mezítláb, majd tornacipőben gyakoroljunk.

Egy nap során számos alkalom adódik ennek a készségnek a gyakorlására – a parketta és a szőnyeg határán átugrani, matracról a szőnyegre ugrani, pocsolyákon átugrani, az ösvényről a fűbe ugrani stb.

5.8. Alsó lépcsőről vagy 20 cm magas rönkről segítség nélkül leugrik

Ezen a szinten a gyermek páros lábbal ugrik le a rönkről, és behajlított térdrel érkezik. A készség megfigyeléséhez használjunk egy 12–20 cm magas rönköt vagy lépcsőt.

Hogyan segítsünk?

Amikor ezt a készséget bemutatjuk, túlozzuk el annyira a térdhajlítást, hogy nyilvánvalóvá váljon a gyermek számára.

Folytassuk az 5.4.-től (Rönkről vagy alsó lépcsőről kézen fogva leugrik), addig csökkentve a segítséget, míg egyedül nem ugrik.

5.9. Oldalra, hátra ugrik

A sorozat utolsó készségében az ugrás irányítása fölötti kontrollt bővítjük, hogy a gyermek oldalra és hátra is tudjon ugrni. Ha a gyermek a sorozat eddigi ugrási készségeit elsajátította, ennek a készségnek a megtanulásához csak gyakorlás, és a készség bemutatása szükséges.

A gyakorlást könnyen játékosá tehetjük. Próbáljunk „szoborjátékot” játszani, vagy formákat rajzolni a földre, és kérjük meg, hogy egyikből ugorjon át a másikba, anélkül, hogy megfordulna. Ragaszthatunk a földre kéz- és lábnyomokat vagy képeket, színes köröket, később számokat is, és a megfelelő képre ugorva nyelvi és gondolkodási ismereteit is bővíthetjük a mozgással kombinálva.

A sorozat felidézése és bővítése

A következőkben olyan ugrási készségeket említünk, amelyeket 4-5 éves szinten a gyermekek rendszerint elsajátítanak:

- Átugrás 15 cm magasan kifeszített kötél fölött.
- Guggoló helyzetből ugrásba lendülés („békaugrás”).
- Egymás után körülbelül 10 előre ugrás.
- Szökdelés.
- Ugróiskola

6. Triciklizés

A triciklizés élvezetes „tudomány”, de más megfontolandó előnye is van:

- Erősíti a lábizmokat, és oxigénigényes gyakorlást nyújt.
- A gyermeknek új lehetőségeket ad egyensúlyozási technikái használatára és bővítésére.
- Javíthatja annak a gyermeknek az önálló mozgási képességét, aki máskülönben nem képes segítség nélkül mozogni (mint a cerebrál-paretikus gyermekek).
- Lehetővé teszi a gyermek számára, hogy más gyerekekkel együtt játsszon a családban, az utcán.

A triciklizés készségét nehéz elsajátítani; ugyanakkor nagyon értékes készség.

A pedál nélküli „kismotort”, amelyen a gyermek lábával a földön húzza magát előre, gyakran a valódi biciklizésre való felkészülésnek tekintik, pedig ez nincs így. A pedálozáshoz képest egészen másfajta mozgást követel. Az a gyermek, aki ilyen „kismotort” használt, nehéznek találhatja majd a pedál használatát; lehet, hogy kezdetben földre tett lábával löki előre a triciklit. Ilyenkor legyünk türelmesek.

A tricikli kiválasztásánál figyeljünk, hogy a háttámlája érjen a gyermek derékmagasságáig, lába érjen le a pedálra annak előre tekert helyzetében. A pedálok legyenek egészen nagyok – olyan hosszúak, mint a gyermek lábfejeének elülső része. Amikor a gyermek a triciklin ül és nekidől a háttámlának, keze kényelmesen érje el a kormányt. A stabilitás érdekében a tricikli hátsó kerekének széles támasztása legyen. Ha olyan triciklin akarjuk tanítani, ami nem a gyermek méreteinek megfelelő, mindannyian frusztráltak leszünk.

A következőkben felsoroljuk a sorozat összes készségét.

2–3 év

1. Lábát a pedálra teszi, amikor tolják.
2. Pedállal hajítja a triciklit, kanyarban a lábát leteszi.

3–4 év

3. Széles kanyarban a triciklit átkormányozza.

6.1. Lábát a pedálra teszi, amikor tolják

Eleinte mi adjuk majd a tricikli mozgatásához szükséges izomerő javát, miközben segítünk a gyermeknek élvezni ezt az új élményt, és arra tanítjuk, hogy lábát a pedálon tartsa. A készség kialakult, ha a gyermek már 2 méteren át lábát a pedálon tudja tartani.

Hogyan segítsünk?

Mutassunk a gyermeknek tricikliző gyermekeket, vigyük el óvodába vagy játszótérre. Idősebb testvér is lehet modell számára – valaki mással együtt triciklizni sokkal tartalmasabb és szórakoztatóbb.

Üljünk le a triciklin ülő gyermek elé a földre, az első kereket vegyük két lábunk közé, és kezünkkel tartsuk a gyermek lábát a pedálokon. Most lábait a pedálon tartva finoman mozgassuk a triciklit előre és hátra. Ha örül ennek a mozgásnak, növeljük a mozgás hosszát karnyújtásnyira – előre és hátra.

Ezután a tricikli elejére kössünk kötelet, és húzzuk magunk felé előre a triciklit addig, míg a gyermek lába egyszer körbe nem fordul. Ha élvezi, néhányat lépjünk hátra, és ismét húzzuk magunk felé. Ha a tricikli hátuljára rudat lehet szerelni, még könnyebben irányíthatjuk a gyermek mozgását. Vízszintes és sima felületen kezdjük a gyakorlást, ekkor a legkönnyebb a pedált hajtani.

Ha a gyermek lába leesik a pedálról, ne folytassuk a húzást, amíg vissza nem teszi. Ez több hetet is igénybe vehet, de próbáljuk megőrizni a gyakorlás szórakoztató jellegét azzal, hogy más gyermekek bicikliznek vagy rollereznek körülötte. Ha van a triciklin csomagtartó, a gyermek „szállíthat” rajta különféle tárgyakat, ami motiválhatja a mozgást.

6.2. Pedállal hajtja a triciklit, kanyarban a lábát leteszi

Ez a készség a sorozat előző készségét bővíti. Itt a gyermeknek egyedül kell tekernie a tricikli pedálját, de még nem kell kanyarodnia vele.

Hogyan segítsünk?

A gyermeknek képesnek kell lenni lábát a pedálon tartani, ahogyan azt az előző készségnél leírtuk.

Kezdjük szüneteket tartani, amikor húzzuk vagy toljuk a gyermeket, és bátorítsuk arra, hogy a pedálok nyomásával folytassa a haladást. Nehéz lehet a gyermek számára, hogy csak az elől lévő lábával nyomhat (ha egyszerre nyom a két lábával, a tricikli megáll). Hátulról föléje hajolva két kezünket a két térdére téve segíthetünk neki felváltva nyomni a lábával.

Majd próbáljuk meg mindezt nagyon enyhe lejtőn. Álljunk a gyermek előtt, szükség szerint húzzuk vagy lassítsuk a triciklit. Fokozatosan csökkentsük a segítséget, míg a gyermek egyedül nem pedálozik. Ekkor menjünk vissza a vízszintes felületre; az elinduláshoz húzhatjuk is. Minden próbálkozását erősítsük meg kezdetben.

A tanítást tegyük változatossá, vonjunk be más gyermekeket is, énekeljünk neki, mondjunk mondókákat. Kisebb utakat megtehetünk vele az utcán. Ilyenkor figyelheti a körülötte lévő dolgokat, miközben pihen, viszont beszélgetésre is van lehetőség. A sétára elviheti a triciklin kedvenc játékkálatát vagy babáját is.

6.3. Széles kanyarban a triciklit átkormányozza

Ez a készség a triciklizés közbeni pontos kormányzást követeli. Alapvető készség, megfigyelését olyan pályán végezhetjük, ahová elhelyeztünk két vagy három akadályt (pl. hordó vagy székek, de természetes akadály is lehet, pl. egy fa), egymástól 3 méterre. A gyermek elsajátította ezt a készséget, ha el tudja kormányozni a triciklit az akadályok mellett. Még ne számítsunk arra, hogy szűk kanyarokon is befordul.

Hogyan segítsünk?

Először mutassuk meg a gyermeknek az akadálypálya használatát, ha a futási tevékenységeknél még nem használtunk ilyet.

Ezután használjunk kötelet vagy rudat (mint a korábbi tevékenységeknél), mellyel a gyermeket végighúzzuk az akadályok körül, figyelmeztetve arra, hogy lábát tartsa a pedálon, és fordítsa el a kormányt. A gyermeknek sok mindenre kell figyelnie a készség elsajátítása közben! Fokozatosan csökkentjük a segítséget, végül a gyermeknek már nincs is rá szüksége.

Nem szükséges, hogy akadálypálya legyen kijelölve a készség tanításához. Triciklizés közben bármikor szükség lehet arra, hogy kanyarodjon – nem lesz hiány a természetesen felbukkanó akadályokban.

A sorozat felidézése és bővítése

Fontoljuk meg egy háromkerekű roller beszerzését a gyermek számára. Ez csodálatos, szórakoztató játék – manapság gyakran megfedkeznek róla. Egy évi mulatság a rollerrel felkészíti a gyermeket arra, hogy támasztókerekek nélküli kétkerekű biciklire ülhesen. A rollerezés az egyensúlyi készségeket az egy lábon való egyensúlyozást is fejleszti.

Harmadik rész

Finommozgás- és kognitív készségek

Újszülött- és csecsemőkorban a kognitív funkciók fejlődését kezdetben legközvetlenebbül az észlelés, figyelem és a finommotoros tevékenységeken keresztül követhetjük nyomon. Ezért ebben a részben együttesen jelenik meg két fontos fejlődési terület: a finommozgás és az értelmi fejlődés. Ezek a területek önmagukban is nagyon összetett képességstruktúrákat foglalnak magukba, ezért nagyon nehéz őket különválasztani. A korai fejlesztésen belül – az érzékszervi akadályozottságtól eltekintve – a szakemberek nem mindig választják külön a különböző funkciók, fejlődési területek fejlesztését. Ebben a könyvben mi mégis megtettük, apró lépésekre bontva a fejlődésmenetet, hogy a segítő szakemberek számára is világosan láthatóvá váljék: megfigyeléseik alapján melyik ponton és hogyan tudnak segíteni a gyermek fejlődésében. Ezt a részt a többihez hasonlóan főként olyan szakembereknek szántuk (lásd még a kötet ajánlását), akik egyéni vagy csoportos fejlesztésre vállalkoznak, ezzel is segítve az akadályozott fejlődésű gyermekek ép közösségbe integrálását. A korai időszakban munkánk csak a szülőkkel együttműködve lehet sikeres, emiatt a készségek mögötti „tudást” a szülőknek is érthető formában kell átadnunk. A feladatokat a csecsemőkorban igyekeztünk a mindennapi gondozási helyzetekbe ágyazni, és később is azokat a helyzeteket kerestük, amelyek nem ragadják ki sem a gyermeket, sem a családját a megszokott hétköznapi tevékenységek közül. Kihagytuk azokat a feladatokat, amelyek a vizsgálatok próbáival megegyeznek, mert a kontrollvizsgálatok a fejlesztést követően nem tükröznék a gyermekek valódi képességeit. Szempontjaink minden családnak segítséget nyújthatnak gyermekük megfigyeléséhez, amely hozzásegít a jobb megismeréshez, azonban magában hordozza azt a veszélyt is, hogy elkezdjük részekre bontani a gyermeki fejlődést, holott a gyermeket mindig „egészként”, egyénként szabad szemlélni. Ezért van szükség az állandó kommunikációra szülők és segítőik között.

Ez a rész tehát arra vállalkozik, hogy az egyik legösszetettebb fejlődési terület – értelmi fejlődés – és a finommozgás készségeit bontsa elemeire. A fejlődéslélektan különböző irányzatai eltérően ítélik meg és súlyozzák az értelmi fejlődés többi területtel – pl. a nyelvi fejlődéssel, mozgással vagy a játékkal – való kapcsolatát, amelyek közül az eredeti szöveg nagyobb egységeit és a kognitív fejlődés finommozgáshoz kapcsolását meghagytuk, azonban a szerkezeten és a kisebb egységeken változtattunk, árnyaltabbá és érthetőbbé téve az eredeti felosztást. Az egyes részfejezetek előtt igyekeztünk témánként érthetően leírni azt, hogy a leírt részterület hogyan kapcsolódik a fejlődés egészéhez, és hogy a leírt feladatokat milyen alapelvek mentén kezelje az olvasó. Itt is érvényes, hogy a segítségnyújtást részletes vizsgálatnak kell megelőznie, mert a megfigyelési szempontok nem adnak elég lehetőséget a fejlődés egészének feltérképezésére. Mivel minden gyermek másképpen fejlődik, és lehetőségeik is mások, a feladatokat csak egy ötlettár részének tekintsük, amit szabadon és kreatívan alakíthatunk az adott gyermek képességeinek megfelelően.

Megállapításaink elsősorban az értelmi akadályozott gyermekekre vonatkoznak. Ha a komplex vizsgálaton kiderül, hogy a gyermek mozgásrendszere, érzékszervei nem épek, vagy súlyos viselkedéskérdések akadályozzák fejlődését, akkor a feladatokat speciális szakember segítségével módosítani kell.

Tóth Anikó, Rosenberger Tímea

I. FINOMMOZGÁS-KÉSZSÉGEK

A finommozgás-készségek magukba foglalják mindazokat a mozgásokat és mozgáskombinációkat, melyekhez a kéz és a szem izmainak együttes működése szükséges. A gyermek fejlődése szempontjából nagyon fontosak, mert

- hozzásegítik a környezetét jobb megismeréséhez,
- a finommozgás készségeivel képes a gyermek önellátóvá, függetlenné válni, pl. egy gomb begombolása is finommozgást igényel,
- a finommozgás ügyesedése hozzásegíti a gyermeket ahhoz, hogy fejlődjön az önmagáról alkotott képe, valamint elősegíti a gyermek *szociális készségeinek* fejlődését azáltal, hogy könnyebben be tud kapcsolódni a játékba vagy a közös munkába,
- a finommozgás teszi lehetővé, hogy a gyermek *kreatívan* ki tudja fejezni elképzeléseit a játék során és a művészeti tevékenységekben.

Kinek van szüksége speciális megsegítésre? Látásában vagy mozgásában akadályozott gyermekeknek szüksége lehet speciális segítségre, mivel ezen esetekben a szem-kéz koordináció nehezített. A szakember segít elmagyarázni az egyes tevékenységek alapvető célját, és megtalálja a kívánt célhoz elvezető legjobb módszert.

Ahogy a gyermek fejlődik, egyre többféleképpen tanul meg bánni a tárgyakkal. Az önellátás és szociális sorozatban szereplő készségek közül többet szintén ide sorolhatnánk; az evés, mosakodás, fésülködés és az öltözködés bizonyos mértékig magában foglalja a kézügyességet, a szem-kéz koordinációt.

Mindezeket a készségeket a gyermek használja a játéknál, ezek segítségével alkot vagy idéz elő dolgokat. Amikor más fejlődési területek készségei mellett tanítjuk ezeket, mindig az a célunk, hogy a gyermek a körülötte lévő tárgyak használatát bővíthesse, változatosabbá tehesse. A programban szereplő sorozatok két egységbe sorolhatók:

1. Vizuális észlelés és figyelem
2. Szem-kéz koordináció, kézügyesség

1. Vizuális észlelés és figyelem

A vizuális észlelés alapja az ép látás, azonban ép látás mellett is előfordulhat a vizuális ingerek feldolgozásának zavara.

A gyermek képessége, hogy tárgyakra fókuszálni tud, és szemével követni tudja őket, nagyban elősegíti annak a képességnek a kialakulását, hogy kezét egy tárgy felé kinyújtsa és megfogja azt, valamint a játék során kezeivel manipulálni tudjon. A különböző észlelési területek közül tehát itt a látás kap nagyobb hangsúlyt (a nyelvi fejlődésnél pedig inkább a hallás), azonban ez nem jelentheti a funkciófejlesztést. A csecsemők a különböző érzékeken keresztül szereznek tapasztalatokat, s ennek során megértük a körülöttük lévő világot, embereket, tárgyakat, azok tulajdonságait. A finommozgás tekintetében tehát a látás a lényeges, az értelmi fejlődés egészére nézve azonban a különböző érzékelemek egymásra hatása lesz elsődleges.

A vizuális figyelmet és a manipulációt a féléves fejlettségi korig két külön sorozatnak tekintjük, azonban olyan szorosan összekapcsolódnak, hogy fejlesztésük elválaszthatatlan egymástól. A következőkben tehát lássuk a féléves korig megfigyelhető vizuális készségeket, amelyhez a későbbiekben (2. fejezet) a mozgás kapcsolódik. Míg az épen fejlődő csecsemők tárgyak után nyúlása 2 és fél hónapos korban még vizuálisan vezérelt, a szem-kéz koordináció javulásával 9 hónaposan már ügyesen meg tudják ragadni a látott tárgyakat, addig az észlelés és a mozgás összhangjának megbomlása esetén a manipuláció, valamint a kognitív fejlődés egésze akadályokba ütközik. Ezért olyan fontos az érzékszervek és az izomrendszer állapota, valamint az érzékelemek központi idegrendszeri feldolgozásának minősége. Ugyanakkor ezért tekintjük alapelvnek a mozgáson alapuló tapasztalatszerzést és a mozgásba ágyazott beszédet is.

Lássuk tehát a korai vizuális fejlődés szakaszait az ép fejlődésmenetet figyelembe véve:

0–3 hónaposig

1. Szemét a tárgy felé fordítja, néhány másodpercig rá fókuszál.
2. Középvonalban vízszintes irányban mozgó tárgyat tekintetével követ.
3. Függőleges irányban mozgó tárgyat tekintetével követ.

3–6 hónaposig

4. Egyik tárgyról a másikra néz (tekintetváltás).
5. Fekvő helyzetben tárgyat tekintetével hosszan követ.
6. Kis tárgyra néz.

1.1. Szemét a tárgy felé fordítja, néhány másodpercig rá fókuszál

Az első „tárgy”, amely megragadja a gyermek figyelmét, a szülő arca, és még sokáig ez marad számára a világon a legfontosabb. Ezért kezdjük itt a tanítást: beszéddel és mosolygással biztatva a gyermeket, hogy nézzen a szülei arcára. Ha ezt már elértük, következhetnek a tárgyak.

Válasszunk élénk, színes játékokat, melyek nem keltenek zajt, és **figyeljük meg** a gyermek reakcióit. Tartsuk a játékot a gyermek arcától körülbelül 25 cm-re, középen. Mozgatással hívjuk fel rá a figyelmét. Figyeljük meg, hogy a gyermek szemével rátekint-e a tárgyra 1-2 másodpercig. Segíthetünk fókuszálni, ha arcunkkal időnként eltávolodunk, majd újra közeledünk, illetve kedves, biztató beszédünkben rövid szünetet tartunk.

Hogyan segítsünk?

A következő lépések segítenek ennek a készségnek a kialakulásában.

1. A gyermek fölé hajolva, kedvesen énekelve vagy beszélve hozzá (l. beszédértés lépései) hívjuk fel arcunkra a figyelmét, mimikával is biztatva igyekezzünk minél hosszabb ideig tekintetét arcunkon tartani.
2. Ha már arcunkra néhány másodpercig tud figyelni, kb. 20x20 cm-es kartonra ragasztott vagy rajzolt arcformával helyettesíthetjük saját arcunkat.
3. További lépésként középvonalban arca elé helyezett élénk színű tárgyakkal próbálkozhatunk.

Ha a gyermeknek a fent leírt lépésekben nehézségei adódnak, győződjünk meg róla, hogy elég időt adtunk-e neki, hogy reagáljon. Mielőtt közbelépünk segítségünkkel, próbálkozunk különböző színű és nagyságú tárgyakkal, valamint kísérletezhetünk azzal, hogy a tárgyat kissé közelebb vagy távolabb helyezzük arcától. Szánjunk rá elég időt, hogy megfigyeljük, mi az, amire magától is ránéz. A gyermek érdeklődése legyen vezetője kísérletezéseinknek. Később használhatunk egyre kisebb és kevésbé élénk színű tárgyakat is.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Beszéljük meg a szülőkkel a segítő helyzeteket a lehetőségeknek megfelelően. Gondoskodjunk róla, hogy a gyermeknek mindig legyenek olyan tárgyak a látóterében, melyeket nézegethet. Lógassunk fölé tárgyakat keretre vagy fogásra, amikor a földön fekszik. Akasszunk figyelemfelkeltő tárgyakat, érdekes mintájú anyagokat a kiságya oldalára, lehet ez egy rajzolt arc, színes kendő, játék. Akasszunk függő tárgyakat az ablakra, melyek a fény változásával színüket változtatják, ölünkben tartva és nézelődve is, ez megragadja a gyermek figyelmét. A kertben helyezzük el őt úgy, hogy láthassa a lombok mozgása során elő-elővillanó égboltot. Tegyük őt olyan helyzetbe, hogy figyelhessen minket. A távolság, melyre fókuszálni tud, még kicsi, így amikor házimunkát végzünk, legjobb, ha ágyában vagy földre fektetve a közelünkben van. Fontos azonban olyan figyelmi időket biztosítani számára, amikor egyedül nézelődhet, ami alapja pl. a saját kéz nézegetésének is. Figyelme felkeltésére a gondozási helyzetek a legalkalmasabbak – beszéljünk hozzá, amikor pelenkázunk vagy etetjük, és ölelgessük meg, hogy érezze, arra biztatjuk, hogy figyeljen ránk.

1.2. Középvonalban vízszintes irányban mozgó tárgyat tekintetével követ

Amennyiben a gyermek már arcunkon és az elé tartott tárgyakon hosszabb ideig tartja tekintetét, próbáljuk meg rávenni, hogy kövesse az arcot vagy tárgyat akkor is, amikor az mozgásban van. Egészen kicsi vízszintes irányú mozgással kezdjünk.

A fentiekben leírt helyzetben, amikor a gyermek arcunkat már hosszabban nézi, **figyeljük meg**, hogy próbálja-e tekintetével követni azt, ha jobbra-balra kicsit lassan elmozdítjuk. Mindeközben továbbra is beszéljünk hozzá, mosolyogjunk rá.

Hogyan segítsünk?

Azért próbálkozunk eleinte az arc követésével, mert a gyermek fölé hajolva pontosan tudjuk követni szemének mozgását, és ha már nem tud követni minket, visszatérhetünk a középvonalba. Ha mozgásunk követése közben tekintete elkalandozik, várjuk meg, míg visszanéz ránk, és ezután folytassuk a mozdulatot. Ha arcunkat a gyermek már ügyesen követi, próbálkozunk az előző helyzethez hasonlóan rajzolt arccal, élénk színű, hangot adó, majd hangtalan, de színes játékkal.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Továbbra is mutassunk a gyermeknek érdekes dolgokat, ahogy eddig, ezúttal mozgassuk is azokat a fent leírtak szerint. Ezt a gyakorlatot is beiktathatják a szülők a napi gondozási tevékenységekbe, például a pelenkázás idejére.

1.3. Függőleges irányban mozgó tárgyat tekintetével követ

Ha a gyermek az arcunkat és a tárgyakat vízszintes irányba mozgatva tekintetével követni tudja, következő lépésként próbálkozunk – ismét arcunk mozgatásával kezdve – a függőleges irányú követéssel.

Figyeljük meg, hogy amikor már ránk tekint, követi-e mozgásunkat, ha arcunkkal lefelé az álla vonaláig, illetve fölfelé feje tetejéig elmozdulunk. Eközben is beszéljünk hozzá, és mosolyogjunk rá, figyelmét mindvégig fenntartva.

Hogyan segítsünk?

Ugyanúgy segíthetünk a gyermeknek a függőleges irányú követésben, mint ahogyan azt a vízszintes irányú mozgásoknál tettük. Itt se feledkezzünk meg a fokozatosságról, valamint, hogy arcunk után kínáljunk tárgyakat is a gyermeknek, hogy kövesse azokat.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Ezt a játékot is legkönnyebben a gondozási helyzetekbe tudjuk beiktatni.

1.4. Egyik tárgyról a másikra néz (tekintetváltás)

Ahhoz, hogy a gyermek egyik tárgyról a másikra tudjon nézni, szükség van arra, hogy tekintetét hosszabb ideig tudja arcunkra vagy tárgyakra fixálni, ill. azok mozgását teste középvonalán keresztül tudja követni. Ez a készség tehát alapja a most ismertetettnek.

Figyeljük meg, hogy ha a gyermek arcától kb. 25 cm-re, vállai vonalában két hangot adó tárgyat tartunk, képes-e arra, hogy tekintetét egyikről a másikra váltsa. Fontos, hogy először az egyiket szólaltassuk meg, és várjuk meg, míg a gyermek ránéz. Csak ezt követően szólaltassuk meg a másikat, és várjuk, hogy erre fordítsa tekintetét. A látási figyelem itt szorosan összekapcsolódik a hallási figyelemmel.

Hogyan segítsünk?

Kezdetben biztassuk a gyermeket, hogy arcunkról egy tárgyra nézzon, és vissza. Az arcunk ilyenkor egyik válla vonalában, tőle 25 cm-re legyen, a tárgy pedig a másik vállánál ugyanilyen távolságban. Beszéljünk hozzá, és amikor már ránk néz, akkor rázzuk meg a játékot, hogy az felkeltsen a figyelmét. Amikor a játékra néz, kezdjük megint beszélni hozzá, hogy ismét magunkra irányítsuk a figyelmét.

Ezután már két játékot használhatunk. Azokkal a játékokkal érdemes kezdeni, melyek figyelemfelkeltő hangokat adnak. Hagyjunk időt, hogy a fixált tárgyban „gyönyörködjön” a gyermek, és csak a kellő idő elteltével váltsunk a másik tárgyra.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Ezt a készséget nagyon könnyen gyakorolhatják a szülők a napi tevékenységek során. Biztassák a gyermeket, hogy etetéskor arcukról a cumisüvegre (vagy az anya mellére) nézzon, fürdéskor pedig egy csipogó játékra. Amikor házimunkát végeznek, helyezték a gyermeket a közelükbe, és mutassák meg neki azokat a tárgyakat, amelyekkel éppen foglalkoznak (mindig kettőt). Amikor nem lehetnek éppen vele, függeszzenek fölé legalább két érdekes vagy mozgó tárgyat.

Idővel a tárgyakat fokozatosan növekvő távolságokban is elhelyezhetjük. Ez a készség fontos a nyelvi fejlődés szempontjából is, a tekintetváltás fontos tényező lesz majd a tárgyak nevének megtanulásában, a beszédértés gyakorlásában.

1.5. Fekvő helyzetben tárgyat tekintetével hosszan követ

Ha a gyermek már képes középvonalban mozgó tárgyat tekintetével követni, készen áll arra, hogy egy tárgyat az egyik oldalról egészen a másik oldalig kövessen, fejét is mozdítva, keresztezve teste középvonalát.

Hajoljunk a gyermek fölé, és mozgassuk lassan arcunkat úgy, hogy fektessük az ő arca mellé az egyik, majd ugyanezen az úton mozgatva a másik oldalra. **Figyeljük meg,** hogy mozgásunkat a gyermek fejének fordításával és tekintetével követi-e.

Hogyan segítsünk?

Némely gyermeknek kezdetben nehézséget jelent fejét folyamatosan az egyik oldalról a másikra fordítani. Segíthetünk, ha kezünkkel gyengéden magunk felé fordítjuk a fejét. Fontos, hogy ebben a helyzetben is folyamatosan mosolyogjunk és beszéljünk a gyermekhez.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Ennek a készségnek a fejlesztését is tovább bővíthetjük arcunk helyett színes, hangot adó tárgyak, egyéb játékok használatával.

Ezt a játékot a szülők is beiktathatják a napi gondozási tevékenységekbe, pl. pelenkázás, öltöztetés. Biztathatják arra is a gyermeket, hogy amikor a szobában járkálnak, és közben beszélnek hozzá, kövesse őket a tekintetével, fejmozgásával.

Séta közben vagy játszótéren ölükbe véve a gyermeket kitűnő lehetőséget teremthetnek számára, hogy felfigyeljen a környezetéből érkező különböző ingerekre, és tekintetével kövesse a mozgó alakokat.

1.6. Kis tárgyra néz

Amikor a gyermekek megtanulnak pontosabban fókuszálni, egyre kisebb és kisebb tárgyakra tudnak már nézni. **Figyeljük meg**, hogy mekkora az a legkisebb méretű tárgy, melyre a gyermek hosszabb ideig tud fókuszálni.

Hogyan segítsünk?

Igyekezzünk olyan tárgyakat választani, melyek valamilyen hangot, zörejt keltenek, például kisméretű csengőket. A fényesen csillogó tárgyak is jól használhatóak. Ügyeljünk arra, hogy a tárgyakat mindig más színű felületre helyezzük, hogy a tárgy jól elkülönüljön háttérétől.

Mivel az apró tárgyakat leginkább vízszintes felületen lehet észrevenni, ültessük a gyermeket az ölükbe, hátát biztonságosan megtámasztva, és így hívjuk fel figyelmét az asztallapon elhelyezett tárgyakra.

Figyelmét úgy is tudjuk fejleszteni, hogy fokozatosan egyre kisebb és kisebb tárgyakat mutatunk neki. Mindig akkor változtassuk a tárgyak méretét, amikor a gyermeknek már nem okoz nehézséget az adott méretű tárgyat nézni. A tárgyak méretét a mazsolaszemek méretéig csökkentjük.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Természetesen nem hagyhatjuk egyik gyermeket sem egyedül kisméretű tárgyakkal játszani. Ebben a szakaszban ez leginkább a figyelmet irányító tevékenység. Számos lehetőség kínálkozik majd a gyakorlásra. Biztassuk a szülőket, hogy a lakásban vagy kint a kertben, séta közben tartsák úgy a gyermeket a kezükben, hogy testüktől elfordítva szemlélődhessen. Együtt nézessék meg a virágokat a kertben, képeket a falon, játékokat, tárgyakat a polcon, ételdarabokat az asztalon, mindazt, ami érdekes lehet a gyermek számára.

2. Szem-kéz koordináció és kézügyesség

A finommotoros készségek alapja a pontos nyúlás, fogás és a szándékos elengedés. Mindezekhez szükséges a szem és a kéz megfelelő koordinációja, vagyis hogy a látás irányítsa a kezek mozgását. 2 és fél hónapos korukra a csecsemők vizuálisan kezdik vezérelni mozgásaikat, mikor a tárgy felé nyúlnak. A látás vezérelte mozgás a szem-kéz koordináció fejlődésével fokozatosan integráltabbá válik. 3 és 12 hónapos koruk között elsajátítják a gyermekek a tárgyak megfogásának, felderítésének legdifferenciáltabb mozdulatait, ami által lehetőségük nyílik bonyolultabb cselekvéssorok végrehajtására (pl. kanállal evés, kis tárgyak felcsippentése stb.). Amikor már az alapvető finommotoros készségek nem okoznak nehézséget a gyermeknek a tevékenységében, egyre nagyobb szerepet kap a kognitív érdeklődés a tárgyakkal való manipulációban. A tárgyakat különböző módokon derítik fel, manipulációjuk egyre változatosabbá válik (elmozdítás, csapkodás, rázás, szorítás, hajlítás stb.), így a tárgyak tulajdonságairól egyre több információt kapnak. A biztos nyúlás, fogás és elengedés birtokában képes a gyermek pl. autót tologatni, felhúzni egy zenélő játékot, kirakni egy kirakós játékot, míg a változatos manipuláció a környezetről szerzett tudás és a felette gyakorolt kontroll lényeges eszközévé válik (pl. a kanál szájba való, a labdát gurítani vagy dobni lehet stb.). Kialakul a tárgyak funkcionális használata.

Mindezek a tevékenységek a játék nélkülözhetetlen részei, a gyakorlásnak is a játék ad értelmet.

Ebben a sorozatban a gyermek azon képességét vizsgáljuk, mely lehetővé teszi, hogy tárgyakat megfogjon, a csecsemő reflexszerű fogásától a kétévesek magasabb szintű, érett csippentő fogásáig. A továbbiakban áttekintjük a vizuális figyelemre épülő szem-kéz koordináció és a kézügyesség fejlődésének sorozatát, az általános fejlődésmenet életkori intervallumai alapján.

0–3 hónaposig

1. Kezeivel markolászik.
2. Kezeit összeszetesi.
3. A kezébe tett tárgyat tartja.

3–6 hónaposig

4. Kézben tartott tárgyat tekintetével vizsgál.
5. Két tárgyat tart, ha a kezébe adják.
6. Két kézzel kinyúl és megfog tárgyakat.
7. Egyik kezéből a másikba átveszi a játékot.

6–9 hónaposig

8. Csörgőt aktívan ráz.
9. Ugyanazt a tárgyat többféleképpen használja.
10. Egy kézzel célirányosan nyúl tárgyakért.
11. Apró tárgyakat felvesz.

9–12 hónaposig

12. Tárgyat elenged.
13. Tárgyat edényből kivesz.
14. Tárgyat tálba behelyez.
15. Pálcáról karikát lehúz.
16. Tárgyakat egymásra helyez.
17. Játékvonatot vagy játékautót tol.
18. Apró tárgyakat felcsippent.

12–18 hónaposig

19. Hosszúkas tárgyakat „tartójukba” behelyez.
20. Kockákból tornyot épít.
21. Nagy karikát pálcára húz.
22. Két kézzel tárgyat mozgat.

18 hónaptól–2 évesig

23. Fonalat felcsippent.
24. Utánozva papírt hajtogat.

2 évesről 3 évesig

25. Gyöngyöt fűz.
26. Ollóval vagdos.
27. Csavaros játékot szétcsavar.

2.1. Kezeivel markolászik

Figyeljük meg, hogy a gyermek ágyában vagy takarón fekve markolássza-e ruhácskáját, takaróját, vagy vállunkon tartva a mi ruhánkat, hajunkat, bőrünket.

Hogyan segítsünk?

Adhatunk a gyermekre olyan ruhadarabokat, melyeken kis zsebecskék, rávarrt figurák találhatók. Ezeken végighúzhatjuk kezeit, arra ösztönözve őt, hogy maga is markolássza azokat. Természetesen csak akkor, ha önállóan ez nehézséget jelent számára.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Javasoljuk a szülőknek, hogy ha hasra fektetik a gyermeket különböző tapintatú anyagokból (bársony, kordbársony, plüss, zsákvászon, műszőrme stb.) összevarrt takaróra, akkor nagyobb testfelületen érezheti a különböző struktúrákat, és ez arra fogja késztetni, hogy kezeivel megtapasztalja, markolássza azokat.

Még változatosabbá tehetük ezt a helyzetet, ha kis takarója alá nylonzacskót, csomagolópapírt és egyéb zörgő anyagokat tesznek. Így ezek hangja is aktivitásra serkenti a gyermeket. A gyermek ébrenlétei nagyobb részében azonban háton legyen, így jobban nézelődhet, és kezei is szabadabban mozognak.

2.2. Kezeit összeszeszi

Korai mérföldkő a csecsemő fejlődésében, amikor a mellkasa fölött összeszeszi két kezét. Ez a fordulópont a nagy- és a finommozgás fejlődése szempontjából egyaránt lényeges (Nagy-mozgás-készségek 1.5.).

Figyeljük meg a gyermeket a nap azon időszakában, amikor egyedül nézelődik (pl. ébredéskor). A készség kialakult, ha a gyermek a hátán fekvé kezeit mellkasánál összeérinti, összeszeszi, vagy esetleg egyiket a másikkal meg is fogja.

Hogyan segítsünk?

Ha a fenti készséget a gyermek még nem gyakorolja, akkor minél gyakrabban játsszunk vele olyan testkontaktust igénylő játékokat, amelyek előkészítik a két kéz összehozását úgy, hogy a gyermek két karja teste középvonala felé mozdul, pl. fejünkkel mellkasát csiklandozzuk, és így két kezét arra készítjük, hogy fejünket, hajunkat megragadja („bucizós” játék). Ha megérintett, kezeit fogjuk és puszilgassuk meg. Ezt a játékot játszhatjuk nagyobb méretű puha tárgyakkal (puha labdákkal, babákkal, párnákkal stb.), amelyek érdeklik a gyermeket, és meg tudjuk velük egy picit csiklandozni.

Ezenkívül a gyermek valamelyik kezére tehetünk figyelemfelhívó, csuklóra rögzíthető, színes bébi csörgőt vagy karkötőt, melyet úgy tud megfigyelni, ha kezét középre emeli. Ha ezt nem teszi, játék közben mi is segíthetünk két kezének összehozásában.

Hagyjunk elég időt a szemlélődésre. Nagy élmény lehet számára, hogy hadonászó keze hol a látóterébe kerül, hol „eltűnik”.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Javasoljunk a szülőknek olyan játékokat, melyeket a mindennapi gondozási tevékenységekbe beépíthetnek, pl. ébresztésnél kispárnájával, öltöztetésnél ruháival, pelenkázásnál popsi törlő dobozzal vagy fürdetéskor nagyobb szivaccsal játszhatnak a gyermekkel.

Vonjuk be ezekbe a játékokba a család többi tagját is, eközben a gyermek megtanulja, kik a közvetlen hozzátartozói, és a különböző személyek bekapcsolódásával változatos lehetőséget nyújtunk a készség gyakorlásához.

Mondókák közül a tapsolós, cirógatós mozdulatokat előhívó versikék a legalkalmasabbak a két kéz együttes használatának játékos előkészítésére.

2.3. A kezébe tett tárgyat tartja

A gyermek születésétől kezdve szorosan megmarkolja ujjunkat, ha markába helyezzük – a szülők számára csodálatos érzés ez! Örömteli pillanat, amikor egy csecsemő először tart meg akaratlagosan egy játékot. Ekkor a világ felfedezésének egy új korszaka kezdődik a számára.

Figyeljük meg, ha a gyermek tenyerét egy játékkal (pl. karika, csörgő stb.) megérintjük, ujjával ráfog-e, tartja-e azt rövid ideig.

Hogyan segítsünk?

Kezdetben válasszunk könnyű eszközöket (pl. összecsavart, kis méretű papírdarab, kozmetikai vattapamacs, szivacsdarab, karperec). Tárgyak helyett ebben a helyzetben is bátran használhatjuk ujjunkat, mert arra a gyermek szívesen ráfog.

Ha a könnyebb tárgyakat már néhány másodpercig ügyesen megtartja a gyermek, nehezebb tárgyakkal is próbálkozhatunk (pl. csörgők, bébi karikák).

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A gyermek fejlődésének korábbi szakaszában javasolt különböző tapintatú anyagokból varrt takaróra már varrhatunk nagy méretű gombokat, gyöngyöket, csörgőket, karikákat vagy bármilyen más jól megfogható tárgyat. Kisméretű zsákokba csörgőt varrhatunk, ami kis kézmozdulatra is megszólal. Változatos tapintási ingert biztosíthatunk a gyermek számára, ha pl. zacskóba kötött üveggyököket, tobozt, fémkanalat vagy más anyagú tárgyat teszünk a kezébe. Ezek általában eltérő hőmérsékletűek is.

Nagyon jó játék a fogás erősítésére, ha megpróbáljuk elvenni tőle a kezében megtartott játékot úgy, hogy időnként mi engedjük el a tárgyat, hogy az ő kezében maradjon. Így az akaratlagos elengedést erősítjük. Biztassuk a szülőket hasonló játékokra.

2.4. Kézben tartott tárgyat tekintetével vizsgál

Amikor a gyermek először kezd tárgyakat megfogni, talán nem is néz rá arra, amit a kezében tart. A kézben tartott tárgy látása összetett tevékenység, melynek feltétele, hogy a gyermek közeli tárgyra is tudjon fókuszálni, kezeit mellkasánál össze tudja hozni, a tárgyat fel tudja emelni, és viszonylag biztosan tudja tartani. Tehát ez már több sorozat feladataiban szereplő készséget feltételez.

Figyeljük meg a készséget. Ha a gyermek rövid ideig meg tud tartani egy tárgyat, és próbálja szeme elé emelve megnézni, akkor a készség birtokában van.

Hogyan segítsünk?

Adjunk a gyermek kezébe olyan hangot adó tárgyat, melyet könnyen meg tud a kezében tartani (egyes csörgők felső része kifejezetten súlyosabb, így előfordulhat, hogy a gyermek az arcára ejti, és ez kedvét szegi próbálgatásaiban). Segítsünk a szülőknek a megfelelő csörgő kiválasztásában. Lényeges, hogy egyszerre csak egy tárgy legyen a gyermek látóterében, hogy ne vonja el más a figyelmét. Segíthetünk úgy is, ha olyan testhelyzetben kínálunk neki eszközöket, amelyben szívesen nézegeti kezeit is. Adjunk elég időt és nyugalmat a gyermeknek ahhoz, hogy elmélyülhessen a szemlélődésben. Érdeklődését fenntarthatjuk, ha próbálkozásait mosollyal, kedves szóval dicsérjük.

2.5. Két tárgyat tart, ha a kezébe adják

Íme egy másik módszer a gyermek fogási készségeinek bővítésére. Két tárgy megfogása aktív koncentrációt igényel. **Figyeljük meg**, hogy amikor a gyermeknek mindkét kezébe adunk egy-egy könnyű játékot, meg tudja-e tartani rövid ideig mindkettőt.

Hogyan segítsünk?

Amikor kezébe adjuk a játékokat, és ő még nem tudja egyedül megtartani, kezünket othagyva játszogathatunk azokkal közösen (pl. csörgő rázogatója, összeütögetése).

Segíthetünk neki felemelni a kezét, hogy láthassa a tárgyakat, amiket fog, de csak akkor, ha erre önállóan még nem képes.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Amikor nem tudunk a gyermekkel játszani, akasszunk fölé elérhető távolságba olyan játékokat, amelyeket két kézzel könnyedén meg tud fogni. Fonalra felfűzött cénaorsók kiválóak, de egy műanyag babakulcscsomó vagy nagy, fényes karikák fölfűzve szintén megfelelnek a célnak. A csecsemők önállóan könnyebben fogják meg ezeket a tárgyakat két kézzel, mint az apróbb, különálló tárgyakat. A „fellógatott” tárgyak szerepe megnő az akadályozott fejlődésű gyermekek esetében, hiszen amíg az ép gyermekek aktívan mozognak, az ő esetükben a tárgyak elérését is meg kell könnyítenünk.

2.6. Két kézzel kinyúl és megfog tárgyakat

Ha a gyermek már megtanult tárgyakat megfogni és megtartani, meg tudja azt is tanulni, hogy szándékosan nyúljon tárgyakért egy bizonyos távolságba, ellenőrizve kézmozgásának irányát. Ez az alábbi módon alakul ki: 1. kinyúl, de nem fogja meg, inkább ütögeti a játékot, 2. kinyúl a tárgyért, és mindkét kezével megfogja azt.

Figyeljük meg, ha elérhető távolságba lévő tárgyra felhívjuk a gyermek figyelmét, majd várakozunk, akkor elkezd-e nyúlni a tárgy felé. Kezdetben türelemmel kell várakoznunk, mivel a gyermek kézmozdulata, nyúlása még bizonytalan lehet.

Hogyan segítsünk?

Amikor ölünkbe vesszük a gyermeket, beszélünk hozzá és ölelgetjük őt, biztassuk, hogy mindkét kezével nyúljon az arcunkhoz, és érintse meg. Először csak ütögetni, markolászni fog, később a kézmozgás differenciálódása során a haj, szakáll és a nyaklánc válik kedves megfogni való tárggyá.

Segíthetünk a gyermek kezeinek mozgatásában, de ügyeljünk arra, hogy meghagyjuk önállóságát, és legyen türelmünk megvárni kezdeményezését. Siker esetén bátorítsuk újabb mozdulatokra.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A szülők otthon gondoskodjanak róla, hogy ha a gyermek a hátán fekvé egyedül játszik, mindig legyenek körülötte játékok elérhető távolságban. Ha a játék kiesik a kezéből, és messzebbre gurul, bátorítsák az egész testtel való mozgásra. Kísérjék figyelemmel játékát, de legyen módja önállóan játszani, miközben az anya mással tevékenykedik, pl. a közelben vasal. Ha sikerül a gyermeknek megütni a játékokat, akkor azok mozgása is motiválhatja őt a további próbálkozásra. Etetéskor is biztathatják, hogy tegye rá kezeit az anya mellére, vagy ha már nem szopik, fogja meg, és a későbbiekben tartsa a poharat vagy a cumisüveget.

A tárgyak irányába való kinyúlást és megfogást nem csak háton vagy ölben gyakorolhatjuk. Miután a gyermek képessé válik hason fekvé testsúlyát karján megtartani, próbálkozhat ebben a testhelyzetben is (l. Nagymozgás-készségek 1.12.). Fontos, hogy biztonságos pozíció legyen, amiben nyúlni próbál, ha pl. ülő helyzetben van, mindig jól támasszuk meg a hátát.

2.7. Egyik kezéből a másikba átveszi a játékot

6 hónapos életkorban ez a készség nagyon fontos állomás a fejlődésben. Gyakran önkéntelenül, segítség nélkül is kialakul, amennyiben a gyermeknek bőven van lehetősége a kinyúlás és fogás gyakorlására. Figyeljük meg, hogy miközben a gyermek megfogja a játékokat, megnézi-e azokat, ill. mindkét kezét használja-e a tevékenység során.

Hogyan segítsünk?

Amennyiben a gyermeknek nehézségei adódtak már a nyúlás és a fogás területén, akkor azok gyakorlását folytassuk. Az egyik kézről a másikba való áthelyezést egy-egy tárggyal úgy is gyakorolhatjuk, hogy a gyermek egyik, majd másik kezét megérintjük, miközben ő rá is foghat arra, vagy együtt adogathatjuk egyik kezéből a másikba. Használjunk olyan hangot adó játékokat, melyek vizuálisan is érdekesek a gyermek számára. A tárgy játék közbeni útját énekel, mondókéval kísérhetjük (pl. „Megy a labda vándorútra...”).

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Amikor a gyermek önállóan játszik, ezt a készséget a legjobban karikás csörgőkkel gyakorolhatja. Ezek a karikák lehetnek felakasztva, a testére vagy közelébe helyezve, ahogyan a gyermek a legkönnyebben eléri azokat. Hagyjunk minél több önállóságot ebben az esetben is. Segíthetjük a koncentrációját azzal, hogy egyetlen egy, számára nagyon érdekes tárgyat hagyunk a közelében. Fontos szempont, hogy a játék legyen jól megragadható, pl. vékony, kerek facsörgő, így a másik kéz a kézbe igazítást is segítheti.

2.8. Csörgőt aktívan ráz

Amikor a gyermek először kezdi megfogni a csörgőt és más tárgyakat, valószínűleg ezeket szemével és szájával megvizsgálja, és talán egyik kezéből a másikba át is veszi. Esetleg meg is is

lóbálja a tárgyakat, de ez többnyire véletlenszerűen történik. Még meg kell tapasztalnia, hogy szándékos rázással hatást tud keltetni.

Mikor már céltudatosan ráz dolgokat, a játék új szintjére ér el. Mostantól kezdve mindenféle tárggyal kísérletezni fog, hogy lássa, pl. tud-e vele zajt keltetni, mert ez a végeredmény örömet okoz neki.

Figyeljük meg a gyermeket önálló tevékenysége során. A készség kialakult, ha már önállóan meg tudja fogni pl. a csörgőjét, és az azzal való játék során igyekszik minél többször zajt keltetni vele.

Hogyan segítsünk?

Közös játék során megmutathatjuk a gyermeknek, hogy egy-egy játéka hogyan szólaltatható meg. Ha látjuk, hogy ezt a mozgást vagy tevékenységet szívesen utánozza, akkor játszunk így is minél gyakrabban. Ezzel a gyermek nemcsak kézmozgásait ügyesíti, hanem az utánzáson keresztül sokféle új tapasztalatot is szerez.

Ha a gyermek kezei nehezebben mozognak, kis segítséget adhatunk neki a tárgyak mozgatásában, így ő is meg tudja tapasztalni, hogy egy tárggyal hangot is lehet adni. Az, hogy ezt a hangot ő hozta létre, és erre édesanyja, családtagjai is felfigyelnek, önmagában elég öröm és motiváció lesz az ismétléshez, gyakorláshoz.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Biztassuk a szülőket, hogy hagyjanak szabad mozgásteret a gyermeknek, tegyék le a földre, és vegyék körül többféle, különböző nagyságú és anyagú, változatos hangot adó tárggyal. Ezek a tárgyak lehetnek háztartási eszközök is (kanál, keverőedények, fazékak, műanyag üvegek stb.). Készíthetnek csörgőt természetes anyagokból (pl. mákgubó, kókuszdió stb.).

2.9. Ugyanazt a tárgyat többféleképpen használja

Figyeljük meg, hogy miközben a gyermek játszik, egy tárggyal hányféle mozdulatot végez, pl. rázza, ütögeti, nyomkodja, szájához viszi, elejti vagy eldobja. A készséget elsajátította, ha egy tárggyal változatosan manipulál.

Hogyan segítsünk?

Ezt a készséget is a legkönnyebben úgy gyakorolhatjuk, hogy a gyermekkel együtt játszva mutatunk néhány újabb mozdulatot, amit ő szívesen utánoz is (l. az Utánzás című fejezet). Ekkor még a rázás és az ütögetés a legkönnyebben kivitelezhető mozdulat a gyermek számára. A tárgyak szájba vétele is fontos az értelmi fejlődés szempontjából.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Próbáljunk meg dalokat és versikéket is bevonni a játékba – akár magunk is kitalálhatunk egyet-kettőt, melyben a cselekvésre utaló szót kihangsúlyozzuk –, például: „Kopp, kopp, koppan a kocka”, és sokat ismételtetjük neki.

2.10. Egy kézzel célirányosan nyúl tárgyakért

Az eddigiek során már láthattuk, hogy a gyermek egy megragadott vagy kézbe adott tárggyal hogyan tud játszani.

Most azt **figyeljük meg**, hogy önálló játéka során előfordul-e, hogy bármelyik kezével felvesz egyet-egyet a sok érdekes játék közül.

Hogyan segítsünk?

Ezt a készséget ösztönözhetjük úgy, hogy amikor a gyermek már tart egy tárgyat, egy másikat kínálunk neki. Mivel egyik keze már foglalt, valószínűleg a másik kezével fog nyúlni.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Biztassuk a szülőket, hogy a gyermek önálló játéka során adjanak neki két tárgyat, melyek össze vannak kötve (15 cm-es vagy annál hosszabb madzaggal) vagy egy „nyakláncot” két nagy gyönggyel, így mikor az egyik tárgyat felveszi, figyelme annak mozgása következtében a másik tárgyra irányul. Sokszor maga a madzag is érdekes a számára. Ilyenkor mindig legyenek a gyermek közelében. Étkezéskor is gyakorolhatnak: tegyenek a tálcájára több kézbe vehető ételt. A gyermek élvezni fogja, ha a különböző darabkáknak más az íze is.

2.11. Apró tárgyakat felvesz

Ez a készség a szem-kéz koordináció alapvető fontosságú eleme. A gyermek, amikor apró tárgyat vesz fel, kezdetben gereblyéző mozdulatot végez (a tárgy felett haladva a tenyerébe söpri), s csak később sikerül ujjával felvenni azokat. Ekkor már használja hüvelykujját is, hogy a tárgyat a tenyere felé irányítsa (alsó csípő fogás). **Figyeljük meg**, hogy a gyermek az etetőszék asztalján lévő apró ételdarabokat

- észreveszi-e,
- megpróbálja-e gereblyéző mozdulattal felvenni azokat,
- megpróbálja-e hüvelykujját tenyerével szemben tartani, és így összefogva felvenni az apróbb tárgyakat,
- sikerül-e ujjai hegyét használni csippentésre (2.18.).

Hogyan segítsünk?

Ha utóbbi sikerül a gyermeknek, akkor már a készség következő lépésénél tart, nincs szüksége segítségre. Ha nem veszi észre a tárgyakat, akkor a vizuális sorozat korábbi készségeit kell először gyakorolnunk. Ha igyekszik felvenni a tárgyakat, de nem sikerül neki, akkor játsszuk vele a következő játékot. Engedjük meg a gyermeknek, hogy apró tárgyakat (borsó, apró tészta, egyéb ehető apróságok, puffasztott rizsszemek stb.) tartalmazó táliba belenyúljon, és abban markolásson. Eközben véletlenszerűen is rájön, hogy kezében maradnak az apróbb tárgyak. Hívjuk is fel figyelmét, milyen ügyesen sikerült kivennie néhányat közülük. Fontos, hogy ezt a játékot felügyeljük, hiszen a gyermek ekkor még szívesen vesz szájába dolgokat.

Emellett használhatunk olyan méretű tárgyakat is, amelyek kényelmesen beleférnek gyermek tenyerébe, és nem laposak. Használhatunk építőkockákat, műanyag állatkákat, kis méretű labdákat, nagyobb gyöngyöket. Ekkor is fokozottan figyeljünk a balesetek elkerülésére.

Tarthatjuk a tárgyakat a tenyerünkön vagy a gyermek asztalkájára szórva, ily módon szemben is tudunk ülni a gyermekkel. Kézügyesítő mondókákat is játszhatunk vele, pl. „Csip-csip csóka”, „Esik az eső”, „Hüvelykujjam almafa” stb.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A gereblyézéstől a csippentésig nagyon sok gyakorlásra és időre van szükség, ezért biztosítsanak a szülők a gyermek számára minél változatosabb lehetőségeket. Néhányat már az előbbiekben is említettünk. Az sem baj, ha időnként vissza-visszatér a gereblyezéshez, hisz így könnyebben és egyszerűbben lehet összeszedni a tárgyakat.

Amikor a gyermek már magabiztosan vesz fel apró tárgyakat, kísérletezhetnek olyan tárgyakkal is, amelyeket nehezebb megfognia, pl. laposabb, korongszerű dolgokkal vagy madzagokkal. Változtathatnak azon is, hogy milyen felületről vegye fel az apró tárgyakat (pl. csúszós, göröngyös vagy vizes felületről).

2.12. Tárgyat elenged

Az előbbiek során a nyúlás és a fogás készségeit gyakoroltuk, a tárgyakkal való manipulációhoz ezek mellett nagyon fontos, hogy a játéktárgyakat, eszközöket el is tudja egy gyermek engedni. Ezt a készséget is gyakorolni kell, hogy a gyermek ügyes legyen. **Figyeljük meg**, hogy a gyermek a kezében tartott tárgyakat spontán elengedi-e.

Hogyan segítsünk?

Ha a gyermek önállóan még nem engedi el a kezében lévő tárgyakat, akkor kézfejének gyengéd simogatásával és kéréssel (pl. „Add ide!” vagy „Kérem.”) ösztönözhetjük erre. Érintésünk fokozatosan egyre gyengébb legyen, hogy később szóbeli kérésünkre is elengedje a kezében lévő játékot. Eközben a beszédmegértést is segítjük.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Biztassuk a szülőt vagy egy testvért, hogy közös játék közben időnként kérje el a gyermektől játékát, játsszon vele „kérem-tessék” játékot. Ez a szociális készséget is fejleszti. Ennek gyakorlására nagyon jók a mindennapi gondozási helyzetek, és bármi más, örömmel együtt végzett tevékenység is. Több tárgy közül választva a beszédmegértés feladataival kombinálják a gyakorlást a gyermek számára szinte észrevétlenül.

2.13. Tárgyat edényből kivessz

Figyeljük meg, hogy játék közben a gyermek próbál-e olyan játékot is megszerezni, ami benne van egy tálban vagy dobozban. A gyermek felfedezi, hogy a tárgyak más módon is kombinálódhatnak egymással, nemcsak úgy, hogy pl. összeütogeti őket. Felfedezi, hogy bizonyos tárgyak szétszedhetőek, elemeikre bonthatók.

Hogyan segítsünk?

Kínáljuk fel a gyermeknek úgy a játékokat, hogy azok benne vannak egy alacsony peremű tálban vagy dobozban. Jó, ha első alkalommal csak egy van benne a kedvenc játékaik közül, és más játék nincs elől. Először hívjuk fel a figyelmét a tálban lévő játéokra úgy, hogy megnevezzük és megmutatjuk neki azt, majd visszatesszük, és arra biztatjuk, hogy ő vegye ki. Ha ez még nem megy, a dobozból kivéve kezébe is adhatjuk, vagy segíthetünk neki bele-nyúlni a dobozba. A kivett játékkal mindig játszunk együtt egy kicsit. Később már folyamatosan is pakolgathatunk a tálba, egyre több játékot téve bele. Érdekes lehet átlátszó falú edénybe pakolni, oldalról is megnézni, hogy van benne valami.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Mikor a gyermek már ki tud venni egy-egy alacsony peremű tálaból, hívjuk fel a szülők figyelmét arra, hogy mindig dobozba téve helyezzék mellé játékaikat, hogy abból tudjon válogatni. Ez újabb készségek megjelenését is eredményezheti (pl. kiborítja a tárgyakat, véletlenül beleejt egy-egy tárgyat, észreveszi, hogyan ürítheti ki a dobozt). Kezdetben alacsony peremű és nagyobb dobozt válasszanak, a későbbiek során egyre mélyebb és kisebb dobozzal nehezítve gyakoroltathatják a készséget.

Tovább nehezíthetjük ennek a készségnek a gyakorlását, ha hosszú tárgyat egy mély és szűk pohárból vagy dobozból kell kiemelnie a gyermeknek (pl. fogkefét pohárból, dobverőt hengerből, evőeszközöket vagy zsírkrétáit tartóból).

2.14. Tárgyat tálba behelyez

Ennek a készségnek az alapfeltétele, hogy a gyermek el tudja engedni a tárgyakat. Ez a készség is megjelenhet spontán módon, mikor a gyermek elkezd tálból kipakolni. Felfedezi,

hogy a tárgyak egymásba is rakhatók, és hosszasan próbálkozik a tárgyak összeillesztésével, kezdetben a méreteket figyelmen kívül hagyva.

Figyeljük meg, hogy próbálkozik-e azzal, hogy vissza is ejtsen játécai közül egyet-egyet a tálba vagy dobozba. Itt már az irányított elengedés a cél.

Hogyan segítsünk?

Válasszunk érdekes hangot adó tálakat (pl. fém tál), vagy maga a tárgy is lehet olyan, ami leejtve hangot ad (pl. csörgős labda). Mutassuk meg a gyermeknek, ha a tárgyat beleejtjük a tálba, akkor milyen érdekes hangot ad. Kezdetben segíthetünk kezét a tál fölé irányítani, vagy azzal, hogy jó nagy edényt választunk. A beszédértés feladataival, a kategóriák szerinti válogatással a gyakorlás jól kombinálható.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Gondozási helyzetekben nagyon jól gyakorolhatja a gyermek szüleivel ezt a készséget is, pl.: fürdetés előtt ő dobja bele a vízbe fürdőjátékait, kiskacsáját, szivacsát stb. Ha egy tartóban vagy hálóban vannak a játékok, akkor az előző készséggel együtt gyakorolhatnak, ami összeköthető a nagymozgás és a beszédértés megfelelő sorozataival is.

Vonják be gyermeket a mindennapos elpakolásba, kérjék meg, hogy segítsen a kihúzott fiókba beledobni a zoknijait, a csipeszeket teregetés után a dobozba tenni, a játékot vagy cumisüveget indulás előtt az anya táskájába tenni stb. Természetesen ezeket együtt végezzék a gyermekkel.

2.15. Pálcáról karikákat lehúzni

Ezzel a készséggel a gyermek egy új mozdulatot tanul meg, mellyel egy újabb akadályt tud legyőzni. Ehhez nemcsak kézügyesség szükséges, hanem hogy belássa azt, meddig kell végeznie az adott mozdulatot. **Figyeljük meg,** hogy a gyermek egy rúdról le tudja-e húzni az azon lévő karikát.

Hogyan segítsünk?

Kezdetben kezünkre vagy kezünkben lévő pálcára húzott nagyobb karikával próbálkozzunk úgy, hogy egy kicsit a gyermek felé döntjük, és ha szükséges, kicsit húzzuk is a pálcát, mikor dolgozik. Ha kedvvel végzi ezt a játékot, akkor fokozatosan hagyjuk el a segítséget.

Később, mikor már önállóan le tud egy karikát húzni a kezünkben tartott pálcáról, előkerülhetnek a bébi Montessori-tornyak, melyek talpazaton álló rúdra húzható különböző méretű karikákból állnak. Erre a rúdra eleinte a saját elemein kívül nagyobb méretű karikákat is rakhatunk, a nagyság szerinti sorrend még nem lényeges, csak maga a mozdulat.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A gyermekek szeretnek játszani szüleik tárgyaival, nyugodtan használják fel ennek a készségnek a gyakorlásához is karperceket, nyakláncukat stb. Sokféle tárgy megfelel pálcikának, ha stabilan, függőlegesen tartják a kezükben (pl. hurkapálca, építő játék eleme, papírhenger stb.). Ezekre mindenféle otthon található karikászerű dolgot rá lehet húzni. Ügyeljenek arra, hogy ne szoruljanak, könnyen csússzanak a rúdon. Fokozatosan haladjanak az egyre szorosabban illeszkedő, kisebb lyukú karikák felé.

2.16. Tárgyakat egymásra helyez

A tárgyak egymásra pakolása egyre finomodó szem-kéz koordinációt igényel, mely során gyermek egyre pontosabban tud majd tárgyakat egymásra helyezni, s később építeni velük.

Amikor a gyermek a tárgyakkal játszik, **figyeljük meg**, hogy sikerül-e neki egy játékot egy másikra spontán ráhelyezni.

Hogyan segítsünk?

A legegyszerűbb, ha játékos dobozát megfordítjuk, és megmutatjuk neki, hogy arra rá is lehet pakolni. Egyszer-egyszer kezét is irányíthatjuk, hogy érezze a mozgulatot.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A megfordított játékdoboz mögé ülve asztalként is használhatjuk, és kérhetjük a gyermeket, hogy tegye rá azt, ami a kezében van. Közös játék lesz, ha a rátett játékot megnézzük, majd visszatesszük.

A szülők a mindennapi gondozási helyzetekben is kérhetnek tőle hasonlókat, pl. tegye le kistányérját, poharát az asztalra, törülőkendő dobozát a pelenkázóra, vagy pakolásnál játékeit a nyitott alsó polcra. Megpakolhatnak egy teherautót úgy, hogy különböző méretű és anyagú babzsákokat egymásra raknak. Előnye, hogy nem igényel nagyon pontos koordinációt. Jó mulatság, ha a kupac végül ledől, és kezdetük előlről a pakolgatást. Ebben a játékban jól gyakorolhatják a „sok” fogalmát is.

Az egymásba illeszthető poharak rakosgatása kitűnő toronyépítő játék lehet a későbbiekben. Néhány elemet egymásra helyezve bevonhatjuk a gyermeket az építkezésbe.

2.17. Játékvonatot vagy játékautót tol

A játékos tanulás fontos része, hogy a gyermek felfedezze a játékok és a hétköznapi tárgyak rendeltetését. Ilyen helyzet a játékautó tologatása. Ehhez a játékhoz a gyermek kez ügyességére is szükség van, hiszen ahhoz, hogy sikerüljön a mozgulat, egyszerre kell lefelé és vízszintes irányban erőt kifejtenie, és irányítania is az autót. Kapcsolódik ez a játék a beszéd kialakulásának korai szakaszához is, mivel az állathangokkal együtt az autó berregését kezdik el a leghamarabb utánozni a gyerekek. A játék-, illetve a szociális kapcsolatok

fejlődését is elősegíti, és a tárgyak funkciójának felismerésén keresztül az értelmi fejlődést is befolyásolja.

Figyeljük meg, hogy a gyermek játéka során tologatja-e néhányszor kisautóját vagy vonatát, ill. közös játék során próbálja-e utánozni ezt a tevékenységet.

Hogyan segítsünk?

Mint már annyiszor, ebben a helyzetben is jó, ha megmutatjuk, hogyan kell tolni az autót. Miközben játszunk, adjunk hozzá hangot, ill. toljuk oda a gyermeknek. Ha szükséges, kezünket az ő kezére téve együtt is meglökhethetjük az autót. A kerek mozgásának érzékeltetésére az is jó, ha az autót a testén is végiggurítjuk. Kezdetben használjunk ehhez a játékhoz könnyen guruló, nem lendkerekes autót.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Ez ismét egy olyan tevékenység, amelybe az egész család bevonható, testvérek építhetnek különböző „terepet” az autózáshoz, pl. lejtőt, amin könnyebben legurítható az autó. Változatos méretű autókat, buszokat, vonatokat és egyéb kerekes játékokat tologathat a gyermek, és örömmel vesz részt a játékban, ha változatos játékhelyzeteket kínálnak neki. A beszédértés gyakorlásával kombinálva megkérhetik, hogy vigyen egy megnevezett tárgyat megnevezett helyre a teherautón. Fejezzék ki örömeiket, ha sikerült a kérést teljesíteni.

2.18. Apró tárgyakat felcsippent

A gyermek mostanra megtanulta elkülöníteni a mutatóujját a többitől (2.11.), és ezt a fogás során alkalmazza is. **Figyeljük meg**, hogy a gyermek az apró tárgyakat (pl. gabonapelyhet, mazzolát) hüvelyk- és mutatóujjával csippenti-e fel, miközben kezét az asztal fölé tartja (rendezett csípő fogás). Amikor hüvelyk- és behajlított mutatóujja hegyével veszi fel a tárgyat az előbb leírt módon, kialakult a készség.

Hogyan segítsünk?

Játsszunk a gyermekkel olyan utánozós játékokat, melyekben ujjainkat egymáshoz érintjük, vagy gyengéden meghúzzogatjuk az orrunkat, fülünket, lábujjainkat. Könnyen mozgatható műanyag vagy facsiszert helyezünk a gyermek kezébe úgy, hogy a két szára a mutató- és a hüvelykujj hegyéhez essen. Eleinte adjunk fizikai segítséget, hogy érezze a mozgást, majd csak szóval kérjük, hogy nyomja össze. Jó játék a csipeszes szárítóra helyezett zoknik leszedgetése, ami valódi segítség lehet a háztartásban.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Biztassuk a szülőket, hogy használjanak ki minden lehetőséget a csippentő fogás természetes ismétlésére. Ilyen lehet reggelinél a gabonapelyhek felszedgetése, gyurmagolyók sodorgatása, vízbe hullott virágszirmok kihalászása stb.

2.19. Hosszúkás tárgyakat „tartójukba” behelyez

Ez a készség pontosabb szem-kéz koordinációt igényel, mint egy tálba való behelyezés. Amikor a gyermek hosszúkás tárgyakat (pl. fogkefe, ceruza) ki tud emelni egy hengeres dobozból, valószínűleg megpróbálja vissza is tenni azokat.

Hogyan segítsünk?

Úgy segíthetünk a gyermeknek, mint a tárgyak tálba való behelyezésénél tettük. Ebben az esetben segíthetünk a hosszúkás tárgy elfordításában is, hogy sikeres legyen a gyermek tevékenysége.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Kanalakat, zsírkrétákat és fogkeféket tehet a gyermek így poharakba vagy lyukas tartókba, vagy különböző méretű pálcikákat dughat be kivágott tetejű dobozba, átlátszó üvegbe. A szülők természetes helyzeteket is kihasználhatnak, pl. megkérhetik a gyermeket arra, hogy a nyuszt sárgarépával etessék meg a kerítésen keresztül.

2.20. Kockákból tornyot épít

Ez a készség a tárgyak egymásra helyezésének egy pontosabb kivitelezését igényli, hisz ekkor már egyforma méretű tárgyakat kell egymásra tenni. A további építkezés pedig nemcsak a kéz ügyességét igényli, hanem a térbeli konstruálás készségét is. **Figyeljük meg**, hogy a gyermek hogyan játszik az építőkockákkal, próbálja-e egyiket a másikra rárakni.

Hogyan segítsünk?

Amikor a gyermek a felfordított nagyobb tárgyra már rá tud helyezni egy másik játékot, akkor az alsó tárgy méretének fokozatos csökkentésével finomíthatjuk a ráhelyezést. Eleinte csak egy kocka ráhelyezését várjuk el tőle, később biztathatjuk további kockák ráhelyezésére is.

Kezdetben használjunk nagyobb méretű kockákat. Segíthetünk úgy is, hogy közösen építünk, és a gyermeknek mindig csak a következőt kell rátennie, vagy építés közben segítünk a tornyot megtartani, megigazítani. Ha az építés nem érdekli, építsünk mi tornyot neki, hogy ledönthesse, és közben hívjuk fel a figyelmét mozdulatainkra. A mintaadás nagyon fontos. Minden kezdeményezését dicsérjük meg. A ráhelyezés során kétféle nehézség fordulhat elő:

- Ha a gyermek túl hamar engedi el a kockát, akkor térjünk vissza ahhoz a fokozathoz, amikor az alsó kocka mérete nagyobb volt. Így nem dől le a torony akkor sem, ha nem helyezi rá pontosan a kockát a gyermek.
- Ha a gyermek erősen rányomja a kockát az alatta levőre, akkor több kocka esetén ledőlhet a torony, és a gyermek ezt kudarcként élheti meg. Ilyenkor csuklóját enyhén támasszuk meg, miközben mondjuk, hogy „óvatosan”. Fokozatosan hagyjuk el a segítséget.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Nagyon sokféle tárgyat használhatnak a szülők ennek a készségnek a gyakorlásához (pl. megfordított, egymásba rakható poharakat, különféle dobozokat, papírgurigákat, szappantartókat, ételdobozokat, fahulladékot stb.).

2.21. Nagy karikát pálcára húz

Ennek a készségnek a gyakorlását akkor célszerű elkezdni, amikor már a gyermek le tudja húzni a pálcáról a karikákat, sőt lehet, hogy magától vissza is próbálja rakni azokat. **Figyeljük meg** a gyermeket e tevékenység közben, megpróbálkozik-e a levett karikák visszarakásával.

Hogyan segítsünk?

Ha nem képes erre a mozdulatra, hasonlóképpen segíthetünk, mint amikor a gyermeknek azt mutattuk, hogyan kell lehúzni a karikákat a pálcáról. A visszahelyezés nehezebb, ezért legyünk türelemmel, igyekezzünk minél szórakoztatóbb helyzeteket teremteni, engedjük közben másképp is játszani a karikákkal.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Ebben a helyzetben is bátran használjuk ugyanazokat az eszközöket, mint a karikák lehúzásánál. A szabadban játszhatnak a családtagok a karikadobálós játékkal úgy, hogy csak ráhelyezik a karikát a rudakra. Vásárlós játék során kérjük a gyermeket, hogy kiskosarát a saját karjára húzza. A lehetőségek szabadon bővíthetők.

2.22. Két kézzel tárgyat mozgat

Életük első évében a gyerekek általában vagy egyik, vagy másik kezükkel mozgatják a tárgyakat. Amikor egy érdekes tárggyal találkoznak, egyik kezükbe veszik, megrázzák, vagy a földre dobják. Amikor egy tárgyat a két kezükben tartanak, mindkettővel ugyanazt a cselekvést végzik (pl. két tárgy összeütogetése). Óriási előrelépést jelent, amikor a gyermek megtanul a két kezével két különböző mozdulatot végezni (pl. egyik kézzel megtartja a tárgyat, miközben a másikkal ráüt).

Figyeljük meg, hogy tárgyakkal való játéka során a gyermek használja-e két kezét különböző mozdulatok végzésére.

Hogyan segítsünk?

Amikor a gyermekkel két kéz használatát igénylő játékokkal játszunk, mutassuk meg neki a mozdulatokat, és ha szükséges, szóban vagy kezének vezetésével segítsük őt. Talán könnyebb a kezét a helyes mozdulatokra irányítani, ha mögé ülünk, és úgy segítünk neki.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Biztassuk a szülőt, hogy engedje a gyermeket a konyhában vagy az udvaron tevékenykedni, és játszani, utánozhassa a kavarást kézi habverővel, vagy engedje a dobozok tetjét levenni. Mosakodásnál, fürdésnél is több olyan helyzet adódik, amikor gyakorolhatják ezt a készséget, pl. adjon mosakodó szivacsot a gyermek egyik kezébe, és biztassa, hogy a másikkal szappanozza be azt. Adjon a gyermeknek lazán becsomagolt csomagokat, amiket kibonthat. Többféle papírt is használhatnak tapasztalatszerzésre, például celofánt, krepp-papírt, alufóliát és zsírpapírt, mert ezek különféle fogást igényelnek. Még nagyobb az öröm a játékokban, ha a csomag egy számára kedves játékát rejtje a „játék születésnap” részeként.

Szervezés nélkül is számos helyzet adódik a másik kéz használatára, pl. Pöttyi játék táblájának tartása, evés közben a tányér, rajzoláskor a papír, gyöngyfűzésnél a madzag tartása stb. A papír eltépéséhez is az szükséges, hogy a gyermek két kezével különböző irányú mozgást tudjon végezni.

2.23. Fonalat felcsippent

Ez a készség a 2.18. feladatra épül. Sok idő telik el az apró tárgyak felcsippentésétől eddig a készségig, és sok-sok gyakorlás teszi lehetővé ezt az érettebb mozgást. **Figyeljük meg**, hogy a gyermek az asztalra helyezett fonalat fel tudja-e csippenteni a hüvelyk- és mutatóujja között.

Hogyan segítsünk?

Az előző készséghez hasonló játékokon kívül számos más lehetőség kínálkozik: barkácsolásba ágyazva válogassunk a gyermekkel konfetti-darabkákat, csillogó aranyszálakat, egyéb szalag- és gyapjúdarabkákat, amelyekből montázst ragaszthatunk. Zsetonokat, gyufaszálakat, nyers spagetti-darabokat is csoportosíthatunk. Élvezetes lehet a gyermek számára az öntapadós matricák albumba gyűjtése is.

2.24. Utánozva papírt hajtogat

A hajtogatás összetett cselekvéssorozat, melyhez mindkét kéz összehangolt tevékenysége szükséges. **Figyeljük meg**, hogy egy papírt utánzásra félbe tud-e hajtani a gyermek. A behajtáson kívül a hajtás élének megerősítése is lényeges elem.

Hogyan segítsünk?

Ha a gyermeknek nehézségei adódnak, ismételjük el a mozgatsort többször is, miközben szavakkal kísérik azt: „Nézd csak! Összehajtom a papírt, és rányomom. Most te is hajtsd össze!” Sok ismételésre van szükség, hogy a cselekvéssor ritmusát megérezze a gyermek. Kezdetben fizikai segítséget is adhatunk, majd csak szóban mondjuk az instrukciót, míg végül elég a bemutatás. Maradék csomagolópapírok remek eszközei a gyakorlásnak, főként ha a minta is tetszik a gyermeknek, és lehet róla beszélgetni.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Adjunk a szülőknek ötleteket a gyakorláshoz. A „kinyitom-becsukom” típusú játékokat jól lehet különböző szerepjátékokba, pl. vásárlós vagy ajándékozos helyzetekbe építeni. Félbehajtott papír egyik oldalára sűrű festéket tehetnek, és összehajtás után gyönyörű lepke vagy más alakzat készülhet. Meghívók, képeslapok is készülhetnek így, akár ajándékba is. A szép alkotások a gyerekszoba díszei lehetnek.

2.25. Gyöngyöt fűz

Az előző feladatokban már begyakorolt két kezes mozgásnak a gyöngyfűzés már egy kifinomultabb formája. Feltétele, hogy a gyermek már karikákat tudjon felfűzni rúdra, és mindkét kezével különböző mozgásokat tudjon végezni. **Figyeljük meg**, hogy a karika pálcára fűzésénél a gyermek felveszi-e a pálcát másik kezébe, vagy megtartja-e azt, ha a kezébe adjuk. Ha ez már megfigyelhető, akkor elkezdhetjük gyakorolni a gyöngyfűzést.

Hogyan segítsünk?

Pálcát, illetve olyan nagy méretű műanyag vagy fém tompa tűt adunk segítségül a gyermek kezébe, melynek végére madzagot erősítünk. A végeredmény önmagában motiváló, amikor felfűzte a gyöngyöket, tulajdonképpen készített egy nyakláncot vagy egy karkötőt. Hagyjuk, hogy büszkélkedjen vele. Ha odaadja, tegyük a nyakunkba vagy az övébe, és tükörben is megnézhetjük.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Sok mindent fel lehet fűzni. A családtagok eleinte nagyobb tárgyakat keressenek, a kisebb méretűeket halasszák későbbre. A szerszámládában talán van néhány nagyobb anyacsavar. Megpróbálhatnak egy régi csövet apróbb darabokra vágni. Felfűzhetnek száraz tészta vagy aszalt almakarikákat nyakláncnak, és készíthetnek néhány csodaszép, különleges formájú gyöngyöt sütőben kiszárátható gyurmából. Legvégül rézhuzalra vagy damilra is fűzhetnek apró gyöngyöket. A rézhuzal előnye, hogy könnyen hajlítható, és könnyen lehet belőle gyöngyből formált figurákat készíteni, amelyek a gyermek falát díszíthetik. A következő készséggel kombinálva szívószálat is vagdoshat a gyermek, amit ugyancsak fel lehet fűzni.

2.26. Ollóval vagdos

Az ollóval vagdosás kiváló alkalmat teremt a szem-kéz koordináció gyakorlására. A nyírás készsége általában a 2 és fél éves körüli korra alakul ki. Mielőtt ennek a készségnek a gyakorlásába belefognánk, győződjünk meg arról, hogy a gyermek keze már elég nagy és elég erős ahhoz, hogy a gyerekollót megfogja.

A nyírás gyakorlásánál nagyon lényeges, hogy milyen eszközöket használunk. Olyan ollót válasszunk, ami könnyen nyitható-zárható és kényelmes fogása van. A széles, műanyag

fogantyúk általában kényelmesebbek, mint a keskeny fémből készültek. Az olló vége természetesen tompa legyen, de a vágó élnek elég élesnek kell lennie. Nincs annál frusztrálóbb, amikor rossz ollóval kell dolgozni!

Amennyiben a gyermek még nem elég erős ahhoz, hogy az ollóval bánni tudjon, kifejezetten a kéz erősítésére szabott gyakorlatok szükségesek. Segíthet pl. egy szivacs labda vagy mosakodó szivacs összenyomása vagy ujjgyakorlattal összekötött mondókák ismételtgetése. Ha szükséges, kérjünk segítséget a gyógytornásztól.

A nyíráshoz használt papírnak kezdetben elég merevnek kell lennie, hogy a gyermek egy kézzel egyenesen tudja tartani, de ne legyen túl merev, ne álljon ellen az ollónak. Valószínűleg a gyermek szeretné ezt a tevékenységünket is *utánozni*, így, ha nekünk ollóval kell dolgoznunk, adjunk kezébe gyerekollót, hogy ő is dolgozhasson.

Hogyan segítsünk?

Először mutassuk meg a gyermeknek, hogyan lehet nyitni-zárni az ollót egy kézzel is. Ha ezt már tudja, akkor tartsuk mi a papírt, hogy ő a mozgatra koncentrálhasson. Az olló nyitását-zárását háta mögül, kezének vezetésével segíthetjük, ha szükséges. Eközben abban is segíthetünk, hogy együtt tartjuk a papírt. Először keskeny papírcsíkokat vágunk szét, amelyeket egy nyisszantással el tudunk vágni, vagy szélesebb papírból terítőt készíthetünk a babaszobába a szélek bevágásával. Ha kiszínezi a gyermek, szép ajándék lehet belőle. A mozgulat ügyesítésére később használhatunk szívószálat is. Ezt követően a papír nyírásakor az olló előretolását is gyakoroljuk, amit ugyanígy, a gyermek háta mögül tudunk segíteni egyre kevesebb támogatással.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Beszéljük meg a szülőkkel az ollóhasználat előnyeit, mert sokan nem szívesen adnak gyermekük kezébe ollót ilyen kicsi korban. Az ollóval való vagdosást mindig kössék össze valamilyen kreatív, közös tevékenységgel, pl. ajándék készítésével. Legyen a gyermek feladata, hogy ehhez összevagdossa a különböző papírokat, szalagokat, szívószálakat, növényeket stb. Jó játék lehet a királyi korona készítése, amit a gyermek kis segítséggel magának vagy babájának is barkácsolhat vágással, színezéssel, kis ragasztással. Nagyobb gyermekeket beavathatnak a kirigami tudományába, amely segítségével gyönyörű fejdíszek készülhetnek hajtogatással és vagdosással.

2.27. Csavaros játékokat szétcsavar

Ehhez a tevékenységhez is a két kéz koordinációja szükséges. A játékkal való manipuláció során a gyermek már valószínűleg használta a csavarás mozgulatát, most mindkét kezét használva gyakorolhatja ezt. **Figyeljük meg**, hogy le tudja-e csavarni a gyermek a kiürült tégelyek, tubusok tetejét.

Hogyan segítsünk?

Bemutatással, és ha szükséges, a gyermek háta mögül kezének irányításával segíthetünk, hogy le tudja csavarni a dobozok tetejét.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Biztassuk a szülőket, hogy rejtssenek el apró játékokat, golyókat olyan csavaros tetejű dobozban, mely jól elfér a gyermek kezében, könnyen meg tudja fogni. Régi samponos, krémes dobozokat is felhasználhatnak, fürdetéskor biztosan élvezettel önti majd ki a doboz tartalmát, ha már lecsavarta a tetejét. Önállóbbá válik a gyermek, ha lehetősége van pl. a májkrémes vagy fogkrémes tubus kinyitására, és erősödnek ujjai, ha nyomhat is belőlük, természetesen felügyelet mellett. Különböző méretű dobozokkal érdemes próbálkozni, hiszen más-más módon kell megfogni, és csavarni azokat.

A sorozat felidézése és bővítése

Azok a gyermekek, akik az előző készségeket már elsajátították, további feladatokkal próbálkozhatnak. A már ismert manipulációt tovább nehezíthetjük – egyre több és kisebb méretű kocka egymásra helyezése, kisebb méretű gyöngyök felfűzése, újságból, képeslapból képek kivágása stb. Ugyanakkor új mozgásokat alakíthatunk ki – pl. duplo-kockák összeillesztése, formák beragasztózása és papírra illesztése, fűzős játék és kalapálós játék használata, indítógombok benyomása, varró mozdulatok hímzőtüvel. Fontos, hogy a gyermek mindig a megfelelő szinten játsszon, hogy a sikertelenség ne vegye el a kedvét a próbálkozástól. Rendezzünk kiállítást a munkákból, amire meghívhatjuk a rokonokat és barátokat is, hogy minél többen gyönyörködjenek az alkotásokban. A meghívók készítése is lehet közös játék része, a gyermek pl. „matricabélyeget” ragaszthat a borítékra, mintás lyukasztóval díszítheti stb.

II. KOGNITÍV KÉSZSÉGEK

A környezet információinak felvételére az újszülöttek elsődleges eszközei az érzékelő rendszerek. *Érzékszerveik* működnek, bár nem egyformán érettek. Az újszülöttek hallásának élessége hónapokon keresztül fokozatosan tökéletesedik. Lényeges azonban, hogy különösen érzékenyek az emberi beszédhangok kategóriáira, ami lehetővé teszi a beszédtanulást. A látáshoz szükséges látórendszer működése sem eléggé összehangolt, amit az idegpályák éretlensége tovább korlátoz. A gyenge látásélesség az újszülötteket kevésbé zavarja, hiszen kb. 30 cm-re már jól látnak, ami lehetővé teszi a szemkontaktus kialakítását. 7-8 hónapos korukra látásélességük megfelelő ahhoz, hogy a mászást ne akadályozza. Az újszülöttek szaglása és ízlelése fejlettnak mondható, előbbi megváltoztatására aktivitásukkal, utóbbira jellegzetes arckifejezéssel reagálnak. A tapintás, hőmérséklet és testhelyzet változásának érzékelési képességei már a méhen belüli időszak korai szakaszában kifejlődnek, és további fejlődésük hangsúlyosabb az akadályozott fejlődésű gyermekek esetében. Az érzékszervek működése a későbbiekben differenciálódik, finomodik, és a tanulás során megfelelő figyelem mellett a külvilág ingereit továbbítja az idegrendszerhez. A folyamatnak ebben a részében az érzékszervek állapota és a figyelem a lényeges, és az információk megváltoznak, ha már itt vannak nehézségek. Az *idegrendszer* a felvett ingereket feldolgozza, és észleletek formájában tárolja, hogy bármikor fel lehessen idézni azokat. Itt az idegrendszer működése a döntő, és a tanulás szempontjából az emlékezet szerepe óriási. Az értelmi akadályozott gyermekeknél gyakori a figyelem gyengesége, az érzékelő rendszerek és az idegrendszer eltérő fejlődése, ezért nagyon lényeges a különböző érzékletek összekapcsolása, és a tárgyak többféle alkalmazási lehetőségének a bemutatása. Az érzékszervi-mozgásos tevékenység a gondolkodás kezdeti – a beszédet megelőző – fejlődési fokát alapozza meg. Ezért van szükség arra, hogy a gyermekeknek minél nagyobb mozgásteret biztosítsunk, legyen minél több lehetőségük az önálló cselekvésre, mert ezáltal szereznek tapasztalatokat közvetlenül a világról, ami megalapozza az absztrakt gondolkodást. Az értelmi akadályozott gyermekek számára az érzékszervi-mozgásos tapasztalatok jelentősége még nagyobb, és életkoruk előre haladtával hosszabb ideig elsődleges marad. Gondolkodásuk konkrét és merev, nehezen tudnak az adott tárgytól vagy helyzettől elvonatkoztatni. Jelzéseik inkább mozgásosak (pl. gesztusok), a fogalmi gondolkodás lassabban és eltérő módon formálódik (pl. nyelvelsajátítás). Az utánzás sem történik észrevétlenül, mint az épen fejlődő gyermekeknél, hanem erre is külön oda kell figyelnünk. Itt válik fontossá az egyformán ismétlődő tevékenységek, rituálék alkalmazása, melyekről később még szó lesz.

Eddig azt vizsgáltuk, hogy az újszülöttek és csecsemők miként észlelik a külvilág jelzéseit, és mindez hogyan hat gondolkodásuk alakulására. Most az alkalmazkodási folyamat másik oldalára kérdezzünk rá. Melyek azok a képességek, melyekkel az újszülöttek reagálhatnak a világra, és ezáltal hatnak is rá? A későbbiek szempontjából azért van szükség ezek értelmezésére, mert a fejlődés során mindvégig megfigyelhetők, alapvető élményekhez vezetnek. Ezek a válaszkészségek a reflexek, az érzelmek és a temperamentum.

Az újszülött elsősorban *reflexekkel* reagál a külvilág ingereire, amelyek specifikus ingerlésre adott specifikus, jól integrált, automatikus válaszok. Ide tartoznak a *vegetatív reflexek* (szopó reflex, hányási, nyelési, köhögési reflex), melyek a túléléshez elengedhetetlenek, illetve a *mozgásos reflexek*, amelyeknek egy része védekező reflex. Ha az újszülöttet hasra fektetik, oldalra fordítja az arcát, ha pedig hanyatt fekvő a szája vagy orra közelébe kerül valami, akkor fejrázással, reflexszerű hadonászással próbálja meg azt eltávolítani. Az akadályozott fejlődésű gyermekeknél gyakori az újszülöttkori reflexek fennmaradása.

Az *érzelmek* az átélt élményeket színezik, ill. motiválnak, és közléseket hordoznak. Jelzik, hogy egy helyzetre hogyan fogunk reagálni, és ezáltal az újszülötteknél különösen fontos üzenetük van, amit arc kifejezésük is tükröz. A jelzések értelmezését az akadályozott fejlődésű gyermek esetében gyakran nehezítik a kóros izommozgások és a mimikaszegénység.

A *temperamentum* hordozza egymástól való különbözőségünket, és a magunkhoz való következetes hasonlóságunkat. Az újszülötteknél eltérő aktivitásszintjüket, reakcióik erősségét, váratlan helyzetekre adott reakcióik különbözőségét figyelhetjük meg. Ezek a jellegzetességek állandóak maradnak, csak finomodnak a fejlődés során. Ezt a szempontot sem szabad figyelmen kívül hagyunk az akadályozott fejlődésű gyermekekkel való munkában. Akkor segítünk, ha felismerjük az alkati adottságokat, és annak megfelelően tervezzük meg a fejlesztés menetét.

A legkorábbi képességek segítenek a világ megragadásában, azonban az újszülöttek mindvégig kiszolgáltatottak maradnak, szükségük van szüleik vagy gondozók gondoskodására. Egy alkalmazkodási folyamat kezdődik, amelyben a csecsemő szükségleteit a szülők saját maguk vagy családjuk életritmusához, lehetőségeihez igazítják. Fontos, hogy ebben a folyamatban a gyermek aktív legyen, kompetensnek élje meg magát. A napi ritmus, alvások-ébredések, rituálék, gondozási helyzetek megszokott ritmusa alapozzák meg a további fejlődést. Mindezeknek fontos szerepe van a szocializáció, a nyelvi funkciók és az adaptív gondolkodás alakulásában is, és alapvető keretet ad a gyermek mindennapjainak, amelyben megtanul tájékozódni. A megfelelő adaptáción keresztül a csecsemő kiegyensúlyozott személyiséggé válik, és ez a kiegyensúlyozottság a fejlődése motorja lesz.

A csecsemők fejlődése önmagát erősítő, körkörös folyamat, mely során a kibontakozó világ új és új ingerei serkentik a fejlődés további fázisait, a további ingerkeresést. A néhány hónapos csecsemőt a helyzetváltoztatásából eredő új élmények például arra készítik, hogy egyre gyakrabban törekedjen adott mozgásformák ismételtetésére, illetve újabbakkal való próbálkozásra. A lassabb/akadályozott fejlődésű gyermekeknél ezeket a szempontokat tudatosabban kell végiggondolnunk: ha megfelelő módon juttatjuk el számukra az ingereket, ők is érdekeltté válnak abban a folyamatban, amelynek hosszan és tartósan részesei családjukkal, segítőkkel együtt.

A fejezet elején az utánzás általános érvényűségét hangsúlyozzuk, majd lényeges fogalmi készségeket tanítunk, melyek a későbbiekben a kultúrtechnikák készségeit alapozzák meg. Mivel ez a legösszetettebb fejlődési terület, az összes többi rész ennek a leírásnak a szolgálatában áll, az értelmi fejlődés irányába mutat. A többi részben is többször utaltunk az összefüggésekre, amit itt kell a leginkább megtennünk, különben a leírtakat nem érezzük elégségesnek. Ezt a fejezetet tehát a többi ismeretében ajánlatos tanulmányozni, önmagában nem állja meg a helyét. A fejezet sorozatai a következők:

Kognitív képességek

1. Utánzás

2. Tárgyállandóság

3. Problémamegoldás

4. Tárgyak különböző tulajdonságainak integrációja

1. Utánzás

Több kísérlet is azt látszik igazolni, hogy az újszülöttek – annak ellenére, hogy látási képességeik korlátozottak és mozgásaik koordinálatlanok – képesek akár születésüktől fogva az utánzás bizonyos kezdetleges formáira. Amennyiben az újszülöttekben valóban létezik a tényleges utánzás képessége, az a világ megismerésének nagyon fontos eszközét biztosítja számukra. Az elsődleges dolog, amit a csecsemők utánózni kezdenek, a megkülönböztethető, erőteljesebb mimikával járó arckifejezések (pl. száj nagyra nyitása, mosolygás).

Ez az *elemi utánzás* a tanulás fontos mechanizmusát képezi majd, amikor az első életév későbbi időszaka folyamán a csecsemő viselkedésszerepjátékának hangsúlyos részeként jelenik meg. Az újabb kutatások alapján az elemi utánzás képessége 2 hónapos kor körül a legerősebb, majd fokozatosan gyengül, és átadja helyét a szándékos/tudatos utánzásnak. Különböző, egyszerű tevékenységek azonnali, *tudatos utánzásával* a csecsemők gyorsabban lesznek képesek azokat a mozgás- és cselekvésmintákat elsajátítani, amelyeket csak hosszas tanulás, próbálgatás útján tudnának megtanulni. A tudatos utánzás nemcsak a kognitív fejlődést erősíti, hanem a szociális viselkedés alakulásán keresztül valamennyi fejlődési területre hatással van. Az idő előre haladtával a környezetből jövő ingerek mennyiségének növekedése is serkenti ezt a folyamatot.

A legújabb kutatások szerint a csecsemők már 9 hónapos korukban képesek a *késleltetett utánzásra*, vagyis órákkal korábban látott cselekvések megismétlésére. Mindezeket egybevetve tehát, a késleltetett utánzás képessége talán már korábban is létezik, azonban a 2. életévtől sokkal többféle helyzetben is megmutatkozik.

Az utánzás olyan kognitív funkció, mely önmagában nem, hanem mindig csak egy másik képesség megjelenésével párhuzamosan fejlődik. Például egy kisgyermek nem képes a késleltetett utánzásra addig, amíg nem kerül szociális interakcióba környezetével, ill. amíg nem képes korábbi tapasztalatainak felidézésére.

Összefoglalva:

- elemi utánzás: az újszülött fölé hajoló felnőttek arckifejezéseit utánozza, felnőttek hangjára hanggal válaszol;
- tudatos utánzás: egy cselekvést azért utánóz a gyermek, hogy fenntartsa az szociális interakciót, vagy a kívánt eredményt ő is elérje (pl. ráüt az asztalra, hogy ő is kopogjon, vagy ő is megnyomja a gombot, hogy világítson a játéka);
- késleltetett utánzás: olyan személyeket is utánóznak már a gyermekek, akik éppen nincsenek jelen. Ennek a készségnek a kialakulása szorosan összefügg a tárgyállandóság, a szociális interakció fejlődésével, kialakulásával is, melynek alapja a korábbi tapasztalatok felidézésének képessége. Ez a képesség sokkal változatosabban jelenik meg kb. a 2. életévben a reprezentációs gondolkodás és szimbolikus játék megjelenésekor, pl. a

gyermek utánozza, hogyan törli fel édesanyja a kiömlött kakaót, vagy hogyan olvas nagypapája újságot.

Az értelmi akadályozott gyermekek sokáig az elemi utánzás szintjén maradnak, sőt ezt is érdemes külön fejleszteni. Annyira alapvető készség ez, hogy minden mást átsző. Alapvető szempont azonban, hogy ha a gyermek nem utánoz, nekünk kell kezdeményezni, azaz megismételni az ő viselkedérepertoárjának kedvelt mozdulatait, hangjait. Ha örül ennek, többször ismételjük meg. Ha a mi cselekvésünket próbálja utánozni, fejezzük ki örömünket. Jó együttes játék lehet egy ügyesen mozgó gyermekkel, ha tükör előtt utánazzuk egymás mozdulatait, így látási figyelme is fejlődik. A fejlesztés egészének fontos eleme az utánzás, a szülők azonban leginkább a nyelvi és a szociális készségek alakulásában látják igazán jelentőségét. Biztassuk őket, hogy az utánzó játékokba vonják be a többi családtagot is, a testvérek vagy ismerős gyermekek általában szívesen vesznek részt ezekben.

2. Tárgyállandóság

Az a tudás, miszerint egy tárgy akkor is létezik, ha nem érzékeljük közvetlenül, fontos állomás a gyermek értelmi fejlődésében. Amíg a tárgyakért nyúlás komoly erőfeszítést igényel a gyermektől, addig hiába tudják, hogy a tárgyak léteznek, nem tudnak ennek megfelelően cselekedni. Figyelmük elkalandozik, és elfelejűk a tárgy elrejtését. 9 hónapos korra a fogás és a nyúlás összerendezetté válik, így a gyermek jobban észben tudja tartani a tárgy pillanatnyi helyét. Az eddigiekben a manipuláció szerepét hangsúlyoztuk a tárgyak sajátosságainak felderítésénél, azonban most a helyváltoztató mozgás tapasztalatairól is szót kell ejtenünk. A gazdag mozgástapasztalattal rendelkező gyermek nemcsak saját testét tanulja meg jobban mozgatni a térben, hanem a teret kitöltő tárgyakkal kapcsolatban újfajta tudás birtokába is jut. A nagymozgás fejlődésének kezdetén a tárgyat egyfajta nézőpontból látja, azonban az egyre változatosabb mozgásformák segítségével ugyanazt a tárgyat különféle módokon tudja érzékelni. A helyváltoztatás javítja az elrejtett tárgyak helyére vonatkozó emlékezetet is.

A továbbiakban lássuk a tárgyállandóság elsajátításának a menetét a Piaget által leírt sorozat szerint, amely továbbra is megbízható annak ellenére, hogy a kutatók egy része kételkedik a fejlődés általa leírt magyarázatában, a felejtés mozzanatát hangsúlyozva.

1. Személyt és tárgyat tekintetével követ, majd eltűnési pontját nézi. (1,5–4 hónapos)
2. Részben rejtett játék után nyúl. (4–8 hónapos)
3. Leesett játék után néz. (6 hónapos)
4. Teljesen elrejtett játékot keres – az eredeti helyen. (8–12 hónapos)
5. Keresi az elrejtett tárgyat, de nem zavarja, ha nem találja. (12–18 hónapos)
6. Kitaróan keresi az elrejtett tárgyat, tudja, hogy lennie kell valahol. (18–24 hónapos)

2.1. Személyt és tárgyat szemével követ, majd eltűnési pontját nézi

Az élet első négy hónapjában a gyermeknek látszólag nem léteznek azok a személyek vagy tárgyak, amelyek nincsenek éppen a látóterében. A készség kialakult, ha a csecsemő néhány másodpercig nézi azt a pontot, ahol valaki vagy valami eltűnt, mintha azt várná, hogy ismét megjelenik.

Hogyan segítsünk?

A családtagokat is bátran bevonva játszadozzunk minél többet a gyermekkel úgy, hogy ahogy azt a tárgyak fixálásánál, követésénél leírtuk. Miközben beszélünk a gyermekhez, és előtte járkálunk, játszunk kukucs-játékot: bújunk el az ajtó mögé, vagy takarjuk el arcunkat egy kendővel, majd 1-1 másodperc után kerülünk elő. A folyamatos figyelésben hangunk segíti a gyermeket.

2.2. Részben rejtett játék után nyúl

Az előző játéknál **figyeljük meg**, hogy a gyermek próbál-e aktívan utánunk kukucskálni, valamelyest keresni, amikor eltűnünk előle.

A gyermek első tapasztalatait arról, hogy a személyek és tárgyak akkor is léteznek, amikor csak egy részüket látja, azokban a mindennapi helyzetekben szerzi, mikor édesanyja házimunkáját végezve jön-megy gyermeke körül, és ő éberrel figyeli.

A nagyon fiatal csecsemő nem ismer fel egy tárgyat, ha valamilyen akadály részben eltakarja, s ennek következtében megváltozik az alakja. Úgy reagál, mintha az eredeti tárgy már nem létezne. Ennek a készségnek a segítségével a gyermek azt tapasztalja meg, hogy a tárgy továbbra is ott van, továbbra is ugyanaz, még akkor is, ha ő nem látja teljes egészében.

Hogyan segítsünk?

Válasszunk érdekes, kedvelt tárgyat ehhez a játékhoz, és egyszerű takarónak való anyagot vagy például kartonlapot. Kezdetben elég, ha egy egészen kis részt takarunk el a játékból, majd egyre többet, de legfeljebb a játék felét. Szánjunk rá időt, hogy mielőtt letakarnánk, előbb játsszunk a játékkal, így a gyermek nagyobb valószínűséggel szeretné majd keresni.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Ezt a játékot a család valamennyi tagjával és sokféle tárggyal játszhatjuk. Biztassuk a családtagokat, hogy a mackót próbálják félig a gyermek takarója alá rejtetni, vagy a homokozóban valamit félig befedni, esetleg egy játékautót félig betolni a nappaliban lévő szőnyeg alá. Biztassák a gyermeket, hogy keresse meg, amit elrejtettek.

2.3. Leesett játék után néz

Az ép csecsemők kb. 6 hónaposan jutnak el arra a tapasztalatra a fent említett játékok során, hogy a tárgyak akkor sem tűnnek el, amikor pl. leesnek az asztalról.

Figyeljük meg a gyermeket etetés közben: megnézi-e, hová esett a kanala, ha véletlenül leejtjük vagy leejti. A készség kialakult, ha a leesett tárgy irányába néz.

Hogyan segítsünk?

Segíthetünk figyelmét és érdeklődését a leesett tárgyra irányítani, ha olyan játékokat ejtünk le „véletlenszerűen”, amelyek hangot adnak, amikor földet érnek.

Ennyi idős korban még nem kell hosszú ideig üldögdélnie a gyermeknek, de rövid időre ültethetjük ölkben hasunkhoz támasztva, vagy etetőszékben, bébi hordozóban szintén megtámasztva. Mindezt azért tesszük, mert ez a helyzet a legalkalmasabb arra, hogy különösebb erőfeszítés nélkül követni tudja a leeső tárgyakat. Háton fekvő is kipróbálhatjuk, hiszen ez a gyermek számára a legbiztonságosabb testhelyzet, és a leejtett tárgy esetleg további mozgásra is serkentheti, hogy újra elérje azt.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A szülők a nap bármely szakában játszhatják ezt a játékot, nagyon jó alkalom a fürdetés vagy az etetés.

2.4. Teljesen elrejtett játékot keres – az eredeti helyen

2.5. Keresi az elrejtett tárgyat, de nem zavarja, ha nem találja

2.6. Kitartóan keresi az elrejtett tárgyat, tudja, hogy lennie kell valahol

8 hónapos kor körül kezdik a csecsemők először jelét adni annak, hogy érdeklődésüket a tárgyak akkor is fenntartják, ha azok nem láthatóak, ezért keresni kezdik őket. Ebben a korban azonban megfigyelhető, hogy mindig azon a helyen keresik az elrejtett tárgyat, ahová először tették azt, még akkor is, ha látják, hogy másodszor nem oda került. 2 éves korukra fokozatosan elsajátítják a tárgyállandóságot, amihez már nem csupán érzékeik során szerzett tapasztalataik szükségesek, hanem a problémamegoldás képessége is, azaz a nem látott tárgy helyének kikövetkeztetése. Ezt a folyamatot hasonló feladatokkal segíthetjük, melyeket szabadon variálhatunk.

Hogyan segítsünk?

Az előzőekhez hasonlóan takarjunk el egyre nagyobb részt a tárgyból. Elrejthetjük úgy is, hogy pl. egy párnát vagy dobozt helyezünk elé, hogy fölötte átnézve esetleg látható legyen a játék, majd fokozatosan a párna vagy a doboz alá is kerülhet.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Ezt a játékot is a nap bármely szakában játszhatják a szülők. Ha a gyermek kedveli, akkor kitarását és figyelmét növelhetik azzal, hogy két takarót használnak egy tárgy elrejtéséhez.

Természetesen a gyermeknek nem lesz minden próbálkozása sikeres, kerüljék ilyenkor a „nem”-et tartalmazó mondatokat (pl. „Nem találtad meg! Nem sikerült!”), inkább adjanak minél több próbálkozási lehetőséget számára, ill. vidáman előkereshetik és megmutathatják neki, hová dugták el a játékot. A feladatokat a fejlődésnek megfelelően variálhatják, pl. egy labdát sokféleképpen elrejthetnek: eleinte pl. guríthatják félig a fa mögé, a későbbiekben átguríthatják valami alatt, hogy egyáltalán ne látszódjon. Kérjék a gyermeket, hogy keresse meg a labdát, mert akkor nincs mivel játszani. Várható, hogy a gyermek kezdetben új játékot keres, aztán benéz oda, ahol átgurították, és a fejlődés magasabb fokán rögtön a másik oldalra indul a tárgyért, mert már biztos benne, hogy ott van.

3. Problémamegoldás

Az ebben a fejezetben felsorolt problémahelyzetekben a gyermeknek használnia kell a már begyakorolt finommotoros készségeit, és emellett a fő hangsúlyt a kognitív képességek fejlődésére, használatára helyezzük. Olyan egyszerű problémahelyzeteket is bemutatunk, amelyek elemi ok-okozati összefüggések felfedezésén is alapulnak, és természetesen a már megalapozott finommotoros készségeket igénylik (pl. az útban lévő játéktárgy eltolása). A két alapvető probléma-megoldási stratégia a próba-szerencse jellegű kísérletezés és a problémák módszeres, belátáson alapuló megoldása. Bár az életkori határok itt is csak megközelítő adatok, mégis jól tükrözik az egymásra épülő készségek folyamatosságát. 8–12 hónaposan jelennek meg a problémamegoldás legkorábbi formái, 12–18 hónaposan jellemző a próba-szerencse módszer alkalmazása, majd 18–24 hónapos korban megjelennek a szimbolikus kombinációk is. Ez az időszak meghatározó pl. a beszéd- vagy a játékfejlődésben is, hiszen a szimbolikus formák alkalmazása teszi lehetővé a beszédet is. A továbbiakban az egyes készségeknél az átlagos fejlődésnek megfelelő időhatárokat adjuk meg. Egyes készségek megfelelnek bizonyos fejlődési skálák feladatainak, azonban a fejlődés egymásra épülő lépcsőfokainak bemutatása miatt mégis meghagytuk őket. Itt különösen felhívjuk a figyelmet arra, hogy ezeknek a készségeknek a tanítása csakis egy komplex vizsgálatot követően kezdődhet el, a gyermek reális felmérése érdekében.

9–15 hónapos

1. Két poharat egymásba illeszt.
2. Akadályt eltávolít a kívánt tárgy eléréséhez.
3. Madzagot meghúzva játékot megszerez.

15–18 hónapos

4. Kis doboz tetejét felemeli, hogy megkeresse a benne lévő játékot.
5. Kis üveget vagy poharat megfordít, hogy megszerezze a benne lévő apró tárgyakat.
6. Eszközökkel egyszerű problémát megold.

18 hónapos–2 éves

7. Négy poharat összeilleszt.

2–3 éves

8. Ok-okozati összefüggéseket észrevesz.
9. Egydarabos kirakójátékot megold.
10. Háromdarabos, egymásba kapcsolódó kirakójátékot megold.

3–4 éves

11. Négydarabos képet (puzzle) összerak.
12. Mechanikus játékot bemutatás nélkül elindít.
13. Minta után épít.

3.1. Két poharat egymásba illeszt

Ez a készség a nagyság tanulásának előkészítése és gyakorlása. A gyermek eddig is folyamatosan pakolgatta játékait egyik dobozból a másikba, próbálgatta, hogy mi mibe fér bele. A gyermek finommozgása már megfelelően érett e készség elsajátításához. Itt azt vizsgáljuk, hogy a gyermek el tudja-e dönteni, hogy melyik pohár illik bele a másikba: ha a nagyobb poharat próbálja a kisebbikbe illeszteni, nem fog sikerülni, így másképp kell megpróbálnia. Ne felejtjük el, hogy ez a játék még nem a nagy és a kicsi differenciálását célozza, hanem hogy a gyermek próbálkozzon új megoldási stratégiákkal. Ezekkel a próbálgatásokkal szerez tapasztalatokat és tudást a tárgyak nagyságáról, méreteiről, mindeközben egy új tanulási stratégiát sajátít el, amely a későbbi tanulásnak is fontos része lesz.

Figyeljük meg, hogy a gyermek próbálkozik-e játéka során edények, poharak egymásba illesztésével, ill. hogy fedez-e fel eközben valamilyen szabályszerűséget.

Hogyan segítsünk?

Elhhez a játékhoz a legmegfelelőbb eszköz az egymásba illeszthető pohársorozat. Kezdetben csak a legnagyobb és legkisebb poharat használjuk. Mutassuk meg a gyermeknek, hogy a kicsi befér, a nagy pedig nem. Miközben bemutatjuk, mi is többször próbálkozzunk, és kommentáljuk is tevékenységeinket: „Nem illik bele, megpróbálom másképp.”

Mindig engedjük a gyermeket is többször próbálkozni, türelemmel várjunk, mielőtt segítünk neki. Kezdetben kezét vezetve is segíthetünk, majd egyre inkább a szóbeli segítségnyújtásra hagyatkozunk.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Mindennapi tevékenységek során jól gyakorolható ez a készség (pl. tányérok, poharak egymásba illesztése, pakolás során). Az egymásba illeszthető poharak számát folyamatosan növelhetjük, ill. a poharak mellett négyszögletes dobozok egymásba illesztésével is próbálkozhatunk.

3.2. Akadályt eltávolít a kívánt tárgy eléréséhez

Ebben az esetben egy olyan egyszerű problémával találkozik a gyermek, amelynek megoldására saját aktivitására van szüksége. Ekkor már tudja, hogy mi az a játék, amelynek csak egy része látszik az akadály miatt, és kell egy stratégia számára, amellyel meg is szerezheti.

Figyeljük meg, hogy amikor a gyermek a földön játszik, próbál-e megszerezni olyan játékot is, amely egy másik mögött van, elsodorja-e az elől lévő a kezével.

Hogyan segítsünk?

Teremtünk olyan helyzetet, amelyben lehetősége van gyermeknek ezt a készséget gyakorolni.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Ezt a játékot a szülők beilleszthetik napi tevékenységeik közé. Tegyenek egy akadályt arcuk és gyermek arca közé, és várják meg, míg ő mozdítja el, időnként azonban kukucsáljanak ki, biztatásképpen. Elrejtethük mackóját egy párna mögé lefekvéskor, vagy egy gumikacsát műanyag kád mögé fürdetéskor. Számatalan variáció létezik. Próbálják meg a tárgyakat eldugni átlátszó műanyag tartók alá vagy átlátszó doboz teteje mögé is. Kartondobozra vághatnak ablakot, és fedjék be celofánnal. A gyermek kedvenc babája megjelenhet az ablakban, esetleg el is tűnhet, mint a kukucsálós játékban.

3.3. Madzagot meghúzva játékot megszerez

Ehhez a készséghez kellően ügyes kézmozgás és szem-kéz koordináció is szükséges, a probléma felismerésén túl.

Vegyük körül a gyermeket olyan játékokkal, amelyekre zsinór van kötve, és **figyeljük meg**, hogy használja-e a zsinórt arra, hogy magához húzza a játékot. Mobil játékoknál a lógó zsinór meghúzásával meg is szólaltathatja a játékot.

Hogyan segítsünk?

Ügyeljünk arra, hogy ne a madzag legyen érdekes a gyermek számára, hanem a tárgy, a madzag csak az elérés eszköze legyen. Készítsünk a gyermeknek minél több ilyen játékot, akár kedvenceire is köthetünk madzagot. Mutassuk be többször a játékot, és ha szükséges, kezét vezetve segíthetünk neki. Kipróbálhatjuk azt is, hogy a játékot lejtős felületre helyezzük, így a zsinór enyhe meghúzásával a játék könnyen a gyermekhez gurul. Ez utóbbihoz puha játékot válasszunk. Megkönnyíti a gyermek számára a madzag megfogását, ha egy nagy gyöngyöt vagy karikát teszünk rá fogónak.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Jó ötlet lehet szülőknek, hogy a játékot egy anyagpelenka távolabbi sarkába is helyezik, és ha a gyermek meghúzza a pelenkát, a játék közelebb kerül hozzá. Rengeteg mindent lehet madzagra kötni, pl. csillogó-villogó háztartási eszközöket, tea-tojást, lufit stb.

3.4. Kis doboz tetejét felemeli, hogy megkeresse a benne lévő játékot

Ezt a játékot akkor tudjuk játszani, amikor a gyermek már tudja, hogy a dobozba elrejtett tárgyak léteznek akkor is, ha nem látja azokat (lásd tárgyállandóság).

Hogyan segítsünk?

Olyan dobozt válasszunk, melynek könnyen lejár a teteje, pl. a fém süteményes dobozok, cipős dobozok stb. Kezdetben mutassuk be, hogyan lehet visszaszerezni azt a játékot, amit

beleraktunk a dobozba, és hagyjuk, hogy a gyermek utánozzon minket. Ha közben mondogatjuk az elrejtett tárgy nevét, segítünk fenntartani a figyelmét.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Használhatnak a szülők ehhez a játékhoz minél több, lakásban fellelhető tárgyat a különféle dobozoktól a fiókokig, szekrényekig. Izgalmas lehet a gyermek számára, ha hagyjuk vagy kérjük, hogy ő dugjon el tárgyakat. Élvezni fogja, ahogy nézi, amint keresgélnek, eljátszva azt a nagyon fontos stratégiát, hogy többször próbálkoznak a tárgy megszerzésével. Próbáljanak meg a gyermekkel csomagokat kicsomagolni, vagy főzőcske játék során együtt keressék meg, mi van a fedő alatt.

Ahogy a gyermek fejlődik, az elrejtős játékok lehetnek egyre nehezebbek és összetettebbek (pl. egy tárgyat egy dobozba, majd azt egy másikba rejtünk el).

3.5. Kis üveget vagy poharat megfordít, hogy megszerezze a benne lévő apró tárgyakat

Ehhez a problémamegoldáshoz már szükséges, hogy a gyermek forgatni tudja a csuklóját. **Figyelj meg** a gyermeket, hogy ha kedvenc csemegéjét (pl. gabonapehely) egy hosszúkás, átlátszó pohárban kínáljuk neki, hogyan próbálkozik azt megszerezni. Általában először minden kisgyermek megpróbál belenyúlni az üvegbe, ezért szerencsésebb olyan üveget választanunk, melybe nem fér bele a kezecskéje.

Hogyan segítsünk?

Ha a gyermek elkezdi rázva kiszórni belőle a pelyheket, mutassuk meg neki, hogy könnyebben megy, ha kiborítjuk. Esetleg segíthetünk kezének mozdulatában is. Mindegy, milyen megoldással jut csemegéjéhez, engedjük, hogy néhány szemet megegyen belőle, a többivel újra próbálkozhatunk. Sőt gyakorolhatjuk a csippentést és a pontos szem-kéz koordinációt azzal, ha megkérjük, tegyen vissza egyet-egyét az üvegbe.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A különféle flakonok és tartók fejjel lefelé fordítását a fürdéskor is gyakorolhatják, hisz nagyon szórakoztató nézni, ahogyan a víz kiömlik egy tartóból. A homokot, kavicsot, apróbb terméseket szintén jól lehet öntögetni. Mindig legyenek óvatosak, mikor apró tárgyakkal játszanak, minél többféle lehetőséget biztosítva a gyermek számára.

3.6. Eszközökkel egyszerű problémát megold

Amikor a gyermek egy madzagon magához húzza a játékot, akkor a madzagot eszközként használja egy problémahelyzet megoldásában. Most az eszközök használatát bővítjük, melyekkel a gyermek a céljait eléri.

Figyeljük meg, hogy ha a gyermek játéka begurul az ágy alá vagy beszorul valahová, használ-e valamiféle eszközt (pl. pálcát, rudat stb.), hogy visszaszerezze azt.

Hogyan segítsünk?

Megmutathatjuk az eszközök használatát, vagy szóban is segíthetünk, esetleg, ha szükséges, kezét is vezethetjük.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Biztassuk a szülőket, hogy a nap során felbukkanó valódi problémákat is használják fel arra, hogy a gyermek igyekezzon megoldani azokat. Beszéljenek ezekről a helyzetekről a gyermekkel, hagyják őt gondolkodni valamilyen megoldáson, mielőtt segítenének. Dicsérjék minden próbálkozását, még ha nem is jár sikerrel. Eljátszhatnak egy-egy sikertelen megoldást is, hogy a gyermeknek ne legyen kudarcélménye. Fokozatosan segítsenek neki, ha szükséges: először hívják fel a figyelmét arra, hogy használhat valamilyen eszközt, csak azután mutassák meg, hogyan lehet megoldani a problémát.

3.7. Négy poharat összeilleszt

A 3.1. készség nehezebb változata. Gyakoroljunk az előzőeknek megfelelően, négy különböző méretű pohárral.

3.8. Ok-okozati összefüggéseket észrevesz

Ahogy a gyermek a fejlődése során adaptálódik a környezetéhez, egyre több olyan helyzettel találkozik, amelynél fel kell mérnie, ha tesz vagy hall valamit, akkor ennek következménye lesz, vagy követi azt valamilyen esemény. Ezek a „ha... akkor...” típusú helyzetek az elemi ok-okozati összefüggések megtapasztalásai.

A gyermek fokozatosan elkezdi érdeklődni az iránt is, hogyan működnek a dolgok, ő maga szeretné az újraindításhoz a megoldást megtalálni. A legegyszerűbb ilyen játékeszközök az egy nagy méretű gomb lenyomásával indítható pörgős játékok.

Figyeljük meg, hogy az ezekkel a játékokkal folytatott tevékenység során a gyermek sokszori indítás után megpróbálja-e kezét az indítógombra helyezni, s a játékot újraindítani.

Hogyan segítsünk?

Ha nehézségei lennének, mutassuk meg, hogyan működnek ezek a játékok, és várjunk türelemmel a gyermek próbálkozásaira. Jól használhatók még a fel- és hátrafelé húzható vagy gombnyomásra induló játékok, a lendkerekes autók.

Ha a gyermek egy-egy ilyen új játékkal találkozik, intsük türelemre a szülőket, hagyják, hogy megkeressék az indítás módját. Ha hosszas próbálkozás után nem találja, keressék meg vele együtt, miközben biztassák, hogy több lehetőséget is próbáljon ki. Ha a gyermeknek nincs türelme a kísérletezéshez, a játékot észrevétlenül indítsák el, hátha a működés vagy változás felkelti az érdeklődését.

Megmutathatják a gyermeknek, hogy a háztartásban az egyes dolgok (pl. kávéfőző, porszívó, mosógép) hogyan kapcsolhatók ki-be, természetesen csak nagy elővigyázatossággal. Nagy boldogságot okozhat, ha a saját játékmagnóját a gyermek be tudja kapcsolni, esetleg saját hangját is vissza tudja hallgatni. Később egyre bonyolultabb szerkezetek elindítására jön majd rá meglévő tapasztalatai segítségével.

3.9. Egydarabos kirakójátékot megold

Ez a készség más sorozatban már szereplő készségekre épül, mint a megfelelő kéz ügyesség, vizuális észlelés, képek felismerése. Olyan kirakóra van szükségünk, amelyben egy vagy több kép szerepel, és minden kép a kirakó egy-egy darabja. A képek ismerős tárgyakat, egyszerű formákat ábrázoljanak. Kérjük a gyermeket, hogy a megfelelő képet tegye a helyére, és **figyeljük meg**, hogy beilleszti-e.

Hogyan segítsünk?

Fontos, hogy egyszerre csak egy kép legyen kivéve a táblából, különben túl nehéz lehet a feladat. Ha a gyermek megtalálta a kép helyét, de nem tudja pontosan beilleszteni, segítsünk neki egy kicsit, majd próbáljuk újra. Ha nem találja a helyét, mutassuk meg neki, és várjuk meg, hogy sikerül-e a beillesztés. Csak akkor segítsünk, ha szükséges. Ha több képet ábrázol a táblánk, a képek felismerése során nyelvi fejlesztést is végezhetünk. Sikeres megoldás után a feladat nehezítettebb formákra térhetünk át, ha a gyermek is motivált erre. Olyan táblákat válasszunk, amelyeken több egydarabos kép szerepel, és a gyermeknek is többet kell egyszerre elhelyeznie a megfelelő helyre. Ha játékkölcsönzésre is lehetőség van, javasoljuk a szülőknek, hogy minél változatosabb táblákkal gyakoroljanak, de csak sikeres megoldásokat követően váltsanak játékot. Legjobb, ha kezdetben fakirakókkal próbálkoznak, melyek jobban kiemelkednek a síkból. A gombokkal ellátott képek kiemelése ugyan könnyebb, azonban a visszahelyezés nehezebb, így csak olyan esetekben javasoljuk, ha a gyermek kezének mozgatása nehezített, vagy figyelem- és/vagy viselkedésszorongással küzd.

3.10. Háromdarabos, egymásba kapcsolódó kirakójátékot megold

Az „egymásba kapcsolódó kirakójáték” kifejezés azt jelenti, hogy a játék egymásba illeszthető részekből áll, és a tábla szélei a kép körvonalát adják. Minden darab egy jól elkülöníthető, felismerhető részt ábrázol (pl. maci testrészei, vonat részei). Minél több képet helyez el a gyermek a táblán, annál könnyebb a feladat folytatása.

Figyeljük meg, hogy a gyermek egymáshoz illeszti-e a megfelelő részeket.

Hogyan segítsünk?

Várjunk, hogy a gyermek önállóan próbálkozhasson. Ha nem sikerül neki, várjunk arra is, hogy kér-e segítséget tőlünk valamilyen módon. Ha nem kér, kérdezzünk rá: „Segítsék?” Kezdetben szóban segítsünk, miközben a beillesztendő képre mutatunk: „Fordíts meg!” vagy „Próbáld másképpen!” Ha így sem sikerül, rakjunk össze előtte két részt, majd adjuk a kezébe a harmadikat, hogy egyedül tegye be azt a táblába. Ha szükséges, az egész képet összerakhatjuk. Minden próbálkozást dicsérjünk meg.

Ha a gyermek a háromdarabos játékból már nagyon ügyes, próbáljuk ezt minél változatosabb képekkel gyakorolni, majd a részek számát fokozatosan növeljük, méretüket pedig csökkentjük.

3.11. Négydarabos képet (puzzle) összerak

Ebben a feladatban az egész kép teljesen szét van vágva, tehát a gyermeknek már meg kell különböztetnie a széli részeket a többitől. Mutassuk meg neki az összerakott képet, majd szedjük szét darabokra (vonjuk be őt is), és kérjük meg, hogy legyen a kép újra ugyanolyan.

Hogyan segítsünk?

A segítségnyújtás lépései hasonlóak, mint az előző feladatnál. Ha a gyermek már ügyesen megold 3-4 különböző puzzle-képet, nehezíthetünk több és/vagy kisebb darabbal is. A nyelvi fejlesztéssel is összekapcsolhatjuk a gyakorlást, kérjük meg a gyermeket, hogy válassza ki a megfelelő képet, majd utána szedje darabokra, és rakja ki. Először kettő, majd egyre több kép közül válasszon.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Ezek a játékok alkalmasak arra, hogy a család együtt vegyen részt bennük. Biztassuk a kisebb testvéreket is, hogy pl. segítsenek a szétszedésben. Legyen azonban mindig érthető a játék szabálya és kerete, hogy a gyermekek be tudják azt tartani.

3.12. Mechanikus játékot bemutatás nélkül elindít

Ez a készség a 3.8. (Ok-okozati összefüggéseket észrevesz) készség magasabb szintű változata. Gyakoroljunk az előzőekben leírtaknak megfelelően.

3.13. Minta után épít

Ez a készség a korábbiak szintézisének mondható, hiszen a tárgyak egymásra helyezésén túl itt a térben látás, a minta utáni konstruálás is fontos szerepet kap. Az építő tevékenység már korábban megjelenik (amikor a gyermek 1-1 kockát egymásra helyez, l. a finommozgás-készségeknél), itt azonban lényegessé válik az építés „terve”, több tárgy meghatározott

szempont szerinti, összetett felhasználása, amely már gondolkodási folyamatokra épül. A mintát „készen kapja” a gyermek, azaz a kivitelezés módjára magától kell rájönnie a megfelelő kézmozgás mellett. Fontos feltétel, hogy a gyermek megértse, hogy egy másik építményt kell alkotnia, nem pedig a mintához kell hozzáépítenie. A kockákkal való manipuláció eleinte egyszerű tárgyhatalmatot takar, amely a fejlődés során építő tevékenységhez vezet. A megfelelő látási érzékelés és kézügyesség mellett kitartó figyelem, elmélyültség szükséges ahhoz, hogy a gyermek a kívánt építményt rekonstruálja. Mivel több vizsgálóeljárás is tartalmazza a kockákból építést, itt másféle játéktárgyakat is alkalmazhatunk (pl. Montessori-tornyok, műanyag poharak, Duplo-kockák, gyöngyök, fagolyók stb.), azonban a sima fakockák a legváltozatosabban felhasználható elemek, és ezek igénylik a legpontosabb kézmozgást is.

A minta utáni építést is nehezíthetjük sokféleképpen: variálhatjuk az építő elemeket nagyságuk, formájuk, színük szerint, vagy ritmussorok alkotásával ezeket kombinálhatjuk is.

A sorozat bővítése

Ha a gyermek már elsajátította az előző készségeket, 4-5 éves életkori szinten a következő nehezített változatokat taníthatjuk még:

Hiányzó képrészletre rámutat, esetleg meg is nevezi.

Megmondja, hogy melyik tárgy hiányzik, ha 5 tárgyból 1-et elveszünk.

Képeket időrendi sorrendbe állít.

10 darabos kirakójátékot néhány perc alatt megold.

Képi minta után épít.

4. Tárgyak különböző tulajdonságainak integrációja

A tárgyállandóság és a problémamegoldás új módjainak kialakulása mellett igen fontos az, hogy a gyermek felismeri: a különböző érzékeletekből származó információkból a tárgy egésze bontakozik ki. Kezdi megérteni, hogy pl. az udvarról hallott hang a szomszéd kutya hangja, akihez olyan szívesen odaviszi a csontot, megtanulja az ételek színét, illatát és ízét összekapcsolni. A legújabb kutatások alapján elfogadjuk, hogy a tulajdonságok némely kombinációinak integrálási képességét gyorsan és igen korán sajátítják el a csecsemők. Erre épül a *kategorizációs képesség*, azaz a tárgyak bizonyos szempontok szerinti csoportosítása valamilyen közös tulajdonság alapján. A gyermek már az első életév során felismer egyes közös jellemzőket egy csoporton belül, azonban a 2. életév során maga is képessé válik kategóriák alkotására. Mivel az ezekre épülő bonyolultabb készségeket nehéz volna életkorokhoz kötni, ebben az esetben eltekintünk az életkori megjelöléstől, azonban a sorozat tagjainak sorrendje lényeges szempontnak tekinthető.

A tárgyak tulajdonságainak megismerésekor a következő sorrendet követjük: tárgyak tulajdonság szerinti egyeztetése, szortírozása, kiválasztása.

Mi a különbség az egyeztetés és a szortírozás között? Az *egyeztetés*nél a gyermeknek egyenként adjuk oda a tárgyakat vagy a képeket, és kérjük, hogy mindegyiket ahhoz tegye, amellyikkel azonos. A *szortírozás*nál több tárgyat vagy képet adunk, és megkérjük, hogy válogassa őket csoportokba. A *kiválasztás* során az előző tudást kell a gyermeknek integrálnia. A sorozat elemei a következők:

1. Azonos tárgyakat egyeztet.
2. Két méretet válogat.
3. Tárgyat képpel egyeztet.
4. Képet képpel egyeztet.
5. Egyszerű tárgyakat funkció alapján párosít.
6. Tárgyakat kategóriák szerint válogat.
7. Formákat egyeztet.
8. Formákat szortíroz.
9. Formákat kiválaszt.
10. Színeket egyeztet.
11. Színeket szortíroz.
12. Színeket kiválaszt.

4.1. Azonos tárgyakat egyeztet

A tárgyak egyeztetése az alapja annak, hogy a tárgyakat valamilyen kategória szerint felismerje, egyeztesse, majd szortírozza a gyermek. Ez a készség szoros összefüggésben van a

beszédértés fejlődésével is, ezért használhatjuk azokat a játékokat is ennek e készségnek a fejlesztéséhez, melyek ott szerepelnek.

Legyenek a gyermeknek olyan játéakai, amelyekből van legalább két teljesen egyforma darab (pl. kislabdák, kockák, babák, autók). Ezek közül felmutatunk neki egyet, megnevezzük, és megkérjük rá, hogy adjon kezünkbe egy ugyanilyet. **Figyeljük meg**, érdeklie-e az a feladat, elkezd-e keresgélni a játéakai között. Ha megtalálja a megmutatott tárgy párját, a fenti készség kialakult.

Hogyan segítsünk?

Együttjátásaink során kérjük tőle gyakran játékokat, hogy gyakorolhassa azok neveit.

Ha a gyermek még bizonytalan, válasszuk ki mi az azonos tárgyat, játsszunk mindkettővel együtt, és közben gyakran említsük meg, hogy ezek egyformák. Többször egymás mellé téve mutassuk meg az azonosságukat.

Játszhatunk „párkeresős” játékot is, amely során a tárgyat mozgatva mindenféle tárgy mellé odatesszük, és magyarázzuk: „Nem, ez nem ugyanolyan!”, majd tovább keresünk mindaddig, míg az ugyanolyat meg nem találjuk.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Kérjük a szülőket, hogy különféle, háztartásukban párban is megtalálható eszközökkel (pl. kanalak, tányérok, poharak, kis cipő, kis zokni) gyakoroljanak, a mindennapi gondozási helyzeteket is kihasználva. Mindennapos jövés-menéseik során mindig hívják fel a gyermek figyelmét az azonosságokra.

A későbbiekben gyakorolhatják az egyeztetést úgy is, hogy megkérik a gyermeket, tegye egy tálba vagy dobozba az ugyanolyan tárgyakat. Ez a szortírozás készségének előkészítője.

4.2. Két méretet válogat

A méretek válogatása során először a kicsi és a nagy fogalmát tanulja meg a gyermek, ennek megtanulásához minden olyan tárgy használható (pl. nagy- és kiskanalak, dugók, karikák, babák), amelyekből létezik kicsi és nagy változat. **Figyeljük meg**, hogy játék közbeni kérésünket – „Kérem a nagy labdát!” – többször is tudja-e teljesíteni.

Hogyan segítsünk?

Először mindenképpen bizonyosodjunk meg arról, hogy érti-e a gyermek, mit jelent az, hogy valami nagy vagy kicsi. Ehhez a legkönnyebben a saját testén keresztüli tapasztalattal jut el (pl. a TV-s dobozba be tud bújni, mert nagy, de a cipős doboz túl kicsi ehhez). Egy másik megtapasztalási lehetőség lehet, ha a gyermeket családtagjaihoz viszonyítjuk méretei szerint. A családtagok ruhadarabjai is jól látható méretbeli különbségeket mutatnak, ezzel a viszonyítást is megtanulja. A játékokat mérőszalaggal megmérve (pl. orvosos szerepjátékba ágyazva) érdekes tapasztalatokhoz jut a gyermek.

A tárgyak nagyság szerinti szétválogatásához kezdetben használjunk tálakat, amelybe egy-egy tárgyat (ha kell, többet is) helyezve megmutatjuk, hová tegye a nagyokat, és hová a kicsiket.

Később nemcsak tárgyakkal, hanem síkidomokkal is gyakorolhatjuk a nagy és kicsi szétválogatását.

Valamennyi szortírozás jellegű feladat annak gyakorlására is kitűnő, hogy a gyermek egyre hosszabb ideig legyen képes egy-egy tevékenységet végezni, feladatát befejezni.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Háztartáson belül bármilyen eszközt használhatnak, bevonva a gyermeket a különböző házimunkákba. Kiránduláskor összehasonlíthatják a fák, termések, gombák méretét is.

Amikor már jól megy a válogatás, csökkenthetik a tárgyak méretbeli különbségét, ezzel nehezítve a gyermek feladatát.

4.3. Tárgyat képpel egyeztet

A gyermek lassan kezdi felfedezni a képeken látott tárgyak és „valódi” megfelelőik közötti kapcsolatot. Az ablakban látott állat egy cica, és a képen a könyvben is egy cica van. Ez óriási felfedezés, melynek segítségével több dolgot megtanulhat a képekből.

Hogyan segítsünk?

Kezdetben használjunk olyan fényképeket, amelyek a gyermek otthonában vagy közvetlen környezetében található tárgyakat, személyeket ábrázolják. Ez megkönnyíti az azonosítást, hiszen közvetlenül mellé tartva magyarázhatjuk, hogy a kettő ugyanaz. Később használhatjuk azokat a képeskönyveket, melyeknek egy oldalán egy kép található. Mindig nevezzük meg a tárgyképet, és mutassuk meg az ő tárgyai közül, hogy melyik az, amelyiket a kép ábrázolja (pl. „Nézd, ide rajzolták a labdát! Itt meg a te labdá! Látod? Labda.”). Később kérjük meg arra, hogy azt a játékot, amivel játszunk, mutassa meg a képen, vagy tegye rá. Fontos, hogy egyszerre csak két tárgyat ábrázoló kép legyen látható.

4.4. Képet képpel egyeztet

Képek egymással való egyeztetése pontos vizuális megkülönböztetést kíván. Ebben a feladatban két pár képpel kezdhetjük a gyakorlást, majd később egyre több kép párosításával próbálkozhatunk.

Hogyan segítsünk?

Ugyanolyan lépésekben segíthetünk, mint az előző feladatnál. Ugyanúgy kezdhethetünk fényképek egyeztetésével, és később rajzos képekkel. A méretbeli fokozatosság is segíthet, a nagyobb képektől haladjunk a kisebbek felé.

Ha a gyermek mozgásának akadályozottsága miatt nehézséget okoz a képeket a párijkra tenni, akkor adjunk neki tálat, hogy azokba tegye.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban.

Kérjük a szülőket, hogy adjanak képeket a gyermeknek játékidőben is, szívesen fogja nézegetni őket. Amikor együtt játszanak, mutassák meg neki minél többször, melyek az egyformák.

Gyakran magazinokban vagy szórólapokon is találni egyforma képeket, ezeket is összegyűjthetik és felhasználhatják. Nagyon jók ennek a készségnek a gyakorlására a játékszettekben kapható Képes Lottó és Memória játékok is, amiket ezen a fejlődési szinten még ne a játék leírása szerinti módon játsszák, csupán az egyforma képeket keressék meg közöttük.

4.5. Egyszerű tárgyakat funkció alapján párosít

Ahhoz, hogy több tárgyat azonos funkció alapján párosítani tudjon a gyermek, szükséges, hogy előbb ismerje, mi mire való (mivel tud enni, fészülni stb.).

Mindennapi gondozási helyzetekben **figyeljük meg**, hogy a tárgyakat kezdi-e már a gyermek funkciójuk szerint használni (pl. „Fészüld meg a hajacskádat!” kérésünkre előveszi-e a fészűjét). A fészülni egy tárgyat igényel. Az azonos funkciójú tárgyak párosításakor olyan tevékenységekre kérjük a gyermeket, amelyekhez legalább két tárgy szükséges (pl. fogmosás). Több tárgy kiválasztásának a gyakorlását csak akkor kezdjük el, ha már biztosan ismeri a tárgyak funkcióját.

Hogyan segítsünk?

A gyakorlást csak két pár tárgy párosításával kezdjük, és úgy segítsünk a gyermeknek megtalálni a párokat, hogy elmondjuk, mire használjuk őket. Például mondhatjuk, hogy „Megmosom a fogam. Mire van szükségem?” Ha csak egy tárgyat kapunk, mondjuk „Igen, szükségem van a fogkefére. Mire van még szükségem?”. Ugyanígy tegyünk a másik pár tárgy esetében is.

Váltogassuk az eszközöket, amelyeket használunk – (nagy) tüt és cérnát, mosogatószert és szivacsot, habfürdőt és törölközőt stb.

Amikor a gyermek már sok tárgyat tud azonosítani, vegyük kezünkbe egy pár egyik tagját, és kérdezzük meg a gyermektől, hogy „Mi való ehhez?”. Végül megkérhetjük a gyermeket, hogy egyedül párosítsa össze, amire szükség van.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Gyakorolhatják ezt a készséget a gyermekkel természetes helyzetekben, amilyen gyakran csak lehet. Kérjék meg a gyermeket, hogy keressen meg mindent, ami evéshez, lefekvéshez, rajzoláshoz kell, vagy ahhoz, hogy esőben kimenjünk az utcára vagy megtöröljük az orrunkat stb.

4.6. Tárgyakat kategóriák szerint válogat

A gyermek az előzőekben funkciójuk alapján kezdte el csoportosítani a tárgyakat, most pedig elkezdjük azokat a nagyon egyszerű, a gyermek számára egyértelmű, a mindennapokban is használt főfogalmak alá rendelni, mint pl. ételek, állatok, játékok, virágok. Ez a gyakorlat két célt is szolgál: elmélyíti a főfogalmak ismeretét, valamint a szortírozás készségét.

Hogyan segítsünk?

Kezdetben csak két, egymástól nagyon különböző főfogalom (állat-virág) alá tartozó tárgyakat használunk, valamint a tárgyak száma is kevés legyen (2-3). Segíthet, ha ezeket a játéktárgyakat vagy eszközöket külön tálakba rakodjuk. Ha téved a gyermek, ne az ő megoldásait minősítsük, hanem hívjuk fel a figyelmét arra, hogy a tárgy valóban odavaló-e, ahova tette, és magyarázzuk is el, hogy választása miért jó, vagy miért téves.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A gyermek kiválogathatja a szárítóról leszedett ruhákat, vagy rendrakásnál biztassuk őt, hogy pl. válogassa ki játékeit.

4.7. Formákat egyeztet

A gyermek a formákat először egyeztetéssel, majd szortírozással, később kiválasztással fogja megtanulni. Kezdetben egy formát, általában a gömbölyű formákat fogja tudni bedobálni egy lyukon keresztül. Így megtapasztalja, hogy nem minden játékát lehet egy bizonyos formán keresztül bedobni a dobozba. Sok gyakorlás és tapasztalat után játékeit a formák szerint fogja csoportosítani, szortírozni. Amikor már formák szerint is kiválasztja a tárgyakat, az már azt jelenti, hogy ismeri azok megnevezéseit is, akkor is, ha egyelőre még nem tudja kimondani. A játékok során mindig nevezzük meg a formákat, akkor is, ha azt gondoljuk, hogy a gyermek még nem érti.

Hogyan segítsünk?

Ha nehezebben megy a formák felismerése a gyermek számára, teljes testével térben is érzékeltesük, pl. fektessük őt nagy labdára, érintsük meg, simogassuk körbe a formákat. A síkban elhelyezett formák megtapasztalásához játsszunk játékokat, melyekben olyan mozdulatokat kell végezni, amelyekkel szintén körbeírjuk a formát (pl. kavargatás tálban, autótologatás a dobozon belül).

A formák dobozba való bedobálásánál kezdetben akkora formákat válasszunk, melyek elérnek a gyermek kezében, és könnyen tud velük tevékenykedni. Fokozatosan csökkentsük a formák méretét. Eleinte kevés formát tegyünk elé, majd fokozatosan növeljük a formák számát.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A formaegyeztetést a korábban már bemutatott tárgye egyeztetés gyakorlatokhoz hasonlóan a szülők otthon is játszhatják. Az eszközöket is könnyen elkészíthetjük. Kemény kartondobozon vágjanak ki három formát, kört, négyzetet és háromszöget, amin keresztül a dobozba lehet dobálni a játékokat. A formák legyenek viszonylag nagyok. A sík formákat gyakorolva a fából készült formadobozok segítségével a formaegyeztetésen kívül a finommotoros készségeket is gyakorolhatják. A későbbiekben ennek egy magasabb szintjeként már figurákat ábrázoló formakirakókkal is játszhatnak.

Biztassuk a szülőket, hogy használjanak ki minden adódó lehetőséget a környezetükben, hogy a gyermek a formákkal ismerkedjen. Vághatnak szendvicseket, süteményeket különböző formákra. Ebbe is vonják be a gyermeket. A felvágottak általában kerek formájúak, a sajtok négyzet vagy háromszög alakúak.

4.8. Formákat szortíroz

Íme a következő fokozata a formák megismerésének, amely kiválogatásukat célozza. Ugyanolyan körökkel, négyzetekkel és háromszögekkel kezdjük a gyakorlást, mint amilyeneket az egyeztetésnél használtunk. Míg az egyeztetéskor mindig egy bizonyos formával (pl. csak gömbölyűekkel) játszottunk, ezen gyakorlatok során legalább két különböző formájú tárgyalmazból próbáljuk a már megtanult egyeztetési módszerrel szétválogatni a tárgyakat.

Hogyan segítsünk?

Kezdetben a gömbölyű és négyszögletes formák szortírozását gyakoroljuk, lehetőleg úgy, hogy mind a gömbölyű, mind a négyszögletes tárgyak egyformák legyenek (egyforma kislabdák, egyforma kockák). Amikor a gyermek így már meg tudja oldani a feladatot, legyenek a formák különböző színűek, mintázatúak.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Eleinte használhatják a gyermek kislabdáit és építőkockáit, játék után megkérhetik, hogy pakolja külön dobozba őket. Ha ezt már ügyesen csinálja, segíthet két különböző formájú tárgyalmazt szétpakolni (pl. bevásárlás után az almákat és répákat). Később a gyakorlási lehetőségek a háztartáson belül bármire kiterjedhetnek, és ha ily módon bevonjuk a gyermeket a házimunkába, akkor önértékelése, segítőkészsége is fejlődni fog. Legyen feladata például szétválogatni a zoknikat a fehérneműktől, vagy mosogatás után rakja helyükre a kanalakat, villákat.

Nehezíthetik ezt a játékot úgy is, hogy sík geometriai formákat szortíroznak (pl. kartonpapírból kivágott kör, négyzet, háromszög).

További nehézségi fokozatok:

- váltogathatjuk a formákat, vagy használhatjuk a rombusz, a téglalap stb. formákat is;
- több csoportot is kiválogathatunk;
- kérhetjük a gyermeket, hogy ne edényekbe, hanem kupacokba válogassa a tárgyakat;

- változtathatjuk a méreteket a formák egy csoportján belül, tehát különböző méretű körök legyenek, különböző méretű négyzetek és így tovább.

4.9. Formákat kiválaszt

Ez a készség bővíti a formák egyeztetését és szortírozását, amit a gyermek a fenti játékok során már megtanult. **Figyeljük meg**, hogy ezeket a játékokat el tudja-e már kezdeni úgy is, ha csak szóban kérjük meg őt a válogatásra, kiválasztásra.

Hogyan segítsünk?

Kezdetben egyszerűbb, ha két formával dolgozunk, de ha a szortírozás játékban a gyermek már nagyon ügyes volt, akkor nyugodtan próbálkozhatunk a kiválasztásnál is mindhárom, vagy akár több formával is. Mindig a gyermek képességei szabják meg a haladás ütemét, és ha a gyermek bizonytalanná válik, akkor gyakoroljuk tovább a szortírozást, mindig megnevezve a formákat.

Könnyíthetünk úgy is a feladaton, hogy változtatjuk ugyan az eszközöket, de a különböző formák minden alkalommal ugyanolyan színűek. Ez esetben figyeljünk arra, hogy ne a szín alapján válasszon a gyermek. Ha ezt tapasztaljuk, akkor a színük is legyen minden esetben különböző.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Nagyon szórakoztató egy formákat rejtő „tapogató-zsákkal” játszani, ahol a gyermeknek kizárólag tapintására hagyatkozva kell a formákat kiválasztania. Ismert és előre megtapogatott tárgyakat elrejtethetnek egy zsákba (pl. pingpong labdát, építőkockát), és a gyermeknek tapintás útján kell a kért formát kikeresnie. Ne felejtsek el néha szerepet cserélni, és a formák kitapintása során mondják el, hogy mit éreznek: „Ez belesimul a tenyerembe, találtam egy kerek formát.” Ha a gyermek már tud beszélni, biztassuk, hogy nevezze meg ő is a formákat.

4.10. Színeket egyeztet

Ahogy a formák esetében, a megismerés első lépése a színeknél is az egyeztetés.

Célszerű a három alapszín (piros, kék, sárga) valamelyikével kezdeni a gyakorlást. A játékok során mindig nevezzük meg a színeket, még akkor is, ha azt gondoljuk, a gyermek nem érti még.

A színek egyeztetését ugyanúgy gyakoroljuk, mint a formák egyeztetését.

Hogyan segítsünk?

A feladat megértetésére használhatunk egy egyszerű játékot, amelyben kétféle színű játékokat és tálat használunk úgy, hogy pl. felemeljük a gyermek kis piros autóját, és megkérjük,

hogy tegye az előtte lévő tálak közül az ugyanolyan színűbe. Így a pakolás során több ízben kell a színek szerint egyeztetnie.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Számtalan módon gyakorolhatják a szülők a színegyeztetést a játék során. Összegyűjthetik pl. a gyermek piros színű játékeit, melyeket a nap végén egy piros színű dobozba pakolhat bele. Rakhatja egy helyre az egyforma színű poharakat, zoknikat, ruhadarabokat stb. Adjanak a gyermeknek kisebb feladatokat öltözköskor is, pl. egy sárga pólóhoz ő keresse meg a hozzá való rövidnadrágot. Gyűjtsenek sárga virágokat a kertben, vagy ha épp a kék színt gyakorolják, akkor kék zoknikat a szennyes kosárban.

Ha a gyermek az alapszíneket már ügyesen egyezteti, újabb és újabb színeket is megtaníthatnak neki (pl. fekete, barna, narancssárga, fehér).

4.11. Színeket szortíroz

A színek szortírozását ugyanúgy gyakorolhatjuk, mint azt a formák szortírozásánál tettük.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A színek válogatását többféle eszközzel és több helyen gyakorolhatják otthon is. Válasszanak színes vödörket, vagy jelöljék színekkel a dobozokat, hogy a gyermek a színük alapján szétválogathassa nagyobb játékeit. Hagyják, hogy segítsen a mosni való ruhák szétválogatásában. Esetleg kiválogathatja zsírkretáit, vagy az ajándékkészítés közben ragasztáshoz használt papír- és textildarabkákat a tálcáján.

Beletehetik a gyermek valamennyi kék játékát egy vödörbe, a sárgákat pedig egy másikba, és játékidőben is segíthetnek neki a színeket szortírozni. Gyűjtsenek össze pl. kék és sárga építőkockákat, és építsenek kék és sárga tornyot. Érdekes lehet az a feladat, hogy kifeszített madzag két végére válogassa szét a gyermek a különböző színű csipeszeket (közben ügyesedik a csippentő fogása is), fűzhet vagy gyurmázhat is színek szerint.

4.12. Színeket kiválaszt

A gyermek mostanra már könnyedén egyeztet színeket, és elérkezett az idő, még ha ő maga nem is használja a színek nevét, megnevezésre kiválaszt egyet; ezzel jelzi, hogy felismerte.

Használhatjuk ugyanazokat az eszközöket, amelyeket a színek egyeztetésénél alkalmaztunk, s ha szükséges, további eszközökkel tehetjük a feladatot változatosabbá.

Figyeljük meg, hogy a fent említett játékok során a gyermek pusztán a színek megnevezése után elkezdi-e a játékot.

Hogyan segítsünk?

Érdemesebb eleinte két színnel gyakorolni, s ha ezt a gyermek már jól tudja, akkor bővítsük további színekkel, vagy váltsunk másik szín-párra, attól függően, hogy a gyermeknek hogyan könnyebb. Az eddigi egyeztetés és szortírozás során mindig megneveztük a színeket, most kérjük meg minden esetben, hogy próbálja ő is megnevezni.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban.

A gyermek ezen képességét számos egyéb hétköznapi helyzetben is gyakorolhatjuk. Könyvek, játékok, háztartási eszközök lehetőségek egész tárházát kínálják arra, hogy a szülők megkérjék a gyermeket, mutassa meg valamelyik színt.

Kereshetnek négy különböző színű műanyagpoharat, vagy ragaszthatnak színes köröket papírpoharak aljára. Az egyik felfordított pohár alá tehetnek egy mazsolát (vagy más kedvelt tárgyat). Mondják a gyermeknek, hogy a mazsola a sárga pohár alatt van. Ha nem jó pohár felé nyúl, mutassanak neki segítségként ugyanolyan színű mintakártyát. Ezt a bújtatós játékot sokféleképpen lehet játszani, két vagy három színnel is.

Ha a gyermek a piros, kék, sárga és a zöld színt már ki tudja választani, újabb színekkel is folytathatják a gyakorlást; például fekete, fehér, narancssárga, rózsaszín és a lila színnel. Néhány gyermek, miután az alapszíneket már megtanulta, rendszeres foglalkozás nélkül is megtanul további színeket — különösen, ha már gyakran és természetesen beszélgetünk a gyermekkel a színekről. Használhatnak szín-dobókockát társasjátékoknál.

Ha a gyermek már tud beszélni, biztassák, hogy a színeket nevezze is meg, először utánzásra, később kérdésre felelve. Ha a gyermek már kifejezéseket is mond, biztassák, hogy színeket más szavakkal összefüggésben is használjon, például „kék zokni” vagy „sárga csibe”.

III. RAJZOLÁS

A rajz, a festmény, a gyurmafigurák a szimbolikus megjelenítés jellegzetes formái, egyben a gyermeki önkifejezés fontos termékei. Az ábrázolás és a szimbólumhasználat fejlődése egyrészt követi az értelmi fejlődés menetét, másrészt megkívánja és elősegíti a finommozgáskészségeket. Jól látható, hogy miként ötvözi a két fejlődési terület jellegzetességeit. A képi reprezentációban egyesül a „mit fejezzek ki?” és a „hogyan fejezzem ki?” kérdésre adott válasz, ami tágabban értelmezve egyfajta kommunikáció is.

A gyermekek általában hamar tudatosítják, hogy a rajzeszköz és a papír együtt használatos, és érdeklődve figyelik, ahogyan mások mindenféle jeleket készítenek, mielőtt maguk is ezt tennék. Ezzel egy időben, vagy már ezt megelőzően is minden kisgyermek játszik azzal, hogy maszatol, kezét a homokban húzgálja, vagy bármilyen formában nyomot hagy környezetében. Ez a fajta nyomhagyás fog korlátozódni később a rajzeszközre és a papírra. Az idáig vezető út nagyon változatos lehet. Van olyan gyermek, aki rögtön csak a papír iránt érdeklődik, és van olyan gyermek is, akit ez eleinte egyáltalán nem érdekel. Mindkét esetben azt ajánljuk azonban, hogy a rajzolás és festés eszközeivel, ill. a nyomhagyás egyéb technikáival is ismertessük meg a gyermeket, mielőtt papírra rajzol, annál is inkább, mert ezen eszközök használata különböző finommotoros tevékenységet igényel. A legkönnyebb, mivel nem igényel eszközhasználatot, ha saját kezünket használjuk rajzeszközként a különböző felületeken történő maszatolástól haladva a papíron való nyomhagyásig. A papír mérete is fokozatosan csökkenthető, kezdetben ajánlatos nagyméretű, függőleges állványra tekert papírtekercset használni. Ha még nem motivált a gyermek a rajzolásra, akkor is legyen mindig a szeme előtt a rajztábla, hogy bármikor nekifoghasson a „munkának”. A gyermek kezügyességének fejlesztése érdekében különböző eszközök (szivacs, rongy, nagy méretű ecset) használatán keresztül jussunk el a zsírkréta vagy vastagabb ceruza fogásához. A lényeg azonban minden esetben a nyomhagyáson van. Minden kezdeményezést dicsérjünk meg.

A következő sorozat a „mit fejezzek ki?” kérdés felől közelíti a rajzfejlődést, tehát az értelmi vonásokat emeli ki, azonban nem feledkezhetünk meg a finommozgás szerepéről sem. Utóbbi azonban kevésbé tanítható külön helyzetekben, a kézmozgás ügyesedésével a gyermek szinte észrevétlenül alakítja ki a helyes ceruzatartást. Kezdetben a zsírkrétát marokra fogja, majd kezdi ujjaival tartani. Ha hosszú időn keresztül használja a marokra fogást, mutassuk meg neki, hogy könnyebb irányítani a rajzeszközt, ha ujjaival tartja. A nyomhagyáshoz kezdetben könnyen megfogható krétákat, majd vastagabb ceruzákat javaslunk. Hagyjuk a gyermeket, hogy válasszon a neki megfelelő eszközök közül.

A gyöngyfűzéssel egy időben jelenik meg az a készség, hogy a gyermek hüvelykujja és többi ujj segítségével meg tud fogni egy-egy kisebb tárgyat, így a rajzeszközt is. Ez még nem ugyanolyan, mint a felnőtt ceruzafogás, de egy lépéssel közelebb visz hozzá.

A rajzolástól függetlenül, különböző tárgyakon is gyakorolhatjuk az ujjakkal való fogást: étkezésnél a kiskanál, festésnél az ecset megfogásával.

Lássuk a sorozatban található készségeket:

1. Zsírkrétaival papíron nyomot hagy. (11 hónapos)
2. Spontán módon firkál, diffúz, majd lengő fírka. (12–15 hónapos)
3. Körkörös firkát, majd kört rajzol. (15 hónapos–2 éves)
4. Szándékosan rajzol, utánzásra vonalakat húz. (2–3 éves)
5. Egyszerű elemeket rajzol.
6. „+”-et utánoz.
7. Emberalakot rajzol. (3–4 éves)

1. Zsírkrétával papíron nyomot hagy

Figyeljük meg, hogy a gyermek mutat-e érdeklődést a rajzolás iránt, tudja-e, hogyan kell a zsírkrétát úgy megfogni, hogy rajzolni lehessen vele, vagyis hogy a zsírkréta egyik vége fent, a másik lent legyen. Ha a gyermek próbált már firkálást utánozni, de nem sikerült nyomot hagyni a papíron, ez talán azért volt, mert a zsírkrétát a papírhoz képest nem megfelelően tartotta. Válasszunk jól fogó, élénk színű krétákat.

Hogyan segítsünk?

Amikor a gyermek kezébe vesz egy zsírkrétát, csuklóban megdöntve a kezét segíthetünk neki a papírra jeleket rajzolni. Fokozatosan hagyjuk el a segítséget, hamar rá fog jönni, hogyan tudja önállóan végezni a mozdulatot. Ha a gyermek jelzi, hogy szeretné, ha rajzolnánk neki (odahozza a ceruzát, és felénk nyújtja, esetleg még hangot is ad hozzá), bátran rajzolhatunk, és az ő kezébe is tehetünk közben rajzeszközt, hátha kedvet kap.

Vannak gyerekek, akik úgy markolják meg a zsírkrétát, hogy rajzolás közben a kisujjuk van legközelebb a papírhoz, mások a hüvelykujjukat tartják a papírhoz legközelebb. Azt a fogást hagyjuk, amit a gyermek kényelmesebbnek talál. Ha csak most tanul firkálni, valószínűleg az összes ujjával szorítja tenyeréhez a krétát. Ez teljesen elfogadható. Hosszú idő is eltelhet, míg a markolástól eljut egy szabályosabb ceruzafogásig.

Amikor a gyermek már képes a zsírkrétát egyik végével fent, másikkal lent tartani, fel fogja fedezni, hogy ő is tud jeleket rajzolni a papírra. Kezdetben ezek inkább pontok vagy vonások, mint összefüggő firkák. Később jelenik meg a nagy lendületes karmozdulatokból adódó lengővonalas, majd körkörös firka.

2. Spontán módon firkál, diffúz, majd lengő firka

Attól kezdve, hogy először tesz a gyermek jeleket a papírra (gyakran a kréta ütögetésének eredményeképpen), tovább fejleszti a firkálást a zsírkrétával. Kialakul benne egy elképzelés, hogy mire való a zsírkréta és a papír, így hát szükségtelenné válik a továbbiakban a bemutatás ahhoz, hogy a tevékenységhez hozzálásson. Ilyenkor már általában kedvvel, főként a funkcióöröm kedvéért rajzol, melyben még dominál a mozgás. Firkáláskor gyakori, hogy a gyermek szívesen cserélgeti a különböző színű krétákat, ez jó helyzet lehet akár a színek gyakorlására is.

Hogyan segítsünk?

Első lépésként mutassuk meg a gyermeknek a firkálás mozdulatát, szükség szerint keze vezetésével is segíthetünk. Az együtt firkálás során egyre kevesebb segítséget adjunk, majd ha

már ügyesen tud firkálni, elég, ha csak kikészítjük a rajzeszközöket, és hagyjuk, hadd dolgozzon.

A diffúz firkák lassan formát öltenek, a lendületes mozdulatok megteremtik az alapját a lengő firkáknak. Gyakran dicsérjük meg tevékenysége közben, beszélgetünk a rajzáról, és tegyük ki műveit a falra, ezzel is jutalmazva őt.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A rajzolás legyen játékos tevékenység, és már ezen a kezdeti szinten is minél többféle színt és papírt használjunk a firkáláshoz.

A háztartásban is számos módon firkálhat az ujjával a gyermek, pl. lisztes gyúródeszkára, párás tükörrre, borotva- vagy fürdőhabba a kád szélén, tálcán lévő vékony homokrétegbe. A szabadban bottal is kiválóan lehet homokba vagy porba firkálni.

3. Körkörös firkát, majd kört rajzol

A kör alakítása nagy előrelépés a rajzolásban. Ezt készíti elő a körkörös firkálás, ami a gyermek lengővonalas firkájából spontán is alakulhat. A gyermek ekkor már kisebb felületet használ, és gyakran előfordul, hogy egy-egy papírt telerajzol körkörös figurákkal, csigaház-formákkal. A baba figura rajzolásánál a gyermek gyakran látja a mozdulatot is, amit gyakran próbál utánozni a maga örömeire is. A megfigyelésre épülő utánzás ezen a szinten fontos eleme a képi ábrázolásnak.

Már a firkálás során is gyakran mondogathatjuk, hogy „körbe-körbe” rajzolok, énekelhetünk, mondókázhatunk is közben („Körbe-körbe karikába...”, „Süss fel nap...”).

A kör rajzolásához már szükséges az is, hogy a gyermek az eszközt biztonsággal fogja, valamint mozdulatait megfelelően koordinálni tudja. Még nagyon sokáig nem tudják pontosan bezárni a kört, ennek pontosítása sok gyakorlást igényel. Azonban a rajzolás öröméhez nem szükséges a pontosság.

Hogyan segítsünk?

Ha a gyermek spontán módon nem kezd el körkörös formákat rajzolni, segíthetünk a kéz körkörös mozdulatainak kialakulásában, ha kör alakú edények, tálak peremén, belsejében vezetjük a gyermek kezét, hogy megtapasztalja formájukat.

Az elsajátítás lépései ebben az esetben is hasonlóak, mint a vonalak rajzolásánál (l. később), de fontos az önállósg hangsúlyozása:

1. fizikai segítségadás bemutatás után,
2. bemutatás után másolás,
3. önálló rajzolás.

Tetszik a gyermekeknek, ha a kör formát kiegészítjük különböző alakokká (pl. napocska, labda, fej), így a vonalak értelmet nyernek a számára.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Körbe-körbe rajzolgatni nagyon szórakoztató az ujjal kenhető festékkel is, krétával vagy filctollal – bármilyen rajzolásra alkalmas anyaggal.

4. Szándékosan rajzol, utánzásra vonalakat húz

A firkálás szándékos, tudatos tevékenységgé válik, a gyermekek már jelentést tulajdonítanak rajzaiknak, bár ezek gyakran még változnak. Egyes formák kiemelkednek, állandósulnak, és a gyermekre jellemzően, egyéni módon alakulnak. Ilyenkor jelennek meg pl. a „létraemberkék”. Ha a gyermek rajzai túl egysíkúak, megtaníthatjuk olyan vonalak rajzolására, melyeket még nem alkalmaz.

Az irányított elemek rajzolásánál szükséges, hogy a gyermek érzékelje, hol kezdje, merre haladjon, és hol hagyja abba a rajzolást. Ugyanígy szükséges az a képesség is, hogy másokat utánózni tudjon. **Figyeljük meg**, hogy van-e már tudatos próbálkozás a gyermekben arra, hogy az általunk rajzolt vonalakat utánozza.

Hogyan segítsünk?

A készség tanításában a bemutatás és/vagy szóbeli segítség folyamatosan szerepeljen. Ha ez kevés a gyermeknek, akkor a következő lépésekben is haladhatunk:

Miközben rajzolunk egy vonalat (vízszintes vagy függőleges), adjunk egy figyelemfelkeltő hangot („zum” vagy „zsupsz”), ami addig tart, ameddig a vonalat húzzuk. Kicsit nagyoljuk el mozdulatainkat, amikor rátesszük és elvesszük a krétát a papírról, ezzel is fokozva a figyelemfelkeltő hatást, és megkönnyítve az utánzást. Természetesen segíthetünk a gyermek kezét vezetve is.

A következő lépésben már elhagyhatjuk a fizikai segítségnyújtást a vonalak húzásánál, viszont megjelölhetjük a kezdőpontot, ill. segíthetünk a mozdulat megállításánál szóbeli figyelmeztetéssel vagy kezének elemelésével.

A továbbiakban még jelezhetjük az irányokat szóban, egyébként hagyjuk, hadd utánozzon bennünket önállóan.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A hullámosított papír kiválóan alkalmas a vonalak rajzolásának tanításához, hiszen a zsírkréta a bordák között könnyedén csúszik lefelé vagy vízszintes irányban, tökéletes eredményt létrehozva. A gyermek kis táblánál vagy állványra tűzött nagy papírokon is gyakorolhat.

Hosszabb ideig fent tarthatjuk a gyermek érdeklődését, valamint segíthetünk neki a rajzolás lényegének, céljának megértésében azzal is, ha firkáit konkrét ábrákká egészítjük ki (pl. függőleges vonalakkól kerítést vagy házikót rajzolunk). Adjunk a gyermeknek minél több lehetőséget a rajzolásra.

5. Egyszerű elemeket rajzol

Most azt **figyeljük meg**, hogy a vonalakat és formákat, amiket eddig gyakorolt a gyermek, kötetlen rajzoláskor megpróbálja-e alkalmazni, úgy, hogy ezek különböző helyre is kerülnek a papíron.

Hogyan segítsünk?

Legyünk a gyermek mellett, amikor kötetlenül rajzol, alkalmazzunk bemutatást és szóbeli biztatást, hogy lássa, hogyan lehet a papír egyes területein dolgozni, és a különféle mintákat mint kompozíciót rajzolni. Biztassuk, hogy különböző színeket is használjon.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A közvetlen és távolabbi környezetünkben található dolgok megfigyelését kiegészíthetjük azzal is, hogy megpróbáljuk közösen lerajzolni, megörökíteni az együtt átélt eseményeket. Fényképek, mesekönyvek nézegetése is segítséget nyújthat ahhoz, hogy a későbbiekben a gyermekek meg tudjanak komponálni egy-egy rajzot a saját fantáziájukkal és ügyességükkel.

6. „+”-t utánoz

Ez a tevékenység a gyermek utánzási készségének fejlesztése mellett az írás egyik alapvető készségének a megjelenését is bevezeti – egy forma két vonallal rajzolását. Ha a gyermek az egyszerű vonalakat, alakzatokat ügyesen rajzolja, megpróbálkozhatunk a „+” rajzolásával is, ha ez iránt a kisgyermek érdeklődést mutat.

Hogyan segítsünk?

Ebben az esetben is alkalmazhatjuk segítségként a bemutatást, a szóbeli emlékeztetést („lefelé”, „keresztbe”), vagy ha szükséges, vezethetjük is a gyermek kezét.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

A háztartásban előforduló, egymást keresztező vonalakat segíthetünk a gyermeknek ujjal kitapintani, közben mondjuk neki, hogy „Nézd, ez lefelé megy, ez meg keresztbe!”. Például csempézett falfelületeken és padlókon rengeteg „+” jelet találhatunk. Különböző tevékenységek során készíthetünk „+” formákat, sütskor tésztából rácsos formát készíthetünk, gyurmából kerítést, pálcákból különféle alakzatokat próbálhatunk kirakni.

7. Emberalakot rajzol

A körfirkából lassan kibontakozik az emberi alak, és ezzel egy időben megjelennek bizonyos alapsémák (pl. kutya, ház).

Minden felnőtt és kisgyermek ismeri a „Pont, pont vesszőcske...” című mondókát, amely segítségével a tanult formákból emberalak rajzolása kezdődik. A gyermek eleinte gyakran velünk rajzoltatja, majd egy-egy részletével kiegészíti az emberkét, végül önállóan megrajzolja azt. Az, hogy hogyan jut el a gyermek a teljes emberalak megrajzolásáig, nagyon egyéni, és körülbelül 4 éves korban várható. Gyakori a fej-láb emberke ábrázolása, mely karakteres lehet, és sokáig megmaradhat.

Figyeljük meg, hogy a gyermeket érdeklí-e, ha mi embert rajzolunk, igyekszik-e azt elnevezni, illetve a róla hiányzó testrészeket észreveszi-e, próbálja-e megrajzolni.

Hogyan segítsünk?

Rajzoljuk meg úgy a figurát, hogy a gyermek közben figyeli, és nevezzünk meg minden részt, amikor rajzolunk. Amikor már majdnem elkészültünk, mondjuk például azt, hogy „Én rajzolom az egyik lábat. Te rajzold a másik lábat!”. Amikor a gyermek ezt már meg tudja rajzolni, egyre kevesebb információt adjunk a hiányzó testrészről, ami mindig más legyen.

A teljes emberalak megrajzolásában is lépésről lépésre haladhatunk. Ha a gyermek még nem rajzol arcokat, akkor kezdjük az arccal: egy kör szemekkel, orral és szájjal. Lehet a szemeket kis köröknek rajzolni, hiszen a pontokat gyakran nehezen látni, azonban a pontok kivitelezése könnyebb. Változatosabbá tehetjük a gyakorlást, ha időnként olyan arcot rajzolunk, melyből valamelyik rész hiányzik.

A rajz fejlődésének menetében először a fejből „nőnek ki” a karok és a lábak a kisgyermekek rajzain, ezért megmutathatjuk, hogyan kell a fejhez a nyakat és a testet hozzárajzolni, majd a karokat és a lábakat. Később következhetnek a kezek és a lábfejek, ezeknek a testrészeknek a sorrendjét a gyermek érdeklődése szabja meg. A haj rajzolását általában szívesen végzik a gyerekek, hisz örömmel firkálgatnak még.

Gondoskodjunk róla, hogy a gyermeknek legyen lehetősége segítségünk nélkül, egyre önállóbban is emberalakot rajzolni.

Gyakorlási lehetőségek a mindennapokban

Használjanak ki a szülők minden alkalmat, hogy a testrészekről beszélgessenek a gyermekkel. Rajzolják körbe a gyermek kezét és lábát a papíron, vagy testének körvonalát a fürdőszobai tükrön szappannal. Ki is hagyhatnak egy-egy testrészt, hogy a gyermek kiegészítse.

Fényképeket nézegetve biztassák a gyermeket, hogy ujjával kövesse a képen lévő családtagok, emberek testének körvonalait. Számolják meg a karokat és a lábakat.

A papíron körberajzolt testrészeket ki is vágathatják. Sütemények készítésénél a tésztából emberformákat is készíthetnek. Újságból is kivághatnak emberalakokat a gyermekkel együtt.

A zsírkréta mellett papír- vagy textildarabokból ragasztóval készíthetnek emberi alakokat. Életnagyságú emberi alakot készíteni kartonpapírból remek szórakozás, de készíthetünk kisebb figurákat is, melyeket például a karácsonyfára lehet akasztani.

Emlékezés és a sorozat bővítése

Ha a gyermek ezt a sorozatot már megtanulta, tovább léphetünk a 4-5 évesek készségeire:

Legalább hét testrészből álló embert rajzol.

Legalább négy részből álló képet rajzol (nem embert).

Négyzetet rajzol (a tanítást négy pont összekötésével kezdjük).

Egyszerű képekre embereket fest.

Párhuzamos vonalakat rajzol, egy cm távolságban, függőlegesen, vízszintesen és köralakban.

Vonalakat követ – vízszintesen, függőlegesen, majd körvonalban.

Negyedik rész

**Önellátás
és szociális készségek**

Amikor Magyarországon egy akadályozott fejlődésű gyermek a fejlődése elősegítése érdekében gyógypedagógushoz vagy fejlesztő pedagógushoz kerül, nagy valószínűséggel a gyermek játékejlődése lesz a „tananyag”. A gyógypedagógus ebben az önmagában is összetett funkcióban méri fel az elmaradásokat és a lehetőségeket, a gyermekkel játszva mutatja meg a szülőknek a fejlesztés lehetőségeit. A gyermek otthoni élete, ellátása, gondozása hátterbe szorul, gyakran sem a szülő, sem a szakember nem tartja ezeket a műveleteket a játékhoz hasonlóan fontosnak, amikor a gyermek fejlődésének elősegítése a cél. Pedig a korai időszakban éppen ezekben a tevékenységekben rejlik számtalan lehetőség: egyrészt azért, mert a gyermek legalapvetőbb szükségleteihez kötődnek, azaz mindenféleképpen „érintve” van, másrészt, mert a testében érlelődő lehetőségeihez kapcsolódnak, általuk önmagáról, testi mivoltáról kaphat képet. Ezért szükséges, hogy a szülők és a segítő szakemberek ezeket a lehetőségeket jól kiaknázzák. Az önkiszolgáláshoz vezető út tudatos tanulmányozása számos lehetőséget rejt magában a gyermek komplex fejlődését szem előtt tartva. Nem csak a gyermek testsémája, értelme fejlődik azáltal, hogy az őt gondozó felnőtt szisztematikusan tudatosítja benne azt, ami vele történik, és később azt, amit elvár tőle. Amikor ezek a „dialógusok” eredményesek, az egyébként lassabban fejlődő gyermek is megélheti önmagát kompetens, önálló lényként, ami legalább olyan fontos, mint az, hogy viselkedése ezáltal szocializálódik, hogy közvetlen környezete elvárásainak megfelel, hogy tanul együttműködni, kommunikálni.

Amikor e fejezetet némileg a magyar szokásrendszerhez igazítottuk, elsősorban az utóbbi szempontot tartottuk szem előtt. Ami az eredeti szöveg szerint utasítás lett volna, azt mi elvárás formájában fogalmaztuk meg. Kihagytunk néhány, kultúránkban kevésbé fontos szokást, s ami a legfontosabb: a szakembernek írtuk ugyan, de minden próbánál hangsúlyoztuk, hogy az, aki végül „fejleszt” a gyereket, a szülő! A többes szám első személyű igeragozás tehát szülőre és szakemberre egyaránt vonatkozik, bár bizonyos esetekben a szülő szerepét külön hangsúlyoztuk. Semmilyen területen sem olyan fontos, mint itt, hogy a szülő magáévá tudja tenni az elvárásokat. Ezen a területen semmi nem történhet a szülő és a gyermek akarata ellenére! A tudatos, szisztematikus rávezetés az egyre fejlettebb önellátási formákra csak akkor gazdagítja szülő és gyermeke életét, amikor a szülő megérti a dolgok jelentőségét. Így elképzelhető, hogy azok a fejlesztési órák, amelyeket a korai fejlesztőben (bölcsődében, óvodában stb.) a szülővel együtt az önellátásra szánunk, igazi beszélgetések lesznek, amelyek eredményeként hol tovább tudnak lépni, hol meg fogják állapítani, hogy a gyermek valamelyik területen látszólag megakadt, esetleg a visszalépés is szóba jöhet, amikor a gyermek erősen ellenáll egy következő lépésnek.

Az önellátásra való nevelés leginkább a gyermek intim szféráját érinti, és a sérült gyermektől is elvárjuk, hogy pozitívan viszonyuljon testéhez. Meg kell engedni neki, hogy

tiltakozzon, komolyan kell venni minden érzelmet közlő megnyilvánulását. Az elvárások tapintatos közlésével, számtalan segítő mozdulattal s kedves szóval ez az út azonban nem lesz gyötrelmes. Tapasztalatunk az, hogy pont az ezen a területen kifejtett erőfeszítések vezetnek könnyebben eredményhez, mint az egyéb funkciót megcélzó törekvések.

Úgy gondoljuk, nincs jelentősége annak, ki „adminisztrálja” az eredményeket, a gyógy-pedagógus, más fejlesztő szakember vagy a szülő. Vannak szülők, akik nagyon szeretik feljegyezni azt, ami a mindennapokban történik, mások fejben tartják, s csak beszélnek róla. Az utóbbi esetben fontos tehát, hogy a gyógypedagógus naplószerűen írja le, mi történik az önellátás területén. Hosszabb távon ebből a naplóból éppúgy megismerhetjük a gyermek személyiségének fejlődését, mint ahogy megtudhatjuk azt is, hogy hol tartunk éppen. A „hol tartunk éppen” kérdés viszont csak az előbbi szempont – a gyermek egész személyisége – függvényében értelmezhető, ebben a szemléletben kell segíteni, „fejleszteni” a több segítségre szoruló gyermekeket.

Borbély Sjoukje

Bevezetés

Akkor vagyunk önellátóak, amikor gondoskodunk magunkról az étkezés, az öltözködés és a személyes higiénia területén.

Akkor vagyunk önállóak, ha ezen kívül szociális készségeink – a kommunikációs készségekkel együtt – lehetővé teszik, hogy másokkal érintkezzünk. (Mivel a játék a gyermek szociális viselkedésének alapvető eleme, ezért a játékkal kapcsolatos készségeket is ebbe a kategóriába soroljuk.)

A programban szereplő témák a következők:

1. Szocializáció és játékfejlődés
2. Evés és ivás
3. Öltözködés
4. Szobatisztaság
5. Tisztálkodás

Mire kell különösen odafigyelnünk az önellátás és szociális készségek tanításakor? Az önellátás és a szociális készségek tanításakor a szülőknek nem könnyű megtalálni az egyensúlyt, hogy gyermeküktől keveset várjanak el, vagy pedig túl sokat követeljenek. Számtalan ellentmondó véleményt hallani például arról, hogy a gyermeket mikor szoktassuk szobatisztaságra, vagy hogy mikor kell tudnia együtt játszania másokkal, játékait megosztva. Érdeemes figyelni, mi történik az egyes fejlődési szinteken, így elvárásaink is nagyobb valószínűséggel lesznek reálisak. Az önellátásra való felkészítésben az egyik legnehezebb dolog, hogy sokkal *gyorsabb* lenne minden, ha mi magunk csinálnánk meg. Ha a gyermekünk egyedül eszik, az étkezések sokkal tovább tartanak, és sokkal maszatosabb lesz minden, és azt sem könnyű kívánni, hogy a gyermek egyedül vegye fel a zokniját, amikor mindenkinek rohannia kell munkába, iskolába. Bizonyos mértékig minden szülő szembesül ezekkel a nehézségekkel, és mindez a szakember számára is valóságos probléma lehet. Talán segít átvészelni ezt az időt, ha a szülővel együtt arra gondolunk, mennyi időt takarítunk meg a jövőben azzal, ha önállóságra neveljük az akadályozott fejlődésű gyermeket.

1. Szocializáció és játékfejlődés

Ebben a sorozatban azokról a készségekről lesz szó, melyek egyszerre kapcsolódnak a gyermek kapcsolatteremtési képességéhez és a játékhoz.

A két készség sok területen szoros kapcsolatban áll egymással: amikor a gyermek játszik valakivel, mind szociális, mind játékkészségeit használja. Sőt, valamennyi itt található készség kapcsolódik a programban szereplő más készségekhez, a finommozgás, a nagymozgás és/vagy a nyelvi készségek területéhez.

Meglehetősen önkényesen soroljuk kategóriákba a gyermek viselkedését, ha kiválasztunk néhány készséget, és azt mondjuk: „Ezek játékkészségek” vagy „Ezek szocializációs készségek”. Szinte valamennyi készség, melyet a programban tanítunk, hozzájárul ahhoz, hogy a gyermek játszani tudjon, és a gyermek számtalan módon teremthet másokkal kapcsolatot (lásd a Kommunikációs és nyelvi készségek című részt).

A sorozat célja, hogy a legfontosabb készségekből kiválasszon néhányat – sok közülük a fejlődés klasszikus mérföldkövének tekinthető – abból a célból, hogy segítsen felmérni a gyermeket a játék és a szocializáció fejlődésének területein. Ezáltal ki lehet tűzni a gyermek szempontjából leglényegesebb programpontokat.

Néhány készségénél külön fejlesztési módszert javasolunk. Másoknál azonban csak a felméréshez szükséges eljárást írjuk le, és megnevezünk más sorozatokban szereplő készségeket, amelyeket a fejlődés elősegítése érdekében érdemes megtanítani. Az érintett viselkedési formák összetettsége miatt vagyunk kénytelenek ezt a megszorítást alkalmazni. Sok készséget lehetetlen egyetlen gyakorlat segítségével megtanítani. Ezek inkább a fejlesztés több területének betetőzését jelentik, és nagyban függenek attól, milyen támogatást nyújt a gyermek környezete a neveléshez. A sorozat útmutatást ad, hogyan legyen a szülő együtt gyermekével a játékot és szociális készségeket gyakorolva. Olyan célokat válasszunk ki, melyek könnyen megvalósíthatók a gyermekkel eltöltött tevékenységek során. E szempontból nézve a következő készségek fontosak:

0–9 hónaposig (kiscsecsemő korában):

1. Megnyugszik, amikor felveszik.
2. Arcot rövid ideig néz.
3. Beszédre vagy érintésre mosolyog, vagy hangot ad.
4. Játékot vagy tárgyat tartó kezét szájához emeli.
5. Kar-, láb- vagy fejmozgással jelzi: várja, hogy felvegyék.
6. Spontánul mosolyog.
7. Karját kinyújtja, hogy felvegyék.
8. Tükörképére mosolyog.
9. Kartávolságon kívül lévő tárgyért igyekszik.
10. Nevet, amikor fejét takaró borítja.
11. Ismerős játék helyzetnek örül.
12. Idegenekre elkomolyodással vagy sírással reagál.
13. Játékokat váltogatva 10 percig játszik.

9–18 hónaposig (amikor talán már a tipegő életformáját éli):

- 14.. Részt vesz a kukucskalásban.
15. Egyszerű társasjátékokat játszik, pl. „kerekecske-gombocska”.
16. Egyszerű funkcionális játékot bemutat, pl. poharat vagy kanalat szájához, fésűt hajához emel.
17. Labdázik, a labdát visszalöki a szülőnek vagy más személynek.
18. Felnőttek közelében egyedül játszik 15-20 percig.
19. „Produkálja magát” a felnőttek figyelmének megszerzéséért.
20. Játékot felnőttnek odaad vagy megmutat.
21. Képet vagy könyvet a megfelelő oldalára fordít, ha fejfelé vagy fordítva adják oda neki.
22. Házimunkát utánoz.
23. Összetettebb funkciójátékot játszik

18 hónapostól–3 éves koráig (amikor már szociálisan is érzékeny)

24. Gesztusokkal kapcsolatot teremt társaival.
25. Más gyerekeket figyelve párhuzamosan játszik.
26. Ha fontos neki, tulajdonát megvédi.
27. Családi jeleneteket játszik el.
28. Gyermek közelében játszik, alkalmanként bekapcsolódik a játékba.
29. Egyszerű háztartási feladatokban segít.
30. Rendszeresen szót fogad a felnőtteknek.
31. Képes több dolog közül választani.
32. Felnőtt irányítása mellett kívárga a sorát.
33. Több gyermekkel együtt is képes 10 percig figyelni zenére vagy egy történetre.
34. Emlékeztetésre azt mondja, hogy „kérem”.
35. Énekekbe, mondókákba bekapcsolódik.
36. Anyjától sírás nélkül elválk.

3–4 évesig (az óvodaérettség felé)

37. Felnőtt által vezetett csoportjáték szabályait érti.
38. Más gyermekekkel felváltva vesz részt tevékenységekben.
39. Szívesen játszik más gyermekek közelében, és beszél velük.
40. Más gyermekekkel rendszeresen együtt játszik
41. Figyelmeztetés nélkül rendszeresen mondja, hogy „kérem” és „köszönöm”.
42. Felnőttek kérésének gyakran eleget tesz.
43. Tudja, hogy fiú vagy lány.
44. Egyszerű házimunkákat végrehajt.
45. Veszélyeket észrevesz, elkerül.
46. A szülő által megszabott területen belül marad.
47. Elfogadja, hogy a szülő másra figyel.

1.1. Megnyugszik, amikor felveszik

A szocializáció akkor kezdődik el, amikor a gyermek kimutatja, hogy megnyugszik, ha egy másik személy közel kerül hozzá. A szülő **figyelje meg** gyermekét, és vegye fel őt, ha sír vagy nyugtalan. A készség kialakult, ha a gyermek elcsendesedik, miután karba veszik.

1.2. Arcot rövid ideig néz

Ez az első lépés a szemkontaktus megteremtéséhez, amely a szocializáció, a figyelem és a tanulás nélkülözhetetlen feltétele. Beszéljünk a gyermekhez, és mosolyogjunk rá.

A készség kialakult, amikor a gyermek egy-két másodpercig arcot (legelőször az anyáét) néz. Nem kell, hogy feltétlenül a szemünkbe nézzen.

Biztassuk a szülőt, hogy születésének pillanatától beszéljen gyermekéhez, és mosolyogjon rá. Jó, ha arcát körülbelül 30 cm-re tartja az övétől. Ez az a természetes távolság, amelyben a gyermek először tájékozódni képes, mikor karunkban ringatjuk, vagy lehajolunk hozzá, és beszélünk neki, például pelenkázás vagy fürdetés közben.

1.3. Beszédre vagy érintésre mosolyog, vagy hangot ad

A gyermek viselkedésének megváltoztatásával jelzi, hogy valaki más jelenlétét kellemesnek, érdekesnek vagy megnyugtatónak találja.

Hajoljunk le a gyermekhez, hogy arcunk közel legyen az övéhez. Beszéljünk hozzá, és simogassuk meg. A készséget megfigyelhetjük, amikor jelenlétünkre a gyermek viselkedése megváltozik. Talán mosolyog vagy hangokat hallat. Ha eddig rugdalózott, most abbahagyja, ha eddig nyugodtan feküdt, most rugdalni kezd.

Érdemes mindjárt a kezdetektől fogva időt hagyni a gyermeknek, hogy megérezze egy másik személy jelenlétét, mielőtt felveszi őt. Meg fogja tanulni, hogy a felnőtt jelenlétét és hangját azzal a megnyugtató fizikai kontaktussal társítsa, amely ezután következik. Ezzel hozzásegítjük őt ahhoz, hogy akkor is megnyugvást váltsunk ki szavainkkal, hangunkkal, amikor esetleg nem tudjuk őt azonnal felvenni.

1.4. Játékot vagy tárgyat tartó kezét szájához emeli

A gyermekek legelőször szájukkal fedezik fel a körülöttük lévő tárgyakat. Ez a későbbi játékkészségek egyik fontos előzménye. Hétköznapi módon helyezzünk a gyermek kezébe egy játékot vagy egy tárgyat, és **figyeljük meg**, mit csinál vele. Könnyű, jól kiegyensúlyozható tárgyat válasszunk.

A készség kialakult, amikor a gyermek a szájához emeli kezét, miközben még fogja a játékot. Nem szükséges, hogy a játékot a szájába tegye.

1.5. Kar-, láb- vagy fejmozgással jelzi: várja, hogy felvegyék

Egy másik fejezetben szólunk arról, milyen fontos elősegíteni, hogy a gyermek megérezzen bizonyos eseményeket, amelyek a napi rendes tevékenységeinek részét képezik. Szinte a legelső ilyen esemény, amelyet a gyermek megérez, amikor felveszik, hiszen naponta annyi-szor megtörténik.

Biztassuk a szülőt, hogy beszéljen a gyermekhez, mielőtt felveszi, várja meg, míg ránéz, és nyújtja ki felé a karját.

A gyermek elsajátította a készséget, ha figyelemével és/vagy kezének és karjának mozdításával jelzi, hogy tudja, mi fog következni. A mozdulatnak nem kell olyan pontosnak lennie, mint ahogyan később elvárjuk tőle, de többször is következetesen ugyanazt a reakciót kell tapasztalnunk a gyermek részéről.

Segítő megjegyzések

Minden alkalommal, amikor – akár szülőként, akár segítő szakemberként – felvenni készülünk a gyermeket, következetesen egy szót használjunk, például „felveszlek”, miközben karunkat kinyújtjuk felé. Ha a gyermek nem reagál, emeljük karjait magunk felé, és ismétéljük el a szót: „felveszlek”, mielőtt valóban felvesszük.

A szülő már korán kezdjen el gyakorolni, hogy más rendes napi tevékenységeket is megérezzen gyermeke. Mielőtt etetni vagy szoptatni kezdi, mutassa meg neki az űveget vagy a mellét, és kezével csobbantson egyet a fürdővízben, mielőtt elkezdené levetkőztetni. Következetesen ugyanazokat a szavakat vagy kifejezéseket használja, mint például „felveszlek”, „vacsorázni fogunk” „jön a fürdés”, mert ezzel segít összekapcsolni a szavakat és az általuk jelölt eseményeket.

1.6. Spontánul mosolyog

A gyermek első mosolya elvarázsol minden szülőt. Az első spontán mosoly megjelenése, ami nem valamilyen szülői erőfeszítés eredménye, klasszikus fejlődési mérföldkőnek számít. A szülő **figyelje meg** gyermekét, amikor a közelében van, de épp senki sem játszik vele, vagy beszél hozzá.

A készség jelen van, amikor a gyermek magától mosolyog, anélkül, hogy bárki beszélne hozzá vagy megérintené.

1.7. Karját kinyújtja, hogy felvegyék

A gyermek szándékos és irányított mozdulatot tesz a karjával, jelezve, hogy azt várja, vegyék fel. Lehet, hogy nem képes még karjait a magasban tartani, de az induló mozdulatnak szándékosnak kell lennie.

Segítő megjegyzések

Ugyanúgy taníthatjuk ezt a készséget, ahogyan az előzőket, a gyermek így fokozatosan sajátítja el a tudatos mozdulatot. Kérjük a szülőt, hogy továbbra is biztassa gyermekét, hogy egyéb eseményekre is előre számítson. Ha szilárd ételt ad neki, figyelje meg, kinyitja-e száját, amikor a kanállal közelít. Lehet, hogy mosolyog, amikor a kulcs megcsörren a zárban, vagy idősebb testvérének közeledő lépteit hallja. A kevésbé kedvelt eseményeket is előre jelezheti, például megfeszül, ha a kádat megpillantja.

Ne feledkezzünk meg a *megérzések* és a *kommunikáció* szoros kapcsolatáról! Amikor a gyermek a szülő felé nyúl, azt közli vele, hogy szeretné, ha felvenné. Ha étkezéskor megragadja az üvegét, azt mondja neki, hogy készen áll arra, hogy a tejet elfogyassza. Ha képes egyszerű gesztusokkal (például egy tárgy után nyúlással vagy fogással) azt jelezni, hogy valami történjen, úton van afelé, hogy hatékonyan tudjon kommunikálni.

1.8. Tükörképére mosolyog

A korai szociális fejlődésnek ez egy másik klasszikus mérföldköve. Mutassuk meg a gyermeknek saját arcát a tükörben, és **figyeljük meg** reakcióját. A készség kialakult, amikor a gyermek rámosolyog tükörképére.

Amikor a gyermek már elég stabilan meg tudja tartani a fejét ahhoz, hogy nézzen valamit, megmutathatjuk neki az arcát a tükörben. Biztassuk, hogy nézzen a mi arcunkra is, amint rámosolygunk, és beszélünk a tükörképéhez. Vannak gyerekek, akiket ez különösen érdekel, de egy ideig nem *mosolyognak* saját magukra. A készségben a legfontosabb, hogy a gyermek *érdeklődjön*.

1.9. Kartávolságán kívül lévő játékért igyekszik

Ezen készség kialakulása annak a jele, hogy gyermek céltudatosan mozdul valamilyen irányba. Olyan ez, mintha azt mondaná nekünk: „Ha megmozdítom a testem, elérem azt, amit akarok.” A készség létfontosságú abból a szempontból, hogy a gyermek megértse a teste és más tárgyak között fennálló viszony lényegét. Kezdetben segítsünk a gyermeknek a játékkal játszani, így fokozhatjuk érdeklődését, majd tegyük a játékot kissé távolabb. Biztassuk erre a szülőket is.

A készség jelen van, amikor a gyermek bármely testrészével megkísérli a játékot elérni, nem szükséges, hogy valóban megszerezze azt. A szándék az elsődleges. Természetes, hogy azt szeretnénk, érje el a játékot. Ez idővel sikerülni is fog, ehhez a fejlődő finommozgás és a nagymozgás eredményei segítik majd hozzá.

1.10. Nevet, amikor fejét takaró borítja

A kukucsálás és az ehhez hasonló játékok mélyen beivódtak kultúránkba. A gyermekek nagyon élvezik, és megtanulják megsejteni, mi fog következni, továbbá megtanulnak hangadásal és fizikailag is részt venni a játéokban. Ebben a részben megvizsgáljuk, hogy a gyermek mosollyal vagy nevetéssel jelzi-e, hogy tetszik neki a kukucsálás.

Játsszuk ezt gyakran a gyermekkel, hogy ismerős legyen neki a játék. Fedjük be fejét textílpelenkával vagy más puha anyaggal, és mondjuk: „Hol van?”. Csak azután vegyük le fejéről a takarót, és mondjuk pl. azt, hogy: „Kukucs!” (A játéknak számos hasonló jellegű változata létezik, a szülő helyettesítse azzal a móddal, ahogyan ez a játék neki természetes.)

A készség kialakult, amikor a gyermek a játéknak látványosan örül.

A játék egyéb változatai lehetnek, ha pl. a gyermekkel együtt vagy helyette mi magunk is befedjük a fejünket, vagy ha a szülő a rácsos ágy egyik végén megjelenik, majd eltűnik. A szülőt bármilyen játék helyettesítheti, kedvenc baba, maci, stb. Ha a pelenkás változatot választjuk, álljunk meg időnként egy kis időre, és **figyeljük meg**, hogy a gyermek megpróbálja-e lehúzni rólunk vagy saját magáról a pelenkát. Nézzük meg a későbbi feladatot (részt vesz kukucsálásban), és figyeljük, hogy a gyermek mutatja-e jelét annak, hogy sejti, hol és mikor fogunk felbukkanni.

1.11. Ismerős játékhelyzetnek örül

Az egyszerű interaktív játékok – melyeket hagyományosan (és jó érzékkel) játszunk a csecsemőkkel és kisgyermekkel – fontos szerepet kapnak a gyermek és köztünk történő kapcsolatteremtés korai szakaszában. A szakemberek és a szülők kitűnő forrásmunkákból meríthetnek ötleteket. Ilyen jellegű játékok lehetnek: *Ez elment vadászni*, *Kerekecske-gombocska és Hinta-palinta*.

Játsszuk a gyermekkel az egyik fenti játékot vagy egy hasonlót, amit kedvel.

A készség jelen van, amikor a gyermek vidáman nevet, vagy más, számunkra is ismerős, érthető jelzéssel tudatja, hogy sejti, mi fog következni, amikor a játék elkezdődik.

Alkalmazkodjunk a kínálathoz: válasszunk ki néhány játékot, amit a szülő naponta játszik gyermekével, így ezek különösen ismerősek lesznek neki. Minél jobban ismer egy játékot, annál inkább képes megsejteni, mi következik. Biztassuk a testvéreket is, hogy kapcsolódjanak be, hiszen sok gyermek szeret külön játékokat játszani kistestvérével.

1.12. Idegenekre elkomolyodással vagy sírással reagál

Ez a készség ismét fejlődési mérföldkő. Jelzi, hogy a gyermek tudatosan megkülönböztet ismerős és ismeretlen személyeket, és megtanulta, hogy az utóbbiakkal óvatosan kell viselkednie. Ezt nem lehet közvetlenül megtanítani egy gyermeknek, ez fejlődésének fontos eredménye.

Figyeljük meg a gyermeket idegenek jelenlétében. A készség kialakult, amikor a gyermek megbámulja az idegen arcot, vagy annak láttán hirtelen sírva fakad.

1.13. Játékokat váltogatva kb. 10 percig játszik

A gyermek el tudja-e magát foglalni egy rövid időre felnőttek közvetlen felügyelete nélkül is. A gyakorlatban ez annyit jelent, hogy a gyermek a játszóhelyén elfoglalja magát, míg a szülő ugyanabban a szobában valami mással foglalkozik. Csak akkor számíthat rá a szülő, hogy gyermeke legalább 10 percig nem fogja követelni, hogy figyeljen rá, amikor ez a helyzet – tudniillik az, hogy önállóan játszik – természetes elvárás, beépül a gyermek napirendjébe.

A „játszik” szó itt nagyon fontos. A készség akkor alakult ki, amikor a gyermek konstruktív, nem önstimuláló (pl. ujjszopás vagy testének ringatása) tevékenységgel foglalja el magát.

Legyenek a gyermek körül kedvelt, jól ismert játéakai. A szülő maradjon a közelben, ne figyeljen oda rá közvetlenül, s ne hívja fel magára a figyelmét. Játék közben a gyermek rövid ideig nézelődhet is. „Beszélhet” is a felnőttökhöz, de nem követelheti, hogy hagyja ott, amit csinál, és menjen oda hozzá.

Segítő megjegyzések

Minél többféleképpen tud a gyermek játszani, annál inkább képes lesz egyedül elfoglalni magát a játékkal. A csecsemők figyelme általában csak rövid időtartamra terjed ki, ezért ahhoz, hogy 10 percig önállóan játszani tudjon, képesnek kell lennie többféle módon manipulálni, egy vagy több tárggyal tevékenykedni.

Játékával összefüggésben a nagymozgás készségei szintén nagyon fontosak. A gyermek könnyebben tud önállóan játszani, ha elegendő egyensúlyérzéke és mobilitása van ahhoz, hogy nyúljon valami felé, vagy testével közelítő mozgást végezzen, hogy megszerezze a kismelt játékot, melyet a körülötte elhelyezettek közül kiválaszt.

Ha a gyermek megfelelő játékkészségekkel rendelkezik, és mégis folyamatos figyelmet igényel, biztassuk a szülőt, hogy lassan szoktassa önálló játékhoz a gyermeket. Eleinte csak néhány pillanatra távolodjon el tőle, majd fokozatosan növelje ezt az időt. Ne várja meg, hogy sírni kezdjen, mielőtt ismét ráfigyel, közeledjen vagy beszéljen hozzá időközönként, miközben játszik. Meg fogja tanulni, hogy nem a sírás az egyetlen módja, hogy figyelmünket magára vonja, valamint, hogy az önálló játék nem jelenti azt, hogy a szeretett felnőtt visszavonhatatlanul eltávolodott volna tőle.

1.14. Részt vesz a kukucskálásban

Ez a készség a 10. feladat bővítése. Most azt vizsgáljuk, vajon a gyermek megérti-e a játék kibővített formáját.

Amíg a gyermek minket néz, rejtjük el arcunkat egy takaró vagy papír mögé. Nézzünk ki onnan, és mondjuk: „Kukucs!” Ismételjük meg újra, és a papír vagy takaró mögül ugyanazon az oldalon bukkanjunk elő, mint az előbb. Most ismét bújjunk a papír mögé, és a kis lyukon lessük meg, hogy a gyermek a papírnak arra az oldalára néz-e, ahol az előbb kétszer is megjelentünk.

A készség kialakult, amikor a gyermek a papír ugyanazon oldalára néz, ahol korábban megjelent az arcunk, vagy amikor a gyermek saját arcát is eltakarja, és kukucskálást kezdeményez.

Segítő megjegyzések

Gyakori ismétléssel segítsük a gyermeknek megsejteni, mi lesz a következő lépés a játékban. Bármilyen mögé is rejtjük el arcunkat, mindaddig ugyanazon a helyen bújjunk elő, amíg azt nem látjuk, hogy a gyermek már számított rá, hol fog ismét meglátni. Ezután választhatunk egy másik helyet, ahol előbukkanunk – a gyermek eleinte azon a helyen fog keresni, ahol korábban, de hamarosan megtanul ezekhez a változásokhoz alkalmazkodni.

1.15. Egyszerű társasjátékokat játszik, pl. „kerekecske gombocska”

A 11. feladatban (ismerős játékhelyzetnek örül) a gyermek örömet és megérzéseit nevetéssel fejezte ki. Most aktív részvételét figyeljük. Nem szükséges, hogy a gyakorlatokat pontosan el tudja végezni. A kívánt készség kialakult, ha a gyermek megtanulta, hogyan kell a játékhoz elhelyezkednie, vagy bekapcsolódnia egyszerű mozdulatokba, mint amilyen a csiklandozás, hintázás, rugózás vagy a tapsolás. Amikor a gyermek a megfelelő mozdulattal részt is vesz a játékban – pl. a „kerecske-gombocská”-hoz kinyújtja a kezét, vagy a „gyí paci”-hoz hintázni kezd –, ezen a területen már előrébb tart.

Segítő megjegyzések

Az ehhez hasonló játékoknál az ismétlés nagyon fontos szerepet kap a fejlődésben. A gyermek akkor vesz részt legszívesebben a játékban, ha jól ismeri. Ajánljunk fel egy játékot a gyermeknek (pl. „Játsszunk kerekecske-gombocskát?”), és adjunk neki *időt*, hogy előkészüljön és reagáljon. Ha kell, segítsünk neki elhelyezkedni a játékhoz, de mindig csak annyit, amennyire szüksége van, és biztosítsuk számára a lehető legnagyobb mozgásteret.

Amikor befejeztük a játékot, tartsunk egy kis szünetet, nézzünk rá várakozva, és kérdezzük meg: „Még egyszer?” Ezzel megadjuk neki a lehetőséget egy újabb játék kezdeményezéséhez. Ezt jelzi például, ha kinyújtja a kezét, vagy a játékban használatos mozdulatot tesz.

1.16. Egyszerű funkcionális játékot bemutat, például poharat vagy kanalat szájához, fésűt hajához emel

A játékkészségek fejlődésének korai szakaszában a gyermek a tárgyakat szájával, tapintásával és nézésével fedezi fel. Kicsivel később már megrázza, nyomkodja, később nekiüti valaminek, leejti vagy eldobja a tárgyakat. Végül felfedezi, milyen módon viszonyulhatnak tárgyak egymáshoz – dolgokat összeütoget, tárgyakat egymásba vagy egymás tetejére tesz. Mindezek a készségek megtalálhatók a fejlődési skála finommozgás-sorozataiban.

Itt most ennek egy továbbfejlesztett változatát fogjuk vizsgálni, a gyermek azon képességét, amellyel a tárgyakat rendeltetésszerűen tudja használni.

A gyermek bizonyos tárgyak funkcióját mindennapos tapasztalataira támaszkodva tanulja meg (evőeszközök, ruhadarabok). Egy ideje talán már mutatja jelét, hogy tudja, mire való a pohara és a kanala, amikor a szülő étkezéskor előveszi ezeket. Nézzük meg, vajon a gyermek megérti-e, hogy ezek a tárgyak mire valók. Ha megérti, tanulhat velünk együttműködni, majd idővel a vele kapcsolatos gondozási műveleteknek egy részét átvenni tőlünk. Ezzel a készséggel egyrészt önállóságát alapozzuk meg, ami a kompetencia élményéhez juttatja el őt, másrészt kifejlesztüi képzeletbeli, illetve szerepjátékokra. A szülő e cél érdekében játékidőben adjon gyermekének többféle hétköznapi tárgyat, poharat, kanalat és hajkefét stb.

A készség kialakult, amikor a gyermek játékában bemutatja ezeknek a tárgyaknak a rendeltetésszerű használatát, a poharat és/vagy a kanalat a szájához emeli, a kefével pedig megpróbálja megfésülni a haját.

Elősegíthetjük ezt a játékot, ha megfelelő eszközökkel látjuk el a gyermeket játékidőben, és időt számunk arra, hogy ezeket a tárgyakat együtt is használjuk. Beszéljünk a gyermeknek pillanatnyi cselekvéseinkről: „Teát iszom”, „Hajamat fésülöm”. Ezek kiváló alkalmak a felváltva végzett játékokhoz. Először mi fésüljük meg a haját, majd a gyermek, azután ismét a felnőtt, és így tovább. Kicsivel később sor kerül majd a funkcionális játékok alkalmazására a babajátékokban, babák és mackók azonban már most bevonhatók a felváltva végzett játékokba, hogy a gyermek megismerkedjen az ötlettel.

A felváltva végzett játékról még több szót ejtünk a sorozat következő eleme kapcsán.

1.17. Labdázik, a labdát visszalöki a szülőnek vagy más személynek

E feladatnál a gyermek felváltva folytatott játékokban kialakuló készségeire vagyunk kíváncsiak. A játék, a szocializáció és mindenekelőtt a nyelvi fejlődés szempontjából létfontosságú az a képesség, melynek segítségével a gyermek másokkal felváltva tud részt venni egy közös tevékenységben. Ez a három terület ráadásul még olyannyira összefonódik ezen a szinten, hogy csak mesterséges úton lehetne őket szétválasztani.

Azt javasoljuk, hogy a szülők több különböző játékot játsszanak a gyermekükkel. Ha a gyermek még nem képes gurítani vagy dobni a labdát, a megfigyelés során a labdajátékokat bármelyik másik felváltva végzett tevékenységgel helyettesíthetjük (lásd A kommunikációs és nyelvi készségek részt). Biztassuk a gyermeket, hogy gurítsa vagy lője vissza a labdát. Ha ez megtörténik, és a gyermek többször visszagurítja vagy löki a felnőtt irányába a labdát, akkor a készség kialakult.

1.18. Felnőttek közelében egyedül játszik 15–20 percig

Ez a játéklejődésnek olyan kritériuma, melyben nem az a fontos, hogy mit csinál, mivel játszik a gyermek, hanem hogy önállóan teszi azt. Azt „mérjük fel”, hogy a gyermek fejlődésbeli elmaradása ellenére, és annak ellenére, hogy sokat foglalkozunk vele, megmaradt-e valami abból a természetes belső késztetésből, amely révén ép gyerekek a segítségünk nélkül is tevékenyek. Az akadályozott fejlődésű gyermek esetében sem mondunk le erről a késztetésről, neki is megteremtjük, illetve – szüleivel a napirendjét átbeszélve – segítünk megteremteni azokat az időszakokat, amelyek alkalmasak arra, hogy a gyermek önindítottan játsszon, a felnőtt irányítása nélkül. Az önálló játék ismervét akkor tekintjük elértnek, amikor a gyermeket rendszeresen magára tudjuk hagyni úgy, hogy aktív játszásba kezd, s ezt a helyzetet 15–20 percig képes tartani.

1.19. „Produkálja magát” a felnőttek figyelmének megszerzéséért

Akárcsak az ezt megelőző készségnél, itt is inkább egy fejlődési állomásról, mint megtanítandó készségről van szó.

Kérjük a szülőt, hogy hosszabb ideig **figyelje meg** gyermekét, különösen felnőttek jelenlétében, anélkül, hogy valaki „provokálná” a gyermeket. A teljesítményt megállapíthatjuk,

amikor a gyermek igyekszik felhívni magára a figyelmet hanggal és/ vagy mozgással. A produkálás nagyon sokféle lehet, leggyakoribb szokatlan hangok és „vicces” mozdulatok alkalmazása.

1.20. Játékot felnőtteknek odaad vagy megmutat

A játék odaadása vagy megmutatása kommunikációs gesztus. Azt igazolja, hogy a gyermek kész másokat bevonni a játékba, és információkat másokkal megosztani azzal kapcsolatban, amit csinál.

A készség kialakult, amikor a gyermek spontánul odaad vagy megmutat egy játékot egy közelben lévő felnőttnek, vagy ha reagál arra a kérésre, hogy „Mutasd, mid van!” vagy „Elkérhetem?”

Segítő megjegyzések

Tegyük fel, hogy a gyermek játékautóval játszik. Egy barátságos megjegyzés – például „Milyen nagyok a kerekei!” vagy „Azt mondja az autó: brumm-brumm!” – kíséretében megérinthetjük az autót. Nyújtuk ki az autót felé nyitott tenyerünket, és mondjuk: „Én is szeretnék autózni!” Ha odaadja, vizsgáljuk meg, mondjunk valamit, és adjuk vissza. Esetleg utánozhatjuk is a gyermek tevékenységét.

Ha a gyermek nem reagál érdeklődésünkre, keressünk egy másik autót, amivel elkezdünk játszani, néha utánozva a gyermeket, néha pedig valami újat bemutatva. Ha éppen minket figyel, kínáljuk neki a saját autónkat, és kérjük meg, hogy adja oda az övét. Megjegyezzük, hogy itt egy *felváltva folytatott tevékenységet* próbálunk a gyermeknek megtanítani. Ha a gyermek már felváltva cselekszik a megmutatás és az odaadás tekintetében, a spontán, saját kezdeményezésű gesztusok is hamarosan megjelennek.

1.21. Képet vagy könyvet a megfelelő oldalára fordít, ha fejjel lefelé vagy fordítva adják oda neki

Ha a gyermek ezt a készségét használja, azt bizonyítja, hogy érti a rendeltetését és a helyes használati módját a könyvnek, az egyik legfontosabb tárgynak környezetében. A gyermek ezzel együtt azt is bemutatja, hogy a képeket értelmezni tudja. Szükséges hozzá ismerős tárgyakat ábrázoló képeskönyv vagy egy nagy kép, amin egyetlen tárgy látható. Adjuk a gyermeknek a könyvet vagy a képet úgy, hogy fejjel lefelé kerüljön a kezébe, vagy úgy, hogy a kép hátoldalát lássa.

A készség kialakult, amikor a gyermek a két próbálkozásból egyszer a helyes irányba fordítja a képet vagy a könyvet. Ha nem tudja a helyes irányba fordítani, kérjük, hogy a szülő gyakorolja ezt vele minden alkalommal, amikor könyvet nézegetnek. Mielőtt elkezdi mesélni a történetet, kérje meg a gyermeket, hogy fordítsa a könyvet a jó irányba, és ha kell, segítsen neki.

1.22. Házimunkát utánoz

Ezen a szinten a gyermekek lelkesen utánozzák, amit a felnőttek csinálnak, különösen a házimunkákat, de természetesen más lehetőségek is vannak. A gyerekek azt utánozzák, amit látnak.

Amikor a készséget szeretnénk megfigyelni, gondoskodjunk róla, hogy a gyermeknél legyen valamilyen segédeszköz, amivel a napi teendőket utánozhatja. Ezek a tárgyak lehetnek a felnőtt eszközök játék-változatai, valódi tárgyak vagy utánzatok. A készség kialakult, amikor a gyermek egy ilyen jellegű tevékenységet utánoz.

Lehet, hogy a házimunka nekünk nehéz, a gyerekeknek viszont játék! A szülő biztassa a gyermeket, hogy kapcsolódjon be a hétköznapi teendők végzésébe. A gyermek csak tanulhat belőle, és lehet, hogy így a szülő számára is élvezetesebb lesz – ha nem is könnyebb!

1.23. Összetettebb funkciójátékot játszik

A 16. feladatnál (egyszerű funkcionális játékot bemutat) láttuk, hogy a gyermek hogyan képes hétköznapi tárgyakat – például poharat, kanalat, hajkefét – a játék részeként használni. Most azt nézzük meg, hogy ezeket kapcsolatba tudja-e hozni más tárgyakkal, különös tekintettel a babákra vagy a puha játékokra.

Adjunk a gyermeknek néhány ilyen, szerepjátékra alkalmas eszközt (hajas babát, más puha játékot, poharat, kanalat, hajkefét stb.), és **figyeljük meg** a gyermeket játék közben.

Amikor a gyermek kanállal eteti a babát, keféli a baba haját, és így tovább, az idő folyamán legalább három ehhez hasonló cselekvést végez, a készség kialakult.

Továbbra is játsszunk a gyermekkel „szerepjátékokat”, amint azt a 16. feladatban leírtuk. Ahogyan a gyermek játékkészsége fejlődik, egyre több segédeszközt lehet neki adni. A baba mosdatása különösen jó szórakozás, mint ahogy az is, ha kifűjják az orrát vagy megmossák a fogát. A babák vagy a macik nélkülözhetetlen eszközök a játék fejlődésének ebben a szakaszában, kisfiúk és kislányok számára egyaránt.

1.24. Gesztusokkal kapcsolatot teremt társaival

A kortársakkal lassabban alakul ki a kapcsolat, mint a felnőttekkel. Ez, és az ezután következő készség általában egy időben jelenik meg. A két készség két oldalról közelíti meg azt, ahogyan a gyermekek egymáshoz viszonyulnak ebben a korai szakaszban. **Figyeljük meg** a gyermeket, miközben két vagy három másik kisgyerek társaságában játszik, akik nagyjából vele egyidősek, vagy hasonló fejlettségi szinten állnak.

A készség jelen van, amikor a gyermek időnként kapcsolatot teremt a többi gyermekkel úgy, hogy odaad nekik vagy elvesz tőlük játékokat, amit neki nyújtanak, rámutat tárgyakra vagy eseményekre, integet és így tovább.

1.25. Más gyerekeket figyelve párhuzamosan játszik

Az a legfontosabb, hogy a gyermeknek rendszeresen legyen alkalma vele egykorú vagy egy fejlődési szinten álló gyermekekkel játszani. Talán van a környéken játszócsoport, vagy a

szülő esetleg meg tudja szervezni, hogy barátok, ismerősök kisgyermekével, szüleikkel együtt, összehozza a sajátját. Ha a gyermek idősebb, azonban játékában, valamint társasági készségeiben kevésbé fejlett, nagyon hasznos lehet, ha választási lehetőséget biztosítunk neki: összehozzuk őt olyan fiatalabb gyermekekkel, akikkel hasonló fejlettségi szinten áll, majd vele egykoriakkal, hogy láthassuk, melyik társaságban érzi magát jobban, és hol tanul többet. Bízhatunk abban, hogy a legtöbb szülő szívesen veszi, ha gyermeke akadályozott fejlődésű kisgyermkekkel játszik együtt, felismerve azt, hogy az ilyen barátság saját gyermekének is javára válik.

Amikor a helyzet szerveződik, a szülő biztassa a gyermekét, hogy a többi gyermek közelében, hasonló játékokkal játsszon. Lehet, hogy eleinte fel kell hívni a gyermek figyelmét a többiek cselekvésére, és segíteni kell, hogy játékait felkínálja nekik, vagy egyszerű gesztusok segítségével kapcsolatot teremtsen velük. Mégis, amennyire csak lehet, maradjon a háttérben.

A gyermekek hosszú ideig nagyobb valószínűséggel egymás mellett játszanak, egymást figyelve, és alkalmanként egymással kapcsolatot teremtvé, ha minden játékból több van, és többen játszhatnak hasonló játékot egyszerre. Ha egyetlen autó van, egy baba és egy bicikli, a gyerekek vagy kíváncsiak egymás tárgyát, és erre utalást is tesznek (netán egymástól elveszik, és a vesztesnek cserébe felajánlják a sajátjukat), vagy tudomásul veszik a helyzetet, és külön kezdenek játszani.

Segítő megjegyzések

Fontos, hogy a szülő, akinek gyermeke lassabban fejlődik, tudja a fenti fejlődéslélektani alapismereteket. Ugyanis gyakran azt látjuk, hogy a szülő elkeseredik, mert úgy érzi, hogy gyermeke ezen a területen is elmarad, miközben csak arról van szó, hogy még nem tart ott, ahol a szülő tudni szeretné. Azonban akkor sem tartana ott, ha nem lenne gond a fejlődésével, merthogy a gyermek társaihoz való viszonya később alakul ki, mint ahogyan a szülő feltételezi. A gyermekek csak ott képesek fejlettebb együttműködésre, ahol életük jelentős részét együtt töltik.

Amikor az akadályozott fejlődésű gyermek már idősebb, és társai is három év körüliek, próbáljunk ki néhány asztal körüli tevékenységet, mint például a gyurmázás, vagy gondoskodjunk arról, hogy legyen körülöttük sok kocka, autó és baba, hogy mindenkinek jusson.

A kívánt eredményt elértük, amikor a gyerek más gyerekekkel párhuzamosan játszik, és időnként az ő játékokat figyeli.

1.26. Ha fontos neki, tulajdonát megvédi

Itt azt figyeljük meg, vajon a gyermek felismeri-e saját játékait, és tiltakozik-e, ha más gyermekek elveszik tőle. Ez a viselkedés a szülőknek gyakran okoz gondot, hiszen ők azt szeretnék, hogy gyermekük ossza meg játékait másokkal, azonban a tiltakozás normális, természetes fejlődési állapot, amit tapintattal kell kezelnünk! **Figyeljük meg** a gyermeket, miközben más gyerekekkel játszik.

A készség jelen van, amikor a gyermek megvédi a játékokat, ha azokat más gyermek el akarja venni, akár erőteljes hangadással, akár úgy, hogy visszaveszi őket. (Csak akkor próbálja a szülő őt „nagyvonalúbbá” tenni, ha már érti a kölcsönadás lényegét.)

1.27. Családi jeleneteket játszik el

Ez a készség a 23. feladat (összetettebb funkciójátékot játszik) bővítése, melyben a gyermek a babákkal folytatott játékokban a játéktárgyakat már funkciójuknak megfelelően használta. A korábbi készségben a különböző cselekvéseket még el lehetett különíteni, nem voltak részei egy kibővített szerepjátéknak. Most **megfigyeljük**, hogy a gyermek vajon tud-e vállalni egy szerepet, melyet egy több részből álló játék során végig megtart. A megfigyeléshez a szülő adjon a gyermeknek több, ezzel kapcsolatos kelléket, például babákat, baba- vagy gyermekbútorokat, teáskészletet, babakádat és szivacsot, vagy főzőkészletet. A készség kialakult, amikor a gyermek úgy tesz, mintha ő lenne a mama vagy a papa, és eljátssza, hogy főz, kisbabájáról gondoskodik, vagy hasonló dologgal foglalkozik. A lényeg az, hogy egy játékszett nem egyféle módon „használ”, hanem szerepének megfelelően egy tárgyat többféle módon, vagy több tárgyat egymással összefüggően.

Segítő megjegyzések

A szülő akkor ösztönözi jól a gyermeket, hogy így játsszon, amikor sok erre alkalmas eszközt biztosít neki (a rögtönzött kellékek is megfelelnek, kartondobozban éppúgy ringathatja kisbabáját, mint egy drága bölcsoben), és ő maga is rendszeresen játszik vele hasonló játékokat. Ha csak lehet, adja át neki a kezdeményezés lehetőségét, óvatosan bemutatva új variációkat. Ne akarja saját ötleteit ráerőltetni. Hosszas magyarázat helyett példával mutassa be, mit szeretne, így a gyermek hamarabb megérti a szándékot.

1.28. Gyermekek közelében játszik, alkalmanként bekapcsolódik a játékba

Ez a 24. (gesztusokkal kapcsolatot teremt gyermektársaival) és a 25. (más gyerekeket figyelve párhuzamosan játszik) feladat bővítése. Most többször várjuk el a gyermektől, hogy más gyermekekkel kapcsolatot teremtsen. **Figyeljük meg** a gyermeket, mialatt két vagy három másik gyermek társaságában játszik 10 percig: hányszor kezdeményez kapcsolatot, és mennyit foglalkozik a többi gyerekkel.

A készség jelen van, amikor a gyermek a 10 perc folyamán kapcsolatot teremt más gyerekekkel, szavak vagy gesztusok segítségével.

1.29. Egyszerű háztartási feladatokban segít

A gyermek most már nemcsak egyszerűen utánozza, ahogyan a háztartási teendőket véghez-
zük, hanem aktívan részt vállal ebben a tevékenységben, amelynek eredményét is látja.

Kérjük meg a gyermeket, hogy egyszerű feladatokat végezzen el, például tegyen dolgokat a helyére, vigyen oda valahova valamit, öntözze meg a virágot, vagy törölje fel, ha valami *kilötyt*ent.

A készség kialakult, amikor a gyermek felnőtt segítsége nélkül ilyen jellegű feladatokat végrehajt.

Segítő megjegyzések

Kétségtelen, hogy gyakran gyorsabb, ha a szülő maga végez el valamit, mintha gyermekét kéri meg, de a jövőt tekintve a gyermek e feladatot komolyan véve nagy lépést tehet szocializációjának útján. A szülő hosszabb távon időt takarít meg azzal, ha gyermekét arra tanítja, hogy aktívan vegyen részt a háztartásban. A gyermeknek nagy öröm felelősséget vállalni valamiért, segíteni a papának és a mamának. Ezek a tevékenységek a mozgás- és a beszédkészségek gyakorlására is kiváló lehetőségek.

1.30. Rendszeresen szót fogad a felnőtteknek

Amikor a gyermek elérte a 2-3 éves fejlettségi szintet a gesztus- és beszédértés készségek területén, elvárható tőle, hogy az esetek felében segítség nélkül kövesse a felnőttek utasításait. Ez nem kifejezetten a családban érvényes szabályokra vonatkozik, ahol nagyobb mértékű alkalmazkodás várható el, sokkal inkább az eseti, gyakorlatias utasításokra, melyek a hétköznapi tevékenységek során merülnek fel. Ha a szülő tudni szeretné, hogy hol tart e területen a gyermek, **figyelje** reakcióit több napon át, amikor utasítást ad neki.

A készséget megállapíthatjuk, amikor a gyermek eleget tesz a felnőtt kérésének az esetek felében, külön segítség nélkül. A kérés megtagadása néha abból fakad, hogy a gyermek *nem hajlandó* valamire, és nem abból, hogy nem képes valamit megtenni. Ha a gyermeknél ez lehet a gond, beszéljünk róla a szülőkkal.

1.31. Képes több dolog közül választani

Jó, ha egy gyermeknek kezdettől fogva választási lehetőségei vannak. Ezeket a helyzeteket tudatosan kell megszervezni, különben nem érti a gyermek. Kezdetben egy gyermek csak két konkrét, hasonló értékű dolog közül választhat, pl. két nadrág vagy kétféle gyümölcs közül. Előfordulhat, hogy egészen lehangolódik, ha két kedvelt dolog között kell döntenie. Ilyenkor nem erőltetjük a dolgot. Viszont megkönnyebbülés a szülő számára, amikor látja, hogy gyermeke már valóban tud döntenie, és döntéséhez ragaszkodik. A helyzet megteremtéséhez rendszeresen mutassunk a gyermeknek több lehetőséget, pl. ételt, játékot vagy ruhadarabot, hogy válassza ki, melyiket szeretné. A készség kialakult, amikor a gyermek valamilyen területen képes választani, és utána ahhoz ragaszkodik, amit választott. Ha a gyermek már elég jól érti a beszédet, megkérhetjük, hogy két olyan dolog közül, amelyeket nem lát, nevezze meg azt, amelyiket választja.

1.32. Felnőtt irányítása mellett kívárja sorát

Ebben a feladatban a gyermeknek ki kell várnia, amíg egy felnőtt által vezetett csoportos tevékenységben rá kerül a sor. Ideális esetben ennek felmérését játszócsoportban vagy az óvodában végezzük. A készség kialakult, amikor a gyermek kívárja, amíg sorra kerül, cselekszik, amikor rajta van a sor, és figyel, amíg a többiek tevékenykednek. Úgy készíthetjük fel a gyermeket erre a készségre, ha a felváltva folytatott tevékenységeket rendszeresen és sokat gyakoroljuk vele. Vonjuk be a család többi tagját is a gyakorlásba.

1.33. Több gyermekkel együtt is képes 10 percig figyelni zenére vagy egy történetre

Ezt a készséget akkor mérjük fel, amikor a gyermek már játszócsoportba vagy óvodába jár. **Figyeljük meg** a gyermeket csoportos zene- vagy mesehallgatás közben. A gyermek e kritériumnak megfelel, amikor kb. 10 percig képes figyelni anélkül, hogy elmenne, vagy a többi gyerek figyelmét elvonná.

Ha a gyermek játszócsoportba vagy óvodába jár, de a csoportos foglalkozások alatt nem figyel, mondjuk meg a csoport vezetőjének, hogy mit szeretnénk elérni. Készséggel fog segíteni, és ő is ötleteket ad majd, hogyan érhetjük el a célunkat. Azokat a gyermekeket, akiknek nehézséget okoz a felnőttre figyelni, érdemes közelebb ültetni, hogy gyakrabban kerüljenek szemkontaktusba a gondozónővel vagy az óvónővel, akik így többször be tudják vonni őket a tevékenységekbe.

1.34. Emlékeztetésre azt mondja, hogy „kérem”

Kétségtelen, hogy a társadalmilag elvárt udvarias formák használata („kérem” vagy „köszönöm”) a gyermek nyelvhasználatát mások számára elfogadhatóbbá teszik. De ne feledkezzünk meg arról, milyen *későn* fejlődik csak ki ez a készség. A nyelvi területeken lassabban fejlődő gyermekeknél nem ezeknek a formáknak a használata az elsődleges cél. Elég, ha akkor tanulják meg a „kérem” és a „köszönöm” szavakat használni, amikor beszédük már biztonságosan fejlődik. A gyermekeknek azt is meg kell tanulniuk, hogy azon kívül, hogy azt mondják „kérem” vagy „köszönöm”, más módjai is vannak, hogy „szépen kérjenek” valamit: hanghordozásukkal éppúgy ki tudják fejezni a különbséget a kérés és a követelés között.

A készség tehát akkor van jelen, amikor a gyermek akár magától, akár általános emlékeztetésre azt mondja, hogy „kérem”. Nem alakult még ki, ha csak utánzásra használja ezt a formát. Normál fejlődés esetén 3-4 éves korban az esetek felében emlékeztető nélkül is elvárható, hogy a gyermek azt mondja: „kérem” és „köszönöm”. Ha a szülő tudja, hogy a gyermek ki tudja mondani ezeket a szavakat, akkor inkább az általános emlékeztetés módszerét alkalmazzuk, mint a bemutatást.

1.35. Énekekbe vagy mondókákba bekapcsolódik

Vajon a gyermek be tud-e kapcsolódni hangadással és cselekvéssel, amikor mások énekelnek, vagy mondókát mondanak? E megfigyelést legjobban a játszócsoport vagy az óvodai énekes

foglalkozás alatt végezhetjük. Otthon, esetleg családi körben ismerős meséket, verseket, dalokat hallgathatnak a gyermekekkel lemezen, kazettán.

A készség kialakult, amikor a gyermek hangadással bekapcsolódik az énekbe vagy történetbe, néha szavakkal, „éneklő” hangon.

Leghatásosabban példamutatással taníthatjuk a gyermeket arra, hogy dalokba és versikébe bekapcsolódjon. Más gyermekek példája is segíthet, de a szülő az elsődleges követendő példa. Nem valószínű, hogy a gyermek kritizálni fogja anyja vagy apja éneklési képességeit, inkább szívesen utánozza őket, együtt „énekel” velük.

1.36. Anyjától sírás nélkül elválik

Ez a 2-3 éves korra meghatározott fejlettségi szint csak durva általánosítás. Hogy mikor várható az, hogy a gyermek megszokja az elválást anyjától, nagymértékben függ attól, mennyi időt tölt általában édesanyja nélkül. (Ez az édesapákra éppúgy érvényes!) Érdeklődjünk afelől, hogy a gyermeket ott lehet-e hagyni az óvodában vagy egy ismerőssel anélkül, hogy sírna, mikor szülei elmennek.

A készség jelen van, amikor a gyermek anélkül válik el szüleitől, hogy zaklatott lenne.

1.37. Felnőtt által vezetett csoportjáték szabályait érti

Ezt a készséget egy – a gyermek számára ismerős – játék közben, az óvodai vagy játszócsoportban figyelhetjük meg a leginkább.

Figyeljük meg a gyermeket, amikor egy felnőtt által vezetett, a gyermek által ismert csoportjátékban részt vesz. A szabályokat a játék elején az egész csoporttal ismertessék, és a játék folyamán is az egész csoportnak szóló utasítások hangozzanak csak el. Jó, ha a gyermek külön neki szóló segítség nélkül, aktívan részt vesz a csoportjátékban, és betartja a szabályokat.

1.38. Más gyermekekkel felváltva vesz részt tevékenységekben

Ebben a feladatban azt vizsgáljuk, mennyire képes a gyermek spontán módon, vagy más gyermek kérésére felváltva részt venni egy tevékenységben. Az a gyermek, aki aktívan részt vesz ily módon egy tevékenységben, jól halad a kooperatív játékkészség fejlődésében.

Figyeljük meg a gyermeket kötetlen játék helyzetben, más gyermekek társaságában. Jó, ha a gyermek más gyermekekkel felváltva vesz részt egy tevékenységben, vagy legalább egyszer megosztja játékát mással, felnőtt utasítása nélkül.

1.39. Szívesen játszik más gyermekek közelében, és beszél velük

Amikor a játék megosztásához és a felváltva folytatott játékhoz még a beszéd is társul, a gyermek a legjobb úton van a kooperatív játék felé. **Figyeljük meg** a gyermeket kötetlen játék helyzetben, más gyermekek társaságában. Ha a gyermek más gyermekekkel érintési távolságban játszik, és játék közben szól hozzájuk, akkor elérte ezt a szintet.

1.40. Más gyermekekkel rendszeresen együtt játszik

A valódi kooperatív játéknak része, hogy másokkal együtt dolgozunk egy közös cél érdekében, olyan szerepet vállalva, mely a többiek szerepével összeegyeztethető. **Figyeljük meg** a gyermeket kötetlen játékhelyzetben, más gyermekek társaságában.

A gyermek a fenti elvárásnak megfelel, amikor közös játékban – például háztartási játékban, építőjátékokban vagy autózásban – vesz részt, fizikai kapcsolatba is kerül más gyermek(ek)kel, és/vagy beszél hozzájuk a játékidő jelentős részében.

1.41. Figyelmeztetés nélkül rendszeresen mondja, hogy „kérem” és „köszönöm”

Itt ismét arról van szó, hogy a társadalmilag elvárt udvarias formák használata a gyermeket mások számára elfogadhatóbbá teszi vagy teheti. Végül is a szülő döntése, hogy mennyire akar élni ezzel a lehetőséggel. Amikor úgy gondolja, hogy ez fontos, adjon mintát, és figyelje meg gyermekét étkezéskor vagy egyéb helyzetekben, amikor a gyermeknek valamit kínálnak. Jegyezze meg a lehetőségeket, hányszor mondhatná azt, hogy „kérem” vagy „köszönöm”, és azt, hányszor használja gyermeke ezeket a szavakat. Ne emlékeztesse őt, s ne várjon teljes sikert. Gyermekkorban természetes dolog az udvariassági formákról való megfélelkezés.

1.42. Felnőtt kérésének gyakran eleget tesz

Ez a megfigyelés segít megvizsgálni, hogy a gyermek gyakrabban tesz-e eleget a felnőttek kéréseinek, vagy még nem. Fontos kiválogatni a megfelelő helyzeteket, amelyekben a gyermek biztosan megérti a kéréseket. Jó, ha azok mindennapi helyzetek, így rendszeres visszatérésük lehetővé teszi azt, hogy egy természetes „begyakorlás” történjen.

1.43. Tudja, hogy fiú vagy lány

Idővel a gyermek megtanul különbséget tenni fiúkat és lányokat ábrázoló képek között, és képes lesz válaszolni arra a kérdésre, amelyet a felnőttek igen gyakran tesznek fel: „Kisfiú vagy, vagy kislány?” A helyes választ akkor kaphatjuk meg, amikor a téma családon belül rendszeresen felmerül, mint természetes beszélgetési téma, és viszonyítási alapot is adunk hozzá. Több olyan téma is van, amiben szeretnénk, hogy a gyermek tájékozott legyen. Fontos, hogy gyakran váltogassuk kérdéseinkben a választási lehetőségek sorrendjét, különben a gyermek anélkül tanul meg felelni rá, hogy valóban értené, amit kérdezőnk tőle. Ilyen kérdések lehetnek:

„Hány éves vagy?”

„Hogy hívnak?”

„Hol laksz?” (Először a város vagy a környék nevét tanítsuk meg.)

1.44. Egyszerű házimunkákat végrehajt

Amint a gyermek közeledik a 4 éves kornak megfelelő fejlettségi szinthez, lassan elvárható tőle, hogy egyszerű, koncentrációt és elővigyázatosságot igénylő házimunkákat végezzen. A

legtöbb gyermek élvezi, ha felnőttek felelősségteljes munkájával bízzák meg. Otthon gyakran van lehetőség arra, hogy a gyermeket valamilyen „komoly” feladattal bízuk meg, például ő hozza be az uzsonnás tálcát, vagy ő öntözze meg a virágokat. Az a jó, ha a gyermek segítség nélkül elvégzi, amit rábízunk.

Az óvodában is számos alkalom adódik arra, hogy a gyermek felelősségteljes feladatot kapjon. A dolgok elrámolása, a reggeli teázásnál az italok kiosztása, szalvétahajtogatás vagy a következő feladat előkészítésében az óvónőnek nyújtott segítség csak néhány példa. A szülő érdeklődjön az óvodában, képes-e gyermeke ilyen feladatokat végrehajtani.

1.45. Veszélyeket észrevesz, elkerül

A szülői hivatás művészetének egyik legfontosabb része állandóan figyelni a gyermeket veszélyeztető dolgokat. Ez a feladat a szülők második ösztönévé válik, olyannyira, hogy gyakran észre sem veszik, amikor ezzel foglalkoznak. Ugyanakkor a szülő megtaníja gyermekét, hogy ismerje fel a veszélyt a környezetében: „Óvatosan, a tűzhely nagyon forró!” „Nem mehetünk arra, törött üveg van a földön.” „Kerüljük ki a pocolyát!” Viszont egyszer elérkezik az idő, amikor a gyermek már maga is képes észrevenni és elkerülni ezeket a veszélyes helyzeteket.

A készséget megállapíthatjuk, amikor a gyermek már elkerüli a környezetében lévő egyes veszélyforrásokat, például egy törött üveget vagy a gödröt a talajban. Természetesen a szülő nem kockáztathatja, hogy gyermeke a „felmérés” kedvéért a törött üveg felé sétáljon. Egy pillanattal azonban talán késleltetheti a figyelmeztetést, hogy lássa, gyermeke magától is óvatos, vagy adhat egy általános figyelmeztetést, példáulul „Nézd meg, mi van az úton!” Egyébként lehetetlen a közlekedő gyermek szüleitől azt várni, hogy minden veszélytől tartsák távol a gyermeket, különben nem lennének felhorzolt térdek vagy beütött lábujjak. Elvárható azonban, hogy ezek a kisebb balesetek egy idő után egyre ritkábbak legyenek. Ebben a folyamatban kell segítségükre lennünk.

Kérjük meg a szülőt, hogy **figyelje meg** gyermekét új helyzetekben is, amikor pl. a szabadban kötetlenül játszik: vigyá-e azokkal a dolgokkal, amikről tudhatja, hogy veszélyesek. Érdemes elgondolkodni azon, hogy el tudja-e dönteni magától is, hogy egy létra túl magas neki, egy domb pedig túl meredek ahhoz, hogy megmássza.

1.46. A szülő által megszabott területen belül marad

Az aktív óvodás számára ez különösen fontos készség, nemcsak a gyermek biztonsága szempontjából, hanem a szülő lelki nyugalma miatt is. Vajon a gyermek megmarad-e a megszabott és jól látható fizikai határokon belül, melyek azonban ténylegesen nem kerítik be biztonságosan. A szülő több alkalommal **figyelje meg** gyermekét, miután egyértelműen megmondta neki, hol szabad játszania. Szülő és gyermek akkor sikeres, amikor a gyermek a behatárolt területen belül marad, például a hátsó kertben, a játszótéren vagy a fűvön.

Segítő megjegyzések

Ahhoz, hogy a szülő gyermekét megtanítsa, hogy egy megszabott területen belül maradjon, biztosítani kell neki a lehetőséget, hogy mégis ki tudjon jönni. Ez nem könnyű dolog, de

feltétlenül szükséges. Ha a gyermek csak olyan helyzeteket tapasztal, amikor lehetetlen a megszabott határokat átlépni, nem fogja megtanulni, hogy önként maradjon a határokon belül, és esetleg rosszul dönt, amikor váratlanul lehetősége nyílik rá. Időnként adjon a szülő neki lehetőséget, hogy kijelölt, de nyílt területen játsszon, ahol folyamatosan figyelni tudja. Ha megpróbálja a korlátokat átlépni, az azonnali és emlékezetes következményekkel járjon. Biztassuk a szülőt, hogy ne mulassza el megdicsérni gyermekét, ha utasításait betartja.

Érdemes időt fordítani arra, hogy megmutassa neki a határokat, amíg elmehet, amikor ismeretlen területre érkeztek. Mindezt pozitív hozzáállással tegye. Ilyeneket mondjon: „Itt és itt játszhat”, ahelyett, hogy elsorolná, mit nem szabad.

1.47. Elfogadja, hogy a szülő másra figyel

A gyermeknek nehezebb elfogadni azt, hogy a szülő másra figyel, mint játékait másokkal megosztani. A szülő **figyelje meg** a gyermeket, amikor ő másokkal beszélget, vagy mással van elfoglalva. Szülő és gyermek akkor sikeres, amikor a gyermek csendben játszik, mialatt a szülő másokkal beszélget.

Segítő megjegyzések

Egyre sarkalatosabb kérdés a családban a szülőnek az a joga, hogy zavartalanul társaloghasson másokkal. Nagyon kellemetlen dolog, ha a szülőnek nincs lehetősége, hogy felnőttekkel beszélgethessen, vagy más teendőjére koncentrálhasson. Ha ez a frusztráció rendszeresen a felszínre kerül, a gyermekekben lassan kifejlődik az a tudat, hogy rossz dolgokat várnak el tőle, és a negatív elvárásoknak igyekszik megfelelni. A gyermek igénye a szülői figyelemre nem szűnik meg csak azért, mert a szülőt éppen más dolgok érdeklik, és ösztönzésre van szüksége, hogy igyekezetét észrevegyék. A szülő segíthet gyermekének, ha időnként kis ideig szünetelteti tevékenységét olyankor, amikor gyermeke nem követelőzik, hanem úgy játszik csendesen, ahogy azt szeretné. Gyakran elég egy mosoly, egy szó vagy egy röpke ölelés, hogy a gyermek boldogan játsszon tovább. Ha a szülő tudja, hogy egy ideig elfoglaltsága lesz, gondoskodjon róla, hogy gyermeke valami érdekes dologgal foglalkozzon, amikor ő elkezd dolgozni. Próbálja úgy figyelni, hogy tudjon kezdeményezni olyankor, amikor egy új játékkal kell játszani. Így megkönnyíti gyermeke dolgát, hogy kiérdemelje a dicséretet.

Ha a gyermek megismeri a jó oldalát annak, hogy mással van elfoglalva a szülő, egyre ritkábban kell őt megdicsérni. A szülő pedig még jobban bebiztosítja magát azzal, hogy időnként ráfigyel akkor is, amikor ezt a gyermek nem is követeli meg.

2. Evés és ivás

A feladatsorozat két szálon halad. A gyermek a feladatok segítségével egyrészt megtanulja ugyanazokat az ételeket fogyasztani, amiket mindenki más, másrészt megtanulja ezeket az ételeket egyedül, segítség nélkül elfogyasztani. Ezek különösen fontos célkitűzések, hiszen a gyermek önállóbbá, függetlenebbé lesz, olyan, mint a „többi”. Néha fizikai jellegű problémák nehezítik, hogy a gyermek jól fejlődjön, akár az általa fogyasztható ételekkel kapcsolatban, akár az önálló étkezés terén. Amikor ilyen problémákkal küzd a gyermek, a szakember speciális tudása nélkülözhetetlen. Azonban a különböző technikák helyes sorrendjén és a felszerelésen is nagyon sok múlhat.

Az evés és ivás során felmerülő gondok gyakran nem abból adódnak, hogy a gyermek *nem képes* végrehajtani a szükséges tevékenységet, hanem hogy valami miatt *nem hajlandó* erre. A problémát ilyenkor hatékonyabban kezelhetjük, ha viselkedési, nem pedig étkezési zavarnak tekintjük. Ez nem azt jelenti, hogy a gyermek „rossz”, hanem azt, hogy mi még nem tudjuk, mi az oka ellenállásának. Mielőtt a szülő úgy döntene, hogy az érintett gyermeknek gondjai vannak az étkezéssel kapcsolatban, elviheti őt orvosi kivizsgálásra, hiszen viselkedése organikus problémák jele is lehet.

Bármilyen szinten is van a gyermek az evés és ivás készségeinek területén, azt javasoljuk, hogy a szakember a szülővel együtt olvassa el az egész sorozatot, mielőtt a tanítást elkezdené, mert az étkezés területén a szülőn múlik sok minden, és a megfigyelések is inkább hozzá kötődnek. Továbbá együtt látni fogják, hogy néhány készség egyidejűleg is tanítható.

Lássuk a sorozatban szereplő készségeket, tájékoztatásul az *ép gyermek esetében aktuális időhatárokkal*. Természetesen az elmaradás ténye miatt az időpontok mások lesznek, de a műveletek sorrendisége nem változik.

3-tól 6 hónaposig

1. Anyja melle vagy az üveg látványára várja az etetést.
2. Kezét mellre vagy az üvegre helyezi.
3. Pépes ételt lenyel.

6-tól 9 hónaposig

4. Őlben félig ülve poharát fogja, segítséggel iszik.
5. Ínyével elmajszol és lenyel darabos ételt.
6. Egyedül tart pl. egy sajtos tallért, s a szájához viszi.

9-től 12 hónaposig

7. Kekszet vagy kis darab kézbe vehető ételt elvesz, és szájába teszi.
8. Etetés közben kanál után nyúl.
9. Kekszbe harap, és megrágja.
10. Nagyobb puha ételdarabot (pl. főtt krumpli, kompót) elfogad.

12-től 15 hónaposig

11. Ülben ülvé segítség nélkül iszik, átveszi és dönti a poharát.
12. Kanállal szeretne enni, két kanalas módszerrel ez megoldható.
13. Megrag néhány szilárd ételt.

18 hónapostól 2 évesig

14. Pohárból kilötytyintés nélkül iszik.
15. Kevés segítséggel kanállal eszik.

2-től 3 évesig

16. Szívószállal is képes inni.
17. Étél felszúrására villát használ.

3-tól 4 évesig

18. Villával és kanállal eszik, viszonylag tisztán.
19. Kisebb kancsóból mellőöntés nélkül tölt.

Mivel az evés és az ivás az élet szerves részei, a szülő naponta többször is taníthatja gyermekét, vagy gyakoroltathatja vele a korábban elsajátított készségeket. Mielőtt a tanítást megkezdene a segítő szakemberrel olvassák el együtt az egész részt; kiderül, hogy bizonyos készségeket a szülő párhuzamosan is taníthat, de egyszerre inkább egy új dologra koncentráljon.

Mi itt az étkezéskor használt önellátó készségekre helyezzük a hangsúlyt, de természetesen más dolgokat is figyelembe kell venni. Az étkezés a szocializáció egyik legfontosabb közege, ilyenkor összegyűlnek a család tagjai, és étkezés közben megosztják egymással élményeiket, terveiket. A kommunikációs készségek valamennyi szintjének gyakorlására lehetőség van ilyenkor – a felváltva történő társalgástól kezdve a bonyolult mondatalkotásig. Étkezéskor természetes módon sok más egyéb készséget is tanítunk és gyakorolunk, pl. a kis tárgyak felvételét, a „tesz” és az „ad” szavakra reagálást stb. Jó, ha a gyermek naponta „megfigyelő”-ként legalább egyszer a közös étkezésben is részt vesz, de amikor még nem önálló – ahhoz, hogy saját szintje szerint tudjunk rá koncentrálni –, a többi étkezés inkább a közösetől függetlenül szerveződjön. Ha a gyermek már jóllakott, akkor is ülhet velünk az asztalnál az etetőszékében, s kérhet még ezt-azt, de ilyenkor ne ő rajta legyen a hangsúly. Már az egészen kicsi gyermek is, aki kizárólag mellről vagy üvegből táplálkozik, szociális készségeket tanul, amikor etetik. A csecsemő anyja melléhez simulva ideálisan helyezkedik el ahhoz, hogy szemkontaktusba kerüljön vele, nézze és hallgassa őt beszéd közben, vagyis élvezze közelségét, miközben jóllakik. Következzenek a szocializáció mozzanatai, természetes sorrendben.

2.1. Anyja melle vagy az üveg látványára várja az etetést

Figyelje meg gyermekét, hogy a mell vagy az üveg látványára végtagjainak izgatott mozgásával jelzi-e, hogy várja az etetést. Az etetés megkezdése előtt mindig adjon neki lehetőséget, hogy nézzon, és előre sejtse, hogy etetés következik. Gyermek akkor érti a helyzetet, amikor aktívabban mozog, ha meglátja az üveget vagy a mellét.

2.2. Kezét mellre vagy az üvegre helyezi

Figyelje meg gyermekét etetés alatt. Szülő és gyermeke akkor sikeresek, amikor a gyermek felkészülhetett az etetési műveletre, láthatta az előkészületeket, a közeledő mellbimbót vagy cumisüveget. Ilyenkor elvárható, hogy a gyermek idővel nyúlni fog, mindkét kezét az anya mellére vagy az üvegre teszi. (Nem kell, hogy egyedül tartsa a súlyát.) Ha nem teszi spontánul, az anya tegye rá.

Segítő megjegyzések

Az anya (vagy az apa) biztassa gyermekét, hogy kezével érintse meg mellét vagy az üveget, amikor eteti őt. Amikor a karjába veszi, óvatosan segítse előre karjait, hogy könnyebben a mellére vagy az üvegre helyezve tarthassa kezét. Így később már aktívabban részt vesz abban, hogy a mellet vagy az üveget a szájához irányítsa.

2.3. Pépes ételt lenyel

Figyelje meg gyermekét etetéskor. Amikor a gyermek a kanál láttára még nem nyitja a száját, óvatosan becsúsztatja a kanalat a gyermek szájába, a kanalat egy másodpercig tartja a gyermek nyelvén, majd a felső ajkát érintve a gyermek szájában hagyva az ételt, kihúzza. Szülő és gyermeke akkor sikeresek, amikor a gyermek a kanálról lenyalja és meg tudja enni a pépes ételt.

Segítő megjegyzések

Az ép gyerekek különböző életkorban esznek először szilárd ételt, attól függően, hogy mennyire sikeres az anyatejre való táplálkozás. Szükségei szerint adjunk az akadályozott fejlődésű gyermeknek is szilárd ételt, illetve attól függően, hogy mennyire fogadja el. Ha a gyermeknek olyan szervi problémái vannak, melyek megnehezítik a nyelést vagy az emésztést, akkor az orvos utasításait kövessük. A szilárd ételek fogyasztásával eleinte nem sok tápérték jut a gyermek szervezetébe, hiszen igen csekély mennyiségekről van szó. A gyermek ilyenkor elsősorban érzékelési tapasztalatokat szerez, beleértve az ízelet, a szaglás és az érintés érzékeit. Minél többféle ízzel ismerkedik meg már a kezdetekkor, annál többféle ízt fog elfogadni később, amikor a szilárd ételek a táplálkozás szempontjából valóban fontossá válnak.

A nyelvnek és a rágóizmoknak jó gyakorlást jelent az étel nyelvel, ajkakkal és szájpaddal történő felfedezése, valamint a kanálról való leszopogatása, és a szájban történő mozgatása. Ha az orvos nem javasolta az ellenkezőjét, akkor és úgy kezdhetünk szilárd ételt adni neki, mint bármely más gyermeknek, a különböző állagú ételeket egyenként kipróbálva, így bármely ártalmas reakció könnyen azonosítható.

2.4. Ülve poharát fogja, segítséggel iszik

Legyen a gyermek által kedvelt ital félig töltve egy pohárban. Mutassa meg a poharat gyermekének, arra várva, hogy utána nyúl-e. Ezután, lehetőleg az ő „segítségével” (ő is fogja a

poharat), vigye a poharat gyermeke szájához. Olyan időpontot válasszon, amikor a gyermek valószínűleg szomjas. Akkor sikeresek, amikor a gyermek ezután iszik a pohárból, ajkait a pohár karimájára tapasztja, és kezével fogja a poharat, vagy ha a szülő teszi a pohárára a kezét, s ő elfogadja ezt.

Segítő megjegyzések

6 hónapos korától már adhatunk az ölben ülő gyermeknek poharat. A pohár használatához más izommozgás szükséges, mint a mellbimbó vagy a cumi szopásához, és ez a gyakorlat különösen hasznos a gyenge ajak-, nyelv- és szájizommal rendelkező gyermekeknek. A Down-kóros gyermekek pl. gyakran ragaszkodnak a szopás mozdulatához, mivel ez könnyebb, mint pohárból inni vagy rágni. Továbbra is etessük a gyermeket mellről vagy üvegből a főbb étkezésekkor, 6 hónapos kora után azonban valamelyik étkezésnél pohárból adjunk inni neki. Amikor a gyermek időben találkozik a pohárral, 12 és 18 hónapos kora között már gyakorolhatja az addig anyja ölében tanultakat ülő pózban, most már kis széken vagy sámlin ülve. Az időben pohárhoz szoktatott gyermek egyéves kora után a folyadékot már csak pohárból igya. Az enyhén ívelt szélű poharak sok gyermeknek nagy segítséget jelentenek. A csőrös poharakat jobb elkerülni, hiszen használatuk ugyanazt a szopó mozgást kívánja, amiről szeretnénk gyermekünket leszoktatni.

Olyan időpontban adjunk a gyermeknek először poharat, amikor nem túl szomjas, de nincs éppen telítve. Adjunk neki időt, hogy kitapintsa ajkaival a peremét, mielőtt megdönti a poharat. Amíg nem tanulja megérezni a folyadék mozgását, addig egyszerre csak kis mennyiségű folyadékot adjunk neki.

2.5. Ínyével elmajszol és lenyel darabos ételt

Adjon a gyermeknek néhány könnyen elmajszolható ételdarabot! Legyen folyamatosan mellette! **Figyelje meg** gyermekét, hogy képes-e egy-egy darabot rágó mozdulatok segítségével lenyelni.

Segítő megjegyzések

Kezdetben nehéz rágni, mégsem ajánljuk itt a fokozatosság elvét a darabos ételre való rászoktatás folyamatában. Fontos, hogy a gyermek észrevegye, hogy más állagú étel kerül a szájába, hiszen más technikára van szükség, mint amikor még pépes volt az étel. Kezdetben ezért nagyon fontos, hogy jól ismert étel kerüljön ilyenkor a szájába, észrevehetően más formában, mint amire szokott, amely tényezőre folyamatosan, szájába tétele előtt is felhívjuk a figyelmét. Annnyiban lehetünk tekintettel arra, hogy a feladat kezdetben nehéz, a helyzet pedig furcsa lesz, hogy nem kemény darabot rakunk a szájába, hanem olyat, amely hamar oldódni kezd, vagy állaga másképpen változik (főtt zöldségdarabok, kompót stb.). Így hamar tudja érzékelni az ismerős ízt, és automatikusan harapni fog.

Megfigyelhető, hogy kezdetben rágáskor az állkapocs a függőleges harapdáló mozdulat helyett inkább vízszintesen, egyik oldalról a másikra (laterálisan) mozog. Ha a gyermek nem próbál rágni, mutassuk be neki – eltúlzott mozdulatokkal –, esetleg gyengéden megfoghatjuk állkapcsát, ösztökélve, hogy utánozza.

Ha a gyermek mindenféle darabos ételt elutasít, csak olyanokkal folytassuk, melyekről tudjuk, hogy a gyermek pépes formában igazán kedveli. A legfontosabb az, hogy a gyermek szeressen enni! Ez fontosabb, mint az, hogy még csak pépeset eszik vagy már darabosat. Az evést soha nem szabad erőltetni.

2.6. Egyedül tart pl. egy sajtos tallért, s a szájához viszi

Legyenek kéznél nagyobb, kézbe vehető ételdarabok, sajtos tallér, egy darab pirítós kenyér. Kínálja a gyermeket úgy, hogy neki kelljen a darabot felvennie. Ha szükséges, előbb adja oda neki. Megengedheti, hogy a gyermek előbb megkóstolja az ételt, hogy kedvet kapjon hozzá. Szülő és gyermeke együtt sikeresek, amikor a gyermek felvesz egy darab ételt, kezében tartja, szájához emeli, és megeszi.

Segítő megjegyzések

Amikor a gyermek már meg tudja fogni a tárgyakat, és a szájához tudja őket emelni, valamint meg tudja már enni az enyhén darabos ételt, adhatunk neki kekszféleséget, illetve más kézzel megfogható ételeket. (Megjegyezzük, hogy ez néha fordított sorrendben történik: azok a gyermekek, akik szívesen esznek ilyen ételt, de nem tudnak még tárgyakat megfogni és megrágni, épp az ellenkező sorrendben tanulják meg ezeket a készségeket.) Ismét az érzékelésen, és nem a táplálkozáson van a hangsúly. Kekszet és hasonló ételeket jó ideig a kanállal fogyasztható ételek mellett kínáljunk a gyermeknek, és ne azok helyett.

Viszonylag vékony, nagyobb darab ételekkel kezdjük a gyakorlást, amelyek harapáskor megtörnek, például keksszel, tallérral, pirítós kenyérrel, később alnadarabokkal. A gyermek egy idő után darabokat fog belőlük leharapni, akkor is, ha még alig van foga. A szülők első gyermeküknél ezt a folyamatot általában aggodalommal figyelik. Valójában mindez minimális kockázattal jár, ha az étel könnyen olvad, és a szülő folyamatosan figyeli gyermekét étkezés közben, nem hagyja az ételdarabokkal magára.

2.7. Kekszet vagy kis darab kézbe vehető ételt felvesz, és szájába teszi

Legyenek kéznél kis (körülbelül 1 cm átmérőjű), a gyermek által kedvelt ételdarabok, például gyümölcs, sajt vagy kenyér. Tegyen ételdarabokat egy tálra vagy az etetőszék tálcájára. Szülő és gyermeke együtt sikeresek, amikor a gyermek több ételdarabot felvesz, és meg is eszi azokat.

Segítő megjegyzések

Amint a gyermek már kezd ügyesebben bánni az apró tárgyakkal, adhatunk neki kézbe vehető ételeket. Tegyük a darabokat egy tányérra vagy az etetőszék tálcájára, hogy maga vegye fel őket onnan. Idővel kipróbálhatjuk almával, vagy apró kockákra vágott sajttal, gyümölcscsel, főtt zöldséggel vagy kenyérrel is. Az étkezések ily módon egybeköthetők bizonyos finommozgás-készségek tanításával.

2.8. Etetés közben kanál után nyúl

Készítsen elő egy babakanalat és egy gyermeke által kedvelt ételt. Ülben ülve, szabályosan etessen, miközben a gyermek mindkét keze szabadon van. A készség kialakult, amikor a gyermek próbálja megfogni, és a szájába tenni a kanalat.

Segítő megjegyzések

Amikor változatosabbá válik az étrendje, a gyermek valószínűleg már érdeklődve foglalkozik mindenféle étellel. Ujjával bármelyikbe be tud nyúlni, és amikor a szülő eteti őt, a gyerek megpróbálja megfogni a kanalat. Az étkezések ilyenkor lassúak és maszatosak, kárpótlásul azonban meglesz a jutalom, hiszen a szülő lassanként tudja őt úgy irányítani, hogy a „játék”ból önálló étkezés legyen. Ha a gyermek beleteszi ujjait a kanálba, adjunk neki saját kanalat, és buzdítsuk arra, hogy a kanalat ő is emelje. Ha megfogja a kanál nyelét, hagyjuk, hogy tartsa, miközben egy- két alkalommal vezessük a kanalat a szájához. A gyermek általában tudja, hogy a kanál mire való, ezért hagyjuk, hogy lehetősége legyen egyedül a szájához vinni.

2.9. Kecsze harap, és megrágja

Legyen a gyermek előtt keksz vagy sütemény, ne legyen túl kemény. Kínálja a kekszet gyermekének. Amikor a gyermek a kekszet elfogadja, szájához emeli, *leharap belőle egy darabot*, megrágja és lenyeli, a készség kialakult.

Segítő megjegyzések

Ha bőven van lehetősége a gyermeknek a gyakorlásra, és ha fokozatosan kapja az egyre rághatóbb, kézbe vehető ételeket, meg fogja tanulni megrágni és lenyelni a leharapott ételdarabokat. Amikor eljutott erre a szintre, táplálkozási szükségleteinek nagy részét már képes egyedül kielégíteni. Gond nélkül ehet bármilyen gyümölcsöt, sajtot, enyhén megpárolt zöldséget, és puhára főtt húsdarabkákat.

Ha a gyermek nem halad a kézbe vehető ételekkel, haladjunk vele lassabban az ismertebbtől az ismeretlen felé. Ha kizárólag a lekváros kenyeret eszi meg, próbáljuk ki, hogy egy darab répára vagy sajtra teszünk lekvárt. Közös étkezéseknél kóstoltassuk meg vele azokat az ételeket, amelyeket a többi családtag fogyaszt.

2.10. Nagyobb puha ételdarabot (pl. főtt krumpli, kompót) elfogad

Készítse elő a megszokott passzírozott ételt, melyben néhány falatnyi ne legyen pépes. Kezdje az etetést egy nagyobb darabbal. **Figyelje** gyermekét, s magyarázza neki, hogy ez most ugyanaz az étel, csak más formában. Utána etetheti a gyermeket még egy-két hasonló darabbal, majd folytassa a pépessel. A próbálkozás sikeres, amikor a gyermek elfogad egy-egy darabot a megszokott ételből.

Segítő megjegyzések

Azzal egy időben, hogy a gyermek megtanulja a kézbe vehető ételeket megrágni, megtanulhatja a kanállal fogyasztható ételeket darabosabb változatban is megenni. Próbáljuk ugyanazt az ételt adni a gyermeknek, mint a család többi tagjának, a húst ledarálva vagy apróra vágva. Ha darabosan adjuk, legyen ismerős az íze. Megpróbálhatjuk a húst a rostokra merőlegesen nagyon vékonyra felszeletelni, így könnyebben szétomlik a gyermek szájában. A kereskedelemben kapható bébiételek között nincs nagy választék a darabos ételekben. Ezek is többnyire csak egy-egy nagyobb darabot tartalmaznak sok szósszal, melyek kevés rágással is lecsúsznak a gyermek torkán.

Ismét felhívjuk a figyelmet arra, hogy ha a gyermeknek problémái vannak ezen a szinten, nagyon apró fokozatokban változtassunk az ételek állagán, és mindig az ismert ételeken alkalmazzuk a változtatásokat. Ha új ízekkel ismertetjük meg, előbb püré formájában adjuk ezeket, egészen addig, míg meg nem szokja. Ne felejtjük el, hogy a legtöbb gyermeknek vannak szeszélyes korszakai az ételekkel kapcsolatban. Ha a szülő biztos benne, hogy nem túl nagyok az elvárásai, és a gyermek mégis ellenáll a változásnak, ne keseredjen el. Próbálkozzon mindennap újra, akkor is, amikor a gyermek elutasító. Csak ne váljon erőszakossá, ez rossz következményekkel járhat. Ha a gyermek az egyik étkezéskor egy kis részt eszik csak darabosan, a következő alkalommal be fogja pótolni. Még a legjobban evő gyerekek is elutasítanak néha ételt, általában azért, mert nem éhesek. Ha a gyermek sok tejet iszik, és gyakran utasít el ételt, megfontolhatja, hogy esetleg kevesebb tejet adjon neki – a nem édesített gyümölcslevek és a víz kevésbé veszik el az étvágyat.

Ha a gyermek huzamosabb ideig elutasítja az ételeket szilárd formában, tartsunk szünetet! Gondoljunk azonban arra, hogy a gyermek nem akar éhezni, szeretne enni, de még nem szeret vagy nem tud rágni. Azzal teszünk jót neki, ha étrendje minél változatosabb. A gyermek meg fogja tanulni a rágást. Ha ízlését és kedvenc ételeit figyelembe vesszük, az étkezés örömteljes együttlét lesz. Ez fontosabb, mint az, hogy mikortól rág.

2.11. Ülben ülve segítség nélkül iszik, átveszi és dönti a poharát

Legyen az asztalon kifelé nyíló, vastag üveg pohár, félig töltve folyadékkal. Kínálja itallal a gyermekét, vigye keze felé a poharat. **Figyelje** gyermekét kínálás és ivás közben. Szülő és gyermeke akkor sikeresek, amikor a gyermek átveszi a poharat, szájához emeli, és iszik belőle. A gyermeknek még lehetnek nehézségei a folyadék irányításával kapcsolatban, és kilötythet valamennyit.

Segítő megjegyzések

Még mielőtt a gyermeket arra biztatjuk, hogy minél többféle ételt egyen, és hogy kanalát a szájához emelje, a pohár önálló használatára is megtaníthatjuk. Ide tartozik a pohár átvétele, miközben ülben ül, az együttes döntés, majd az ivás és a pohár visszaadása a szülő kezébe.

Kezdetben a gyermeknek gondot jelenthet, hogy mennyire döntse meg a poharat. Ezt könnyen megtanulhatja, ha a szülő saját kezével érzékenyen kiegészíti az ő próbálkozását.

Pohara ne legyen túl tele, a szülő ölében azután végig kiihatja, ezzel a döntés mozdulatát megtanulva, gyakorolva.

2.12. Kanállal szeretne enni, két kanalas módszerrel ez megoldható

Készítsen elő passzírozott ételt, kanalat, tálat. Kérdezze meg gyermekét, kér-e ő is kanalat, hogy egyedül egyen, és közben adjon neki lehetőséget a merítéshez. A felek akkor sikeresek, amikor a gyermek elfogadja a kanalat, és ő is felvesz egy kis ételt a kanálára, és a szájához emeli. Sokat kilötythet, és közben a szülő is etetheti őt, egy másik kanállal.

Segítő megjegyzések

A fejlődésnek ebben a szakaszában a kilötyintés gyakran előfordul, ez az önállósodás velejárója. Ha még nem kerül semmi a kanálára, segítsünk neki felkanalazni a tányérról az ételt, és a szájához emelni. Egyre kevésbé segítsünk, inkább nyújtunk mintát egy másik kanállal. A gyermekek általában a folyamat valamelyik részét könnyebbnek találják, mint a másikat (az étel kanalazását vagy a szájba tételét), ezért jobb, ha a gyermek teljesen egyedül próbálkozik, mert ő sem tudja pontosan, hol van a problémája. Végül egyáltalán ne segítsünk, legalábbis az első néhány kanalazásnál.

Az étkezésnél két probléma vetődhet fel. Az első a kanál helyes szögben tartása, amikor a gyermek a szájába teszi, a második az étel kanálra helyezése. Ma már többféle eszköz kapható ezeknek a problémáknak a kiküszöbölésére. Vehetünk olyan kanalat, melynek a nyele elég vastag, így a gyermek könnyedén meg tudja fogni. Kaphatók továbbá olyan kanalak, melyeknek kimélyített része kissé meg van döntve, de ezek vagy balra, vagy jobbra dőlnek, így ha gyermeke kétkedez, frusztrációt okozhatnak neki, és nem segítük elő a gyermek a „normál” eszközökhöz való alkalmazkodását. Találunk a boltokban olyan tálakat, melyeknek pereme magas, ezek megkönnyítik az étel kanálra helyezését. Vannak tálak, melyeknek vákuumos az alja, azok megakadályozzák, hogy a gyermek a tányérját felbillentse, miközben kanalazni igyekszik. Házilag is készíthetünk jól használható eszközöket – a kanál nyelét ragasztószalaggal vagy gumicsővel megvastagíthatjuk, a kanalat fogóval elhajlíthatjuk, a tányér aljára pedig gumialátétet ragaszthatunk, hogy az asztalon jobban tapadjon.

Az önálló étkezéseknél eleinte sokszor kilötyenti a gyermek az ételt, és fel kell utána törölni, ami mellé ment. A gyermek talán szívesen segít majd letörölni az asztalt, sőt, saját magát is segíthet megtörölni, különösen, ha megmutatjuk neki az arcát a tükörben.

Még egy dolgot meg kell jegyeznünk az önálló étkezéssel kapcsolatban. Amikor csak lehetséges, engedjük meg, hogy a gyermek a család többi tagjával együtt egyen, de legalábbis figyelje, amikor a többiek esznek. Így a legfontosabb szociális étkezési szokásokkal kapcsolatban sok mindent meg fog tanulni. Az önálló kanalazást viszont inkább akkor gyakoroljuk, amikor figyelmünket teljesen rá tudjuk irányítani, pl. a családi étkezés előtt.

2.13. Megrág néhány szilárd ételt

A gyermek megfelelő magasságú asztalnál egyen, lába legyen megtámasztva, ülni tudjon! Legyen az étel ismerős, részben harapható nagyságú darabokra felvágva, részben passzírozva. **Figyelje meg** gyermekét étkezéskor, végig legyen mellette. Szülő és gyermeke akkor

sikeresek, amikor a gyermek az étel darabos részét elfogadja, jól megrágja, és lenyeli. (Érdemes a gyermeknek külön előkészíteni az étel paszírozott részét is, arra az esetre, ha feladja a darabos étellel való „küzdelmet”).

Segítő megjegyzések

Mindaddig adjunk egyre gyakrabban darabosabb ételt a gyermeknek, míg képes lesz falat nagyságú darabokat egyedül enni. Ezen a ponton a gyermek talán úgy találja, hogy némely ételt könnyebb ujjával megfogni, mint kanálba tenni, ezért a kanalazási készség fejlődése ekkor kicsit lelassulhat. Akkor is adjunk neki kanalat, és biztassuk, hogy az ételt inkább azzal tegye a szájába, miután legnagyobb éhségét néhány kézbe vett falattal talán már csillapította. Ha az ételdarabok mellé paszírozott vagy pürésített gyümölcsöt, joghurtot is tálalunk, továbbra is gyakorolni fogjuk a kanál használatát. Talán segítség a gyermek számára, ha a kézzel ehető „falatkákhoz” nem készítünk kanalat, egyébként azonban elvárjuk a kanállal étkezést.

2.14. Pohárból kilötytyintés nélkül iszik

Legyen kéznél folyadékkal félig töltött pohár, amelynek nincs csőre. **Figyelje meg** gyermekét ivás közben. A gyermek kényelmesen üljön: etetőszékben, etetőpadban vagy kis asztalnál, kis széken (lába érje a földet). A készség kialakult, amikor a gyermek megfogja a poharat, iszik belőle, és kilötytyintés nélkül visszateszi az asztalra.

Segítő megjegyzések

A gyermek ezt akkor tanulhatja meg, amikor már önállóan ül. Biztassuk a gyermeket, hogy óvatosan igyon, pohara még nem lehet tele. A gyermek önállóan vegye fel s vigye a szájához a poharat, nem baj, ha a folyadéknak egy része mellé megy. Mutassuk meg neki a partedlijét, miután ivott, hogy érezze, száraz-e. Ha a gyermek élvezi a folyadék kilötytyintését, biztosítsunk neki elég alkalmat, amikor a vízzel szabadon játszhat. Ha a gyermek továbbra is gyakran kilötytyinti az italt, próbálkozhatunk különböző poharakkal, sűrűbb italokkal, esetleg joghurttal, de kerüljük a csőrös poharakat.

2.15. Kevés segítséggel kanállal eszik

Legyen az asztalon a gyermek egyik kedvelt étele, egy tálka és egy kiskanál. A szülő üljön gyermeke mellett, s **figyelje** étkezésor. Csak akkor segítsen, ha nehezen merít, vagy nem tudja a maradékot összekaparni. A készség kialakult, amikor a gyermek kanálával nagyjából önállóan eszik.

Segítő megjegyzések

Ha a gyermek sokat gyakorolja, hogy kanállal eszik, a technikáját lassanként teljesen kisíszolja. Ha továbbra is mindig kilötytyinti az ételt, tegyünk kevesebbet a kanálára, esetleg

adjunk neki kisebb kanalat, és mutassuk meg, mennyit tegyen bele. A véletlen kilöttyintésekről ne vegyünk tudomást, de biztassuk, hogy rendszeren egyen, és az étkezés befejeztével tisztaság legyen körülötte. Mutassuk meg a gyermeknek a tükörben, hogy milyen eredményt ért el, és vonjuk be őt is a rendrakásba és tisztálkodásba.

2.16. Szívószállal is képes inni

Legyen kéznél 2 pohár és 2 szívószál. Mutassa meg a gyermeknek, hogyan lehet szívószállal kiszívni az italt a pohárból. Utána **figyelje meg** gyermekét, miközben szívószállal iszik. A készség jelen van, amikor a gyermek legalább 50 ml folyadékot elfogyaszt a szívószál segítségével.

Segítő megjegyzések

Gyermekeként nagyon eltérő lehet az a kor, amikor elkezdene szívószállal inni. A szívószál használatának a fortélyát, először igen nehéz megérteni, bármilyen könnyűnek is tűnik, ha már egyszer megtanultuk. Átlátszó pohárral mutassuk meg a gyermeknek, hogyan kell beszívni és lenyelni az italt, hogyan lesz egyre üresebb a pohár. Cukor nélküli, nagy gyümölcstartalmú kisdobozos innivalóval is gyakorolhatunk. A doboz alját enyhén, észrevétlenül megnyomva hamar érzi az ízt is, ami motiválhatja a szívásban.

2.17. Étet felszúrására villát használ

Legyenek gyermekvilla és gyümölcs- vagy zöldségdarabok a gyermek előtt. **Figyelje meg** gyermekét, mikor villával próbál enni. Mutassa meg, hogyan lehet rá felszúrni az ételt. A készség kialakult, ha a gyermek villájával fel tudja szúrni az ételt, és a szájához tudja emelni.

Segítő megjegyzések

Amikor a gyermek már elérte a 2-3 éves kornak megfelelő fejlettségi szintet, megtanulhatja a kanál mellett a villát is használni. Patikákban vagy szaktoltokban talán beszerezhetünk speciális, széles szárú gyerekvillát, de használhatunk kisméretű desszert villát is. Eleinte hagyjuk, hogy a gyermek az ügyesebbik kezében tartsa a villát – a kanál és a villa egyidejű használatát ráér később megtanulni. A gyermek először valószínűleg a villa használata során is kanalazó mozdulatokkal próbálja meg felvenni az ételt. Bemutatással, és ha szükséges, fizikai segítséggel vezessük őt rá a helyes mozdulatra. Előfordulhat, hogy hamarabb megtanulja a villát beleszúrni a szilárd darabokba, mint kanállal felvenni azokat (pl. banánkarikák, főtt zöldségdarabok).

2.18. Villával és kanállal eszik, viszonylag tisztán

Legyenek az asztalon harapható nagyságra felvágott ételdarabok, kanál és villa. **Figyelje meg** gyermekét étkezéskor. A készség kialakult, ha a gyermek két kézzel egyszerre fogja a kanalat

és a villát, és együtt használja őket, vagy kiválasztja a megfelelő eszközt az adott étel elfogyasztásához.

Segítő megjegyzések

A jól fejlődő gyerekek általában 3 éves koruk körül kezdik a villát és a kanalat egyszerre használni. Igyekezzünk a gyermeket arra tanítani, hogy az ételtől függően úgy használja a kanalat és a villát, ahogy a család többi tagja is – a villával tolja az ételt a kanálra, vagy egyik kezében felváltva használja azt, amelyik praktikusabb.

2.19. Kisebb kancsóból mellőntés nélkül tölt

Készítsen elő kis kancsót (körülbelül 2 pohárnyi folyadéknak megfelelő űrtartalommal) háromnegyedig töltve, és egy poharat. Kérje meg gyermekét, hogy töltsön egy kis gyümölcslevet vagy vizet a pohárba. A készség kialakult, ha a gyermek kilötytyintés nélkül tölt, és nem tölti túl a poharat, majd visszahelyezi a kancsót az asztalra.

Segítő megjegyzések

Ezen a fejlettségi szinten a gyerekek általában már aktívan részt vesznek az ételek és az italok előkészítésében. Az ehhez szükséges készségeket a játékidőben megalapozhatjuk, gyurma vagy víz segítségével. Akkor tanítsuk először a gyermeket kancsóból tölni, amikor amúgy is vízzel játszik. Átlátszó kancsót és poharat használjunk, hogy a gyermek lássa a víz szintjét. Eleinte, amikor a gyermek még célozni tanul, csak egész kevés folyadékot töltsünk a kancsóba, kevesebbet, mint amennyivel megtöltheti a poharat. Amikor már megtanult jól célozni, több vizet is adhatunk neki, és emlékeztessük, hogy ne töltsse tovább, mint amennyi a pohárba fér. Ha a gyermek már megtanult önteni, és a mozdulatot abbahagyni, engedjük, hogy valós helyzetekben is gyakorolhassa a készséget.

Hagyjuk, hogy a gyermek részt vegyen a töltés egész folyamatában – attól kezdve, hogy az edényt kiveszi a hűtőszekrényből, a poharat leveszi a polcról, mindkettőt az asztalra helyezi, kitölti az italt, visszateszi a kancsót az asztalra, majd visszateszi a hűtőbe. Talán nagyon időigényesnek bizonyul, ha a gyermektől ezt mindig elvárjuk, valahányszor inni szeretne, de legalább egy olyan alkalmat kijelölhetünk a nap folyamán, amikor az ital kitöltése az ő feladata.

Egyéb készségeket is taníthatunk a gyermeknek, melyek az ételek előkészítéséhez hasznosak: megtaníthatjuk például az ételt késsel felvágni, a kenyeret megvajazni, a tésztát meggyúrni, süteményt formára kivágni vagy kiszúrni. A legtöbb gyermek nagyon szeret segídezni a főzésnél. Ilyenkor sok más egyéb készség gyakorlására is alkalom nyílik. Előtérbe kerülnek a kommunikációs készségek, utasítások végrehajtása, a finommozgás ügyességai gyakorlatai, és olyan szavak felismerése, mint „forró”, „hideg”, „vizes”, „száraz”, „kemény”, „puha”. Legalább ilyen fontos az is, hogy a gyermek érezze a sikert, tapasztalja meg azt, hogy mi mindenre képes már!

3. Öltözködés

Bevezető megjegyzések

Az önellátó készségeknek ezen a területén a szülők talán még gyakrabban mondják, hogy „gyorsabb és könnyebb, ha mindezt én csinálom meg”. Nincs ebben semmi különös, végül is így igaz! Sőt mi több, az öltözködés és a vetkőzés mindig a nap legsűrűbb időszakában történik, amikor mondjuk a nagyobb gyermeket kell elkísérni az iskolához, a kisebbnek valami más segítségre van szüksége. Ahhoz, hogy kellő türelemmel viseljük ezt az időszakot, a jövőre kell gondolnunk, amikor már nagyon jó lesz, amikor az akadályozott fejlődésű gyermek is egyedül tud majd öltözni, több idő jut más dolgokra. Az öltözködési készségek tanításának problémáira megoldást jelenthet, ha a szülő a napi rutinon változtat, és az öltözködést, illetve vetkőzést a kevésbé zsúfolt napszakokra időzíti.

A készségek közül többet is taníthatunk egy időben, megfigyelésük újra a szülő hatásköre. Amikor szülőként és/vagy szakemberként a készségeket külön-külön átolvassuk, ne felejtjük el, hogy csak általános útmutatót adunk. A gyermek ruhadarabjait természetesen az időjárás határozza meg, valamint az, hogy a családok milyen szabadidős tevékenységeket végeznek rendszeresen. Előfordulhat, hogy a gyermek számára fontosabb azt megtanulni, hogyan vegye fel a fürdőruháját, mint azt, hogy hogyan bújjon bele a pulóverébe. A felmérést és a tanítást azokkal a ruhadarabokkal végezzük, melyekre a gyermeknek éppen *szüksége van*. Az elvárás megfogalmazását, hogy a gyermek ebben „segítsen”, nem lehet elég korán kezdeni. Ilyenkor szavainkat kedves, segítő, irányító mozdulatok kísérik, s mindig legyen idő arra, hogy megvárjuk a gyermek talán késve érkező reakcióit.

Íme néhány általános elv az öltözködési készségek tanításával kapcsolatban, melyet érdemes megosztanunk a szülőkkel.

1. *Olyan ruhákat adjunk a gyermekekre, melyeket önállóan is könnyen fel és le tud venni.* A ruhadarabokat könnyebb fel- és levenni, ha kissé lazák. Egyes „komplikált” ruhadarabok, mint például az overallok, bizonyos mozdulatoknál problémát jelenthetnek, és akadályozhatják az önálló szobatisztaságot is. A könnyen fel- és levehető ruhák, általában kényelmesebb viseletek is. Ha a gyermek már könnyedén le- és felvesz egyszerű ruhadarabokat, akkor kereshetünk (vagy készíthetünk) olyanokat, melyek valamilyen szempontból tetszetős és érdekes kihívásokat rejtgetnek. Óvodásoknak készült ruhákra gyakran varrnak cipzárt, tépőzárát és nagy gombokat.

2. *Naponta legalább egy olyan öltözködési foglalkozást tervezünk, amikor nem sürget semmilyen más elfoglaltság.* A gyermek talán maradhat addig pizsamában, amíg nagyobb testvérei el nem indulnak az iskolába. Fürödhet esetleg napközben. Ha rendszeresen járnak úszni, ez is jó alkalom lehet a gyakorlásra.

3. *Gyakoroljuk az öltözködési készségeket játékidőben is.* A jelmezes ládában kitűnő eszközöket találunk a játékhoz, ami még érdekesebb, ha több gyermeket is bevonunk. Ilyenkor ők is

segíthetnek egymásnak, megteremtve az együttes játék lehetőségét. Nagyobb gyermekek „műsort” is kitalálhatnak, amit jelmezben előadhatnak. Nagy motiváció lehet az utánzás iránti igény. Közben a gyermekek azt is gyakorolhatják, hogy a ruhadarabokat megosszák egymás között, és hogy igényüket kifejezzék egymás számára. Gondoskodjunk róla, hogy legyen egy tükör olyan magasságban, amelyben a gyermek megvizsgálhatja öltöztetését. Biztassuk a gyermeket, hogy babáit is öltöztesse fel és vetkőztesse le. Könnyebb, ha eleinte saját kinőtt babaruháit adjuk oda neki, amelyek nagyobbak, és gyakran van rajtuk gomb vagy patent. Kaphatók olyan játékok, melyeken különböző gombok, cipzárok, csatok és patentok használatát lehet gyakorolni. Ez persze nem ugyanolyan, mintha a saját ruháján végezné ezt a gyermek, a szükséges finommozgás-készségeket azonban kitűnően lehet rajtuk gyakorolni. Varrhatunk is egy kitömött állatkát tele cipzárral, csattal, patenttal és cipőfűzővel. Bátran improvizálhatunk.

4. *Figyeljünk oda a finommozgás- és nagymozgás-készségekre, amelyeket a gyermek az öltözködéskor használ.* A kezűgyesség éppolyan fontos, mint az egyensúlyozás. Ha a gyermek nem halad az öltözködési készségek területén, fontoljuk meg, hogy nem igényel-e még több gyakorlást a finom- vagy a nagymozgás területein.

5. *Tanuljunk meg a háttérben maradni, és adjunk időt a gyermeknek, hogy saját tempójában végezze a tevékenységeket.* Tudassuk a gyermekkel, hogy arra várunk, ő következzen. Segítsünk neki, ha szüksége van rá, de kérjük, hogy előbb próbálja meg önállóan.

A jó ütemben fejlődő gyermek tempójából kiindulva lássuk a sorozat készségeit, és a kialakulásukhoz szükséges utat.

6 hónapostól

1. Öltöztetéskor kezét, lábát dugja.

12–15 hónaposig

2. Leveszi zokniját vagy sapkáját.

18 hónapostól 2 évesig

3. Sapkáját felveszi.
4. Leveszi a nadrágját.

2 évestől 3 évesig

5. Felveszi a zokniját, segítséggel.
6. Felveszi a cipőjét.
7. Felveszi a nadrágját.
8. Leveszi a trikóját vagy a pólóját.
9. Cipzárt lehúz.

3-tól 4 évesig

10. Pulóvert vagy pólót felvesz.
11. Ruhát vagy hosszúnadrágot felvesz.
12. Nagy gombokat kigombol.
13. Nagy gombokat begombol.
14. Teljesen levetkőzik.
15. Segítséggel teljesen felöltözik.
16. Patentot bekapcsol.

Mielőtt elkezdünk egy készséget tanítani, segítsük végig a gyermeket a kérdéses ruhadarab felvételének vagy levételének folyamatán. A gyermek mozdulatát egészítsük ki, de ne *végezzük el a dolgot helyette*. Ha a gyermek nem tud segítségünkkel végrehajtani egy feladatot (mert karjai túl rövidek, vagy nem tudja egyensúlyát megtartani), nem biztos, hogy a próbálkozást folytatni kell. Legyünk türelemmel! A szülő kipróbálhat más módszereket is a ruhadarab fel-, illetve levételére, mint amelyeneket mi javasolunk, míg meg nem találja gyermeke számára a legkönnyebb módszert, de semmilyen módszer nem lehet durva. Olyan sorrendbe állítottuk a lépéseket, amelyben szerintünk a legkönnyebben taníthatók.

Gyakran kiderül, hogy a tanítás *első* lépése az öltözködés folyamatában az *utolsó* lépés. A „Leveszi a nadrágját” próbában például a tanítás első lépése a nadrág áthúzása az egyik lábfejen – még akkor is, ha ez az a mozdulat, melyet a nadrág levételekor utoljára végzünk. Az utolsó lépés általában egyben a legkönnyebb lépés is, és ezzel a lépéssel biztosítja a szülő a gyermeknek azt a sikerélményt, hogy a feladatot már részben önállóan végezte.

Amíg a feladat első lépését tanítjuk, segítsünk a gyermeknek a folyamat többi lépésének elvégzésében. Amikor az első lépést elsajátította, a cél a második lépés lesz, és így tovább. A gyermek egyre többet el tud végezni önállóan a folyamatból, míg végül *valamennyi* lépést egyedül végre tudja majd hajtani.

Minden lépést bemutatással (ha lehetséges), egyértelmű utasításokkal, és szükség esetén fizikai segítségadással tanítsunk. Fokozatosan egyre kevesebbet segítsünk, míg a gyermek végül egyedül el tudja végezni az összes lépést.

3.1 Öltöztetéskor kezét, lábát dugja

Figyelje meg, hogy a gyermek együttműködően mozgatja-e végtagjait, miközben öltözteti vagy vetkőzteti. Úgy kérje a gyermek segítő mozdulatát, hogy közben érinti őt ott, ahol a mozdulatot várja. A készség kialakulnak tekinthető, ha a gyermek már rendszeresen kinyújtja vagy behajlítja karját vagy lábát úgy, hogy ezt a tevékenységet megkönnyítse.

Segítő megjegyzések

Amikor a csecsemő vagy kisgyermek trikóját, pólóját, pulóverét vagy ruháját leveszi, mondjuk rendszeresen: „Most felemelem a karod!” Majd idővel *várjunk*, hogy a gyermek érti-e, esetleg spontánul együttműködik-e (azaz már emeli a karját, mielőtt a szülő megszólalt volna). Ugyanígy tegyünk, amikor levesszük a gyermek rugdalózóját: kísérik mozdulatainkat beszéddel, majd valamivel később már várjuk el a gyermektől a segítő mozdulatot. Ha a gyermek már tud állni, tanítsuk meg neki, hogy először az egyik lábát emelje fel, majd a másikat, és így lépjen ki a lehúzott nadrágjából.

3.2. Leveszi zokniját vagy sapkáját

Figyelje meg, hogy a gyermek spontánul már levonná-e zokniját vagy sapkáját, s ha nem, kérje meg erre. Kezdetben csak egyféle segítő mozdulatot várhatunk el, ezért fontos a mozdulat előkészítése: a szülő a zoknit már áthúzza a gyermek sarkán, vagy a sapka madzagját már kikötötte. A készség kialakult, ha a gyermek egy utolsó mozdulattal lehúzza a zokniját vagy a sapkáját.

3.3. Sapkáját felveszi

Figyelje meg, hogy gyermeke felveszi-e önállóan a sapkáját, ha megkéri, vagy megpróbálja-e a mozdulatot. A készség kialakulóban van, ha a gyermek fejére teszi a sapkáját, de segíthetünk ráigazítani.

3.4. Leveszi a nadrágját

Mikor fürdéshez vagy lefekvéshez készülődnek, kérje meg gyermekét, hogy vegye le a nadrágját. Csak olyan nadrágot tud levenni, amelyik laza, derékban rugalmas, és nem kell kigombolni. A készség kialakult, ha a gyermek segítség nélkül leveszi a nadrágját.

Segítő megjegyzések

Javasolt feladat-végrehajtás (lépésről-lépésre nehezítjük a feladatot):

1. A gyermek a nadrágot egyik lábfejről lehúzza (ülve).
2. A nadrágot mindkét lábfejről lehúzza (ülve).
3. A nadrágot a térdéről lehúzza (ülve).
4. A nadrágot a felső combjáról lehúzza (állva).
5. A nadrágot a csípőjéről lehúzza (állva).
6. A nadrágot a derekáról lehúzza (állva).

Megjegyezzük, hogy az 5. és 6. lépés lényegesen nehezebb, ha a gyermek még pelenkát visel. Ebben az esetben buggyos, lazán rugalmas nadrág használatát javasoljuk.

3.5. Felveszi a zokniját, segítséggel

Adja oda gyermekének a zokniját, és kérje, hogy vegye fel. A zokni ne legyen nagyon szoros. Felvenni nehezebb, mint levenni. A készség akkor van kialakulóban, ha a gyermek úgy húzza fel a zoknit mindkét lábára, hogy a zokni ujjrésze és a sarka megfelelő irányban vannak. A szülő egy ideig még igazgathatja.

Segítő megjegyzések

Javasolt feladatfelbontás:

1. A gyermek felhúzza a zoknit a bokájáról.
2. Áthúzza a zoknit a sarkán, és felhúzza.
3. Felhúzza a zoknit, miután felgöngyölítve a lábujjaira húzták.
4. Hüvelykujjait behelyezve megfogja a felgöngyölített zoknit, és lábujjain átsúsztatja.
5. Hüvelykujjaival a zokni belsejébe nyúl, és tenyere felé felgöngyölíti a zoknit.
Gondoskodjunk róla, hogy a zokni sarka a lábfej hátsó részén legyen.
6. Kézbe veszi a zoknit, és úgy igazítja, hogy a zokni sarka lábfejének hátsó részén legyen.

3.6. *Felveszi a cipőjét*

Adja oda gyermekének mindkét cipőjét. Megmondhatja neki, hogy melyiket melyik lábára próbálja felhúzni. A készség kialakult, ha a gyermek segítség nélkül felveszi cipőjét. A bekötésnél a felnőtt még segíthet neki.

Segítő megjegyzések

A feladat végrehajtása a sportcipő vagy az utcai cipő felvételére vonatkozik. Ebben az esetben a feladat az elején a legkönnyebb, és fokozatosan egyre nehezedik, ezért a tanítás lépéseit a cselekvés természetes menetével megegyező sorrendben állítottuk össze. Ezt a készséget eleinte egy kicsit nagyobb cipővel gyakoroljuk, mint amekkora a gyermek lába.

1. A gyermek lábujjait a cipőbe helyezi.
2. Mindkét hüvelykujját beteszi a cipő nyílásának elején, és így megfogja a cipőt, miközben lábfejét befelé csúsztatja.
3. A cipő sarkát egy kézzel megfogja, és felhúzza a sarkára.

3.7. *Felveszi a nadrágját*

Amikor a gyermek már nem visel pelenkát, adjon rá laza alsónadrágot vagy rövidnadrágot. Felvenni nehezebb, mint levenni. A készség akkor alakult ki, ha a gyermek segítség nélkül felveszi a nadrágot.

Segítő megjegyzések

Az első feladat a cselekvés közepén kezdődik, mert a középső lépések könnyebbek a kezdő, illetve a befejező lépéseknél.

1. A gyermek felhúzza a nadrágot a térdekről a csípőre.
2. Felhúzza a nadrágot a bokájáról a csípőjére.
3. Ha egyik lábát segítenek berakni, a másik lábát behelyezi a nadrágba.
4. Ha segítenek megállapítani a nadrág elejét, mindkét lábát behelyezi.
5. Csípőjéről felhúzza a nadrág elejét a derekára.
6. Csípőjéről felhúzza a nadrág elejét, majd a hátát a derekára.

3.8. *Leveszi a trikóját vagy a pólóját*

Figyelje meg gyermekét, amikor leveszi a trikóját vagy a pólóját. A ruhadarab legyen kellően laza. A készség akkor alakult ki, ha a gyermek segítség nélkül le tudja venni trikóját vagy pólóját.

Segítő megjegyzések

Egy pólót sokféleképpen le lehet venni. Lássuk az egyik módot.

1. A gyermek a pólót áthúzza a fején.
2. Jobb kezével megfogja a póló bal oldalát, míg bal kezét kihúzza belőle.
3. Bal kezével megfogja a póló jobb oldalát, míg jobb kezét kihúzza belőle.
4. Felhúzza a póló alját hónalj magasságig.

3.9. Cipzárt lehúz

Amikor a gyermek cipzáros dzsekit visel, kérje meg arra, hogy a cipzárt ő húzza le. A készség akkor alakult ki, ha a gyermek a cipzárt lehúzza.

Segítő megjegyzések

Íme egy javasolt feladatfelbontás olyan cipzár használatához, melynek alsó vége merev, például egy kapucnis kabát elülső nyílásán.

1. A gyermek a cipzárt az aljáig lehúzza, ha segítenek neki a húzóka elhelyezésében.
2. Elhelyezi a húzókat, és lehúzza a cipzárt az aljáig.
3. Elhelyezi a húzókat, lehúzza a cipzárt az aljáig, és a végződésből kiveszi a cipzárt.

3.10. Pulóvert vagy pólót felvesz

Adjon oda vagy készítsen elő egy ruhadarabot úgy, hogy a gyermek számára egyértelmű legyen, mi a következő, tőle elvárt, önálló mozdulat. A készség kialakult, ha a gyermek a megfelelő módon átvessi vagy felveszi a ruhadarabot, s utána képes arra, hogy a fején áthúzza az ujjakba is beletaláljon.

Segítő megjegyzések

Először arra tanítsuk meg a gyermeket, hogyan tud felvenni egy laza pólót, majd arra, hogyan bújjon bele egy pulóverbe. A lépések mindkét esetben ugyanazok.

1. A gyermek lehúzza a pólót a mellkasáról a derekára, ha már segítettek a karjait belebújtatni.
2. Jobb kezével megfogja a póló bal oldalát, és bal karját átbújtatja a póló ujján, ha jobb karját már segítettek bebújtatni. (Balkezes gyermeknél ez fordítva van.)
3. Bal kezével megfogja a póló jobb oldalát, és jobb karját átbújtatja a póló ujján, ha segítettek a pólót a fején áthúzni. (Balkezes gyermeknél ez fordítva van.)
4. Áthúzza a pólót a fején, ha segítenek megkeresni az elejét.
5. Jóval később megállapítja a póló elejét, a jó irányba igazítja, és áthúzza a fején.

Ezen ruhadaraboknál kell megemlíteni az ing felvételét, ami az előzőeknél bonyolultabb, és a gyermektől is több figyelmet követel.

Ezt a feladatelemzést fiúing felvételéhez állítottuk össze, melyen a gombok az ing jobb oldalán találhatók. A lányoknak való blúzokon a gombok általában a másik oldalon helyezkednek el, a végrehajtási módot ilyenkor ennek megfelelően változtassuk.

1. Ha a felnőtt segít az inget a gombokkal ellátott oldalán a gallérjánál tartani, a gyermek jobb kezét bebújtatja az ing ujjába.
2. Megállapítja, melyik a gombos oldal, megfelelő helyzetbe hozza az inget, és jobb kezét bebújtatja az ing ujjába.
3. Karját az előbbi módon bebújtatja az ing ujjába, és gallérját felhúzza a vállára.
4. Ha jobb keze már az ingben van, átnyúl vele a bal vállán, és a gomblyukakkal ellátott oldalt előre hozza.
5. A gomblyukakkal ellátott oldalt jobb kezével tartja, és bal karját bebújtatja az ing ujjába.

3.11. Ruhát vagy hosszúnadrágot felvesz

Figyelje meg a gyermeket öltözködéskor. Minden fent említett ruhadarabot készítsen elő a leírt módon. A készség kialakult, ha a gyermek az illető darabot segítség nélkül felveszi. A felnőtt a gombokat, kapcsokat még segíthet neki bekapcsolni.

Segítő megjegyzések

A ruha felvételét ugyanúgy taníthatjuk, ahogyan a pulóver vagy az ing felvételét, a ruha szabásától függően. A hosszúnadrág felvételét ugyanúgy tanítjuk, ahogyan a rövidnadrág felvételét.

3.12. Nagy gombokat kigombol

Legyen a gyermeknek egy laza inge, három könnyen kigombolható gombbal, melyeknek átmérője 2 cm, vagy annál több. Lehet akár egy jelmez is. Miközben a gyermeket vetkőzteti vagy öltözteti, kérje meg, hogy gombolja ki a gombokat. A készség kialakult, ha a gyermek segítség nélkül kigombol több gombot. Ne úgy gombolja ki őket, hogy egyszerűen csak húzza az anyagot.

Segítő megjegyzések

Egészen nagy gombokkal kezdjük a tanítást, például egy jelmez gombjaival.

Ezt a feladatsort füüing felvételéhez állítottuk össze, melyen a gombok az ing jobb oldalán helyezkednek el. A cselekvéseket most abban a sorrendben mutatjuk be, melyben általában végezzük.

1. A gyermek bal kezével megfogja a gombot.
2. Miközben fogja a gombot, jobb kezével az anyagot jobbra húzza.
3. Jobb kézzel az anyagot a gomb fölé húzza.
4. Jobb kezével elengedi az anyagot, és az anyag alá nyúl, hogy megfogja a gombot.
5. Jobb kézzel kihúzza a gombot a lyukból.

3.13. Nagy gombokat begombol

Öltöztesse fel gyermekét az ingbe, és kérje meg, hogy gombolja be a gombokat. A gombok legyenek nagyok, a blúz vagy a kardigán anyaga legyen laza. A szülő a készséget kialakultnak tarthatja, ha a gyermek kis segítséggel begombol több gombot.

Segítő megjegyzések

Ezt a végrehajtási sort szintén fiúingek felvételéhez állítottuk össze.

1. A gyermek jobb kézzel megfogja a gombot, bal kezével pedig az ing gomblyukakkal ellátott oldalát.
2. A gombot a lyukba helyezi.
3. Bal kezével a gomb másik oldala felé nyúl, hogy megfogja.
4. Jobb kezével elengedi a gombot, és ugyanezzel a kezével megfogja az anyagot a gomblyuk mellett.
5. Két kezét egymástól eltávolítja, hogy a gombot átbújassa a lyukon.

3.14. Teljesen levetkőzik

Fürdés előtt kérje meg gyermekét, hogy vetkőzzön le. A csatoknál és kapsoknál segíthet neki, ennél többet azonban ne segítsen. A készség kialakult, ha a gyermek minden ruhadarabját egyedül, segítség nélkül leveszi, a kapsok kivételével.

Segítő megjegyzések

Valamennyi korábbi vetkőző készségnek ez a tetőpontja. Mondjuk a gyermeknek, hogy fejezze be a vetkőzést, majd távolodjunk el kissé, és foglaljuk el magunkat egyéb dolgokkal, csak a csatok, patentok kioldásában segítsünk neki. Eleinte csak azt kérjük a gyermektől, hogy az alsóneműjét vegye le, majd az alsóneműjét és egy felső ruházatát, végül valamennyi ruhadarabját.

3.15. Segítséggel teljesen felöltözik

Ébredés után adjon gyermekének egy laza alsónadrágot, egy trikót és felső ruházatot, és kérje meg, hogy vegye őket fel. A kapsoknál segíthet neki, és a sorrendet illetően szóban irányíthatja.

A készség kialakult, ha a fent említett segítséggel a gyermek önállóan felveszi az összes ruhadarabot.

Segítő megjegyzések

Valamennyi korábbi öltözködési készségnek ez a tetőpontja. Kérjük meg a gyermeket, hogy öltözzön fel, és foglaljuk el magunkat valami egyébbel, amíg a csatok, patentok

bekapcsolásánál szüksége nem lesz segítségre. Ha kell, szóban emlékeztethetjük, de csak azután, hogy bőven volt ideje a feladatot egyedül megoldani.

Ahhoz, hogy a gyermek egyedül felöltözzön, tudnia kell, melyik ruhadarabot kell először felvennie. Segíthetünk neki ebben, ha a ruhadarabokat abban a sorrendben terítjük az ágyra, amilyen sorrendben fel kell őket vennie. Eleinte csak arra kérjük, hogy két ruhadarabot vegyen fel önállóan, később már hármat, végül pedig minden ruhadarabjába egyedül bújjon bele.

3.16. Patentot bekapcsol

Legyen a gyermeknek olyan ruhadarabja, melynek elején legalább négy patent van. Adja rá gyermekére ezt a ruhadarabot, és kérje meg, hogy nyomja össze a patentokat. A készség kialakult, ha a gyermek bekapcsolja a patentokat.

Segítő megjegyzések

Kezdetben nagyon nagy patentokkal tanítsuk a gyermeket. Legelőször arra kérjük meg, hogy amikor már egymáshoz igazítottuk a patent két részét, a gyermek nyomja össze. Később tanulja meg összeilleszteni és összenyomni őket.

Az öltözködés készségeinek bővítése

Íme néhány öltözködéssel kapcsolatos készség a 4-5 évesek számára, melyeket megtaníthatunk, ha a gyermek már befejezte a sorozat készségeinek tanulását.

- Kis gombokat kigombol.
- Kis gombokat begombol.
- Övet becsatol.
- Nadrágon vagy farmeren patentot vagy kapcsot bekapcsol.
- Cipőfűzőn az első csomót megkötí.

4. Szobatisztaság

Bevezető megjegyzések

Minden szülő egyik legnagyobb gondja, hogy hogyan szoktassa gyermekét szobatisztaságra. Ép gyerek esetén társadalmunk nemigen tolerálja egy gyereknek a bepislést, bekakilást, amikor már kb. 2 éves, kivéve akkor, amikor ez egyértelműen betegség vagy baleset következménye. Még ilyenkor is nagyon tapintatosan kell a dolgot kezelni. Bizonyos fizikai állapotok, fejlődésbeli elmaradás, illetve fogyatékoságok a szobatisztaság szoktatását igen megnehezíthetik. Az ép gyermek sem válik el szívesen székletétől, vizeletétől, de amikor két, két és fél éves, s jó kapcsolatban van a nevelőivel, addigra általában enged az elvárásnak, s ott ürit, ahol a szülő ezt elvárja tőle. Az akadályozott fejlődésű gyermeket – még akkor is, ha súlyos fokban marad el, s nem tudatosan benne az elvárás – is *rá lehet szoktatni* a szobatisztaságra.

Azt javasoljuk, hogy a szülő és a fejlesztő szakember olvassa el az egész sorozatot, mielőtt a szoktatást megkezdénék. Mivel ez a készség a gyermek intim szféráját érinti, megfogalmazásaink újra a szülőre vonatkoznak, hiszen ő lesz mindvégig a folyamat irányítója. Fontos azonban, hogy mindezzel a gyermekkel kapcsolatban álló segítő szakember is tisztában legyen, hogy segíteni tudjon a konzultációk során, ha szükséges.

Tájékoztatásul felsoroljuk a sorozatban szereplő valamennyi készséget, ahogy ez egy jól fejlődő gyermeknél elvárható.

18 hónapostól 2 évesig

1. Rendszeres időközönként ürit székletet.
2. A nap folyamán rendszeresen jelez.

2 évestől 3 évesig

3. Szükségét jelzi, de későn.
4. Szükségét szóban is jelzi.
5. Nadrágját (még időben) segíti lehúzni a vécénél vagy bilinél.
6. Felnőtt irányítása mellett használja a bilit vagy a vécét.

3 évestől 4 évesig

7. Napközben szobatiszta, megbízhatóan jelzi szükségletét.
8. Kérésre megtörli magát.
9. Kérésre lehúzza a vécét.
10. Szoktatás után egyedül megy vécére, befejezéskor szól.

Megjegyezzük, hogy megbeszélés nélkül a gyermekek 4-5 éves korukban mennek ki a vécére, attól kezdve a nappali szobatisztaság a saját ügyüknek tekinthető.

Segítő megjegyzések

Mivel a szobatisztaság társadalmunkban alapvető követelmény, a legtöbb szülő aggodalommal várja, mikor és hogyan válik gyermeke szobatisztává. Nem bízunk abban, hogy ennek a készségnek is bizonyos érlelődés az alapja. A szorongást gyakran olyan szülőkön is látni, akiknek nincs különösebb okuk az aggodalomra, gyermekük jól fejlődik. Gyakran mondják ép és akadályozott fejlődésű gyermekek szüleinek egyaránt: „Ezt és ezt fogjuk tudni csinálni” vagy „Ebbe és ebbe az óvodába járhatunk, ha szobatiszták leszünk”. Nem csoda, hogy a szülők nyugtalanodnak!

Az aggodalom azonban a szobatisztaságra szoktatás *ellen* dolgozik, legalábbis akkor, ha ezt a gyermek tudomására is hozzák. Ha a gyermek tapasztalja, hogy egy véletlen szobatisztasági „baleset” felborítja az addigi egyensúlyt, nyugtalanná válhat, és hajlamosabb lesz a „balesetekre”, vagy akár igyekezhet a drámát tovább fokozni. A szülő elkerülheti, hogy gyermeke átvegye az ő aggodalmát, ha empátiával kezeli az ügyet, és azt érezteti gyermekével, hogy az ő oldalán áll, és *segíteni* akar neki, hogy megtanulja a vécét használni, hogy nem kényszeríteni akarja. Idővel a gyermek, mert szereti szüleit, örömet szeretne szerezni nekik, le akar majd mondani a pelenkába ürítés öröméről, szabadulni *akar* majd a pelenka viselésének kellemetlenségeitől. Ha értelmi állapota engedi, úgy akar viselkedni, mint mindenki más.

Ha a gyermek értelmi fejlődése akadályozott, ez a tudatosság hiányozni fog. Ekkor még fontosabb az, hogy óvatosan szoktassuk őt, hiszen nem érti meg, hogy ez a dolog miért olyan fontos nekünk. Ezeknek a személyes és pozitív okoknak sokkal nagyobb szerepet kell játszaniuk a szobatisztaságra szoktatásban, mint a társadalmi nyomásnak.

Íme néhány dolog, amit érdemes megjegyezni a szobatisztaságra szoktatással kapcsolatban.

1. Ha gond van a gyermek fejlődésével, általában több időt vesz igénybe, míg a szülő gyermekét szobatisztaságra szoktatja. Még a jól fejlődő gyermekeknel is előfordulnak „balesetek” 4-5 éves korukban.

2. A szülő akadályozott fejlődésű gyermekét nem szoktathatja ugyanúgy szobatisztaságra, mint bármelyik más gyermeket. Igaz, módszerünk nagyjából megegyezik az általános gyermekgondozási kézikönyvekben ajánlott módszerrel, és kiegészítésképpen kiadványunkhoz fel is használhatja ezeket a könyveket. A szülő bátran hagyatkozzon idősebb gyermekeivel szerzett tapasztalataira is, de ne felejtse el: az ép gyerekek, feltéve, hogy nem túl korán kezdték, a szoktatás kezdetétől értették, mit szeretnének a szülők elérni, a lassabban fejlődő gyermek csak szoktatás közben érti majd meg.

3. Egyszerre mindig apró lépéseken dolgozzon, és tartsa szem előtt célját.

4. Valahányszor új lépést kezd, határozza el, hogy megértéssel vagy örömmel reagál a balesetekre és a sikerekre, nem indulattal.

5. A szobatisztaságra szoktatásban benne rejlik, hogy gyermeke siker esetén nagyon jól fogja érezni magát, büszke lesz az eredményre, és arra, hogy irányítani tudja a testét. Ha a szülő ügyesen használja ki a lehetőségeket, a szobatisztaságra szoktatás élvezetes lehet mindkettőjüknek – legalábbis az idő nagy részében!

Lássuk a lépéseket, aprólékosan elemezve a tanítás minden mozzanatát:

4.1. Rendszeres időközönként ürít székletet

A szülő néhány napon át mindig jegyezze fel, mikor ürít gyermeke. Ha gyermeke naponta egyszer vagy kétszer ürít, nagyjából ugyanazokban az időpontokban, a készség jelen van. Meg kell említenünk, hogy a „kontrollált széklet” kifejezés nem jelenti a széklet *akaratlagos irányítását*.

Ez a helyzet nem érdem, hanem idegrendszeri érlelődés következménye. Itt nem alakítunk készséget, hanem a gyermeket figyeljük

4.2. A nap folyamán rendszeresen jelez

Több napig **figyelje** gyermekét. A készség kialakult, ha gyermeke alsónadrágja vagy pelenkája mindennap – a vizeletürítések között – viszonylag hosszú ideig (egy-két óráig) száraz, és amikor ürít, arckifejezésével jelzi is azt.

Hogyan tanítsunk?

Ezen a szinten a szülőnek általában támogatásra lehet szüksége. Ha nagynénje büszkén meséli, hogy az ő gyerekei 10 hónapos korukban már mind szobatiszták voltak, a szülő tanuljon bólogatni és mosolyogjon, de ne higgye el neki. Éppen hogy nagynénikéje szokott rá, hogy a bilit épp idejében dugja gyermeke popsija alá. Óriási különbség van a szükség *időzítése* – amikor a szülő kezdeményezi a bili használatát – és a szobatisztaságra *szoktatás* között, amikor viszont a gyermek tanulja meg, hogy aktívan vegyen részt a folyamatban.

Mikor kezdjék a szoktatást? Mára általánosan elfogadott, hogy a gyermek mindaddig nem készült fel az ürítés akaratlagos irányítására, amíg bélrendszeri ürítései viszonylag rendszeressé nem válnak, és amíg a vizeletürítések közötti időszakban teljesen száraz nem marad. Eddig a pontig ugyanis szervezete még nem elég érett arra, hogy a szobatisztaságra szoktatást érdemes legyen elkezdni. A rendszeres székletürítési tevékenység általában megelőzi a száraz időszakokat, melyek csak 18 hónapos kor körül válnak nyilvánvalóvá. A lányok általában kicsivel előbb járnak a hólyag kontrollálásában, mint a fiúk.

Segítő megjegyzések

Ha egy gyermek második születésnapja közeleg, és széklete még mindig nagyon rendszertelen, a szülő ne essen kétségbe. Az ő gyermeke lassan érlelődik, adjon neki időt. Ez ugyanúgy vonatkozik a szobatisztaságra szoktatás bármely szakaszában előforduló nagyobb lemaradásra.

Amikor a gyermek már rendszeresen ürít, és vannak száraz periódusai, még akkor is előfordul, hogy nem veszi észre, amikor ürít. A szobatisztaságra szoktatás kicsit ugyan még odébb van, de három dolgot már megtehet, hogy segítsen neki.

1. *Hagyja, hogy mindennap egy kis időt pelenka nélkül töltsön.* Így gyermekének lehetősége nyílik, hogy *lássa*, hogy működik a teste. Hívja fel a figyelmét: „Nézd, pisilsz!”

2. *Kezdd el következetes szavakat használni az ürítésre.* Mindegy, hogy milyen szó mellett dönt, ha gyermeke könnyen felismeri, és ki is tudja mondani. Ebben a részben „pisi”-ről és „kaki”-ről szólunk, de más elnevezések is használatosak.

3. *Ismertesse meg gyermekével a bilijét.* Olyan bilit válasszon, mely jól megtámasztja a gyermeket, és biztonságosan ülhet rajta. Lábával érje el a talajt, és a bili akkor se boruljon fel, amikor leszáll róla. Először elég, ha a gyermek csak néhány másodpercig ül a bilin. Akkor ültesse rá, amikor levette róla a pelenkát, és miközben az új, tiszta pelenkát előkészíti. Fokozatosan egyre hosszabb ideig hagyja őt rajta, de legfeljebb két-három percet töltsön a bilin. Ha a gyermek véletlenül a bilibe ürít, mutassa meg neki a szülő, és lelkesedéssel dicsérje meg. Ha nem ürít a bilibe, dicsérje meg azért, hogy a bilin maradt, de ne mondjon semmi többet. Ne tegyen neki szemrehányást azért, mert a pelenkába pisilt vagy kakilt.

4.3. Szükségét jelzi, de későn

Figyelje meg gyermekét több napon keresztül. A készség kialakult, ha úgy látja, hogy gyermeke észleli és visszatartja szükségét, vagy a bilire ül, vagy valamilyen más módon jelzi szükségét. Akkor is kialakultnak tartjuk a készséget, ha a gyerek jelzi szükségletét, de túl későn ahhoz, hogy azt a megfelelő helyen végezze.

Hogyan tanítsunk?

Elérkezik az idő, amikor a szülő gyermeke mozdulataiból vagy arckifejezéséből látja, hogy éppen ürít, vagy arra készülődik. Még nem tudatosan jelez, ezen a szinten az a lényeg, hogy már *tudatában van* annak, hogy mi történik ilyenkor vele. Ekkor kell elkezdenni a rendszeres vécé- vagy bilihasználat *időzítését*. A bili használatának időzítése azt jelenti, hogy most már csak akkor ülteti a gyermeket a bilire, amikor a legnagyobb valószínűséggel vizeletet vagy székletet fog üríteni. Ennek két indoka van. Először is, gyermeke megtanulja, hogy a nap folyamán rendszeres időközönként valamiért rá szokott ülni a bilire. Másodszor, így megvan annak az esélye, hogy többször is sikerélményben részesül a gyermek – még ha önkéntelenül is –, és alkalma van megdicsérni őt. Meg fogja tanulni, hogy nagyon jó dolog történik, ha a bilibe ürít, és ha képes rá, egy idő után aktívan próbálja majd ezt előidézni. Az ürítés most már nem kötődik feltétlenül a tisztába tévesi műveletekhez.

Segítő megjegyzések

Ahhoz, hogy a szülő megtalálja a legjobb időpontot, amikor gyermekét a siker reményében a bilire ültetheti, körülbelül egy héten keresztül **figyelje meg**, mikor ürít. Ebből talán egy nyilvánvaló ürítési rendszer ki fog derülni. Vesse össze az étkezésekkel is, hiszen előfordulhat, hogy az étkezések és az ürítések között megtalálja az összefüggést.

A megfigyelés segítségével állapítsa meg tehát, mely időpontok a legalkalmasabbak arra, hogy gyermekét a bilire ültesse. Ha lehet, kösse össze ezeket az eseményeket valamilyen más rutin tevékenységgel. Amikor a gyermek lelkes közreműködése egyszer csak átfordul a bili elutasításába, szüneteltesse a szoktatást egy kis ideig.

4.4. Szükségét szóban is jelzi

Több napon keresztül **figyelje** gyermekét. A készség kialakult, ha gyermeke egy-egy általa ismert szóval – „bili”, „pisi” vagy „kakis” stb. – jelzi szükségét. Ha gyermeke még nem tud beszélni, azonban következetesen használt gesztus segítségével hangadás útján is tudatja szükségét, és próbálja a balesetet megelőzni, a készséget akkor is kialakulnak tekintjük, ha nem sikerül.

Hogyan tanítsunk?

Amikor a gyermek tevékenysége közben hirtelen visszafogott lesz vagy grimaszol, valahányszor ürít, azt mutatja, hogy tudatában lehet annak, hogy valami történik vele, őbenne. Amikor azonban ezt kezdi mondani is valakinek (pl. azt mondja, hogy „pisi”), azzal azt mutatja, hogy tudja, valamit kell vele csinálni. Kezdi úgy észlelni ezt az élményt, mint egy folyamatot, melyben aktívan részt vehet. Eleinte a gyermek valószínűleg későn szól ahhoz, hogy legyen idő őt a bilire ültetni. De ha így is van, akkor is óriási lépést tett előre.

Ha a gyermek már megtanult beszélni, a „pisi”, „kaki” vagy egyéb, a szülő által megtanított szavakkal szólhat szükségéről. Ha még nem tud beszélni, esetleg csak szülője ruháját ráncigálja, miközben ácsorog, vagy odahozza a bilit, vagy egyszerűen esdeklő tekintettel néz anyjára, ebből pedig az anya tudhatja, miről van szó.

Amikor a gyermek kezd rendszeresen szólni, szülője ültesse őt a bilire minden alkalommal, amikor szól, még akkor is, ha már túl késő. Meg kell tanulnia, hogy ez a következménye, ha szól. Ha már ürített, csak rövid időre ültesse rá a bilire, mialatt előkészíti a tiszta ruháját, és köszönje meg, hogy szólt. Ha a bilibe ürít, hagyja, hogy *nagyon* meg legyen elégedve magával. Ez nem lesz nehéz, ugyanis a szülő is nagyon meg lesz elégedve vele!

Sok gyermek rájön, hogy ha azt mondja „pisi”, akkor anya vagy apa minden esetben futva siet hozzá. Ezzel egy kicsit vissza is élhet. E bűvös szó kimondása pl. az egyik legjobb módszer a lefekvés késleltetésére. Mégis, amikor csak lehet (a józan ész határain belül), higgyen neki, és *vigye* ki gyermekét, ha szól, különösen a kezdeti időszakban. Lehet, hogy gyermeke csak újonnan felfedezett hatalmát gyakorolja, de végül is a szobatisztaságra szoktatás éppen egy olyan terület, ahol a szülő azt szeretné elérni, hogy gyermeke uralja testét, kezdeményezzen, és szóljon, mi a teendő.

Továbbra is előfordulnak majd véletlen „balesetek”, legalábbis egy ideig. A szülő ne csapjon nagy hűhót körülötte. Ha továbbra is gyakoriak a balesetek, talán valamivel sürűbben ültesse a gyereket a bilire, de vigyázzon, ne váltsa ki a dácát.

Segítő megjegyzések

Ha a gyermek ürítése már kialakult rendszer szerint történik, azonban mégsem kezdeményezi magától a bili használatát, a szülő próbálja meg kissé késleltetni a menetrendszerű bilizéseket. Csináljon úgy, mint aki megfedkezett arról, mi következik: „Lássuk csak, befejeztük a reggelit. Mit is csinálunk most?”

Eltelhet egy kis idő, míg a gyermek tolerálni tudja a hosszú késleltetést aközött, hogy érzi a szükségét, és hogy ürít, ezért érdemes olyan ruhát adni rá, melyet gyorsan le lehet róla kapni. A melegítő nadrág ideális ilyen helyzetben, feltéve, hogy az idő megfelelő hozzá.

Amellett, hogy könnyen le lehet húzni, más előnye is van. A baleset tartalmának nagy részét megtartja, és nyirkos, csípős csomag képződik a gyermek combjai között, ha átázik. Ebben a tekintetben hasznosabb, mint ha nincs rajta semmi; meztelen popsival ugyanis a gyermek vígan odébb sétálhat, otthagya a következményeket.

4.5. Nadrágját (még időben) segíti lehúzni a vécénél vagy bilinél

Kérje meg gyermekét, hogy húzza le a nadrágját, amikor a bilire vagy a vécére készül ülni. A készség kialakult, ha gyermeke kis segítséggel lehúzza nadrágját, mielőtt bilire vagy vécére ül.

Hogyan tanítsunk?

Ha a gyermek legalább egy rövid ideig vissza tudja tartani szükségét, vagy a kellő időpontot megelőzve érkezik a bilihez, megtanulhatja, hogy egyedül üljön rá és szálljon le róla. Ebbe beletartozik a nadrág lehúzása is. Ennek a lépésnek a megtanításáról máshol is szólunk. Most nem annyira azzal foglalkozunk, hogy a gyermek *képes legyen* lehúzni nadrágját, hanem hogy *felismerje* ennek a cselekvésnek a szükségességét. A szülő kezdetben utasítsa erre, majd tartson szünetet, hogy lássa, magától is megteszi-e ezt a lépést. Sok gyermek már az elején leveszi a nadrágját, a bokája körül gyűrődő nadrággal azonban nehézkes fel- és leszállni a biliről vagy a vécéről. Bőven lesz még ideje megtanulni azt az idő megtakarító módszert, hogy a nadrágot elég csak félig lehúzni.

Segítő megjegyzések

Ha a gyermek már nem hord pelenkát, akkor szembe kell nézni azzal a problémával, mi történik a szobatisztaság szempontjából idegen (nyilvános) helyeken. Érdemes a gyermeket a felnőtt méretű vécé használatára szoktatni. Gyerekülőkével a gyermek nagyobb biztonságban érzi magát, és a szülő ezt egy bevásárló táskában mindig, mindenhová magával viheti. Otthon egy sámlis segítséggel a gyermek könnyebben ül fel a vécére, és száll le róla.

Ha a gyermek fiú, meg kell tanítania állva pisilni. Ennek viszonylag kisebb ugyan a jelentősége, hiszen széklet ürítéséhez úgyis meg kell tanulnia a vécére ülni, és nincs sok értelme egy külön módszert megtanítani, amíg a vécé használata egészen jól nem megy. Amikor elérkezik az ideje, apja vagy egy idősebb fiútestvér megmutathatja, mit kell ilyenkor tenni.

4.6. Felnőtt irányítása mellett használja a bilít vagy a vécét

Amikor a gyermek szükségletét jelzi, mondja neki, hogy menjen vécére. Mehet is vele, de hagyja, hogy legyen lehetősége minden lépést egyedül végezni. A készség kialakult, ha gyermeke lehúzza nadrágját, ráül a vécére vagy a bilire, majd leszáll róla, minden segítség nélkül. A törlésnél, a vécé leöblítésénél, valamint a ruha patentjainak bekapcsolásában segíthet neki.

Hogyan tanítsunk?

A szülő idővel egyre kevesebbet segítsen gyermekének, amikor vécére megy. Ha már egyedül le tudja húzni nadrágját, mondja neki, hogy húzza is fel. Ha nem tud egyedül ráülni a vécére és leszállni róla, gondolkodjon, milyen segédeszközt tudna alkalmazni – szélesebb sámlit, vagy talán egy kapaszkodót, melynek segítségével a gyermek biztosabban ül fel és száll le a vécéről. Az a cél, hogy apránként egyre kisebb legyen az igénye a segítségére, és minden alkalommal egyre büszkébb legyen magára.

4.7. Napközben szobatiszta, megbízhatóan jelzi szükségletét

Figyelje meg gyermekét. A készség kialakult, ha a gyermek, szükséglete szerint – néhány kivételtől eltekintve – rendszeresen jelez, napközben száraz marad, így pelenka használata már nem szükséges.

Hogyan tanítsunk?

Ehhez a készséghez kapcsolható, hogy a gyermek az éjszaka folyamán gyakran száraz marad. Óriási eltérések mutatkoznak abban, hogy ez a gyermekeknél milyen korban alakul ki. A legtöbb gyermek 4 éves korára megtanulja ezt, de sokan csak két-három év múlva. Az éjszakai vizeletürítés nagyban függ a fizikai érettségtől – a hólyagnak elég erősnek kell lennie ahhoz, hogy reggelig megtartsa a vizeletet.

Segítő megjegyzések

Íme néhány dolog az éjszakai vizeletürítéssel kapcsolatban; a szülőnek mit szabad, és mit nem szabad tennie:

- A szülő ne korlátozza gyermeke esti folyadékbevitelét. Ezzel csak súlyosbíthatja a problémát. Vannak azonban olyan italok, melyek lassabban választódnak ki (pl. a tej), ezeket érdemes kipróbálni.
- Ne vigye ki gyermekét a vécére, hacsak nem eléggé éber ahhoz, hogy tudja, mi történik. Máskülönben csak arra biztassa, hogy álmában pisiljen.
- Ne szidja meg, ha bepisilt az ágyba vagy a pelenkába, frusztrációit ne vigye át gyermekére is. Ha aggódik, a gyermek még nehezebben fog megszokni erről.
- Állapítsa meg, *mikor* pisil be. Ha a szülő hagyja, hogy még egy pisilésig ébren maradjon éjszaka, vagy ha ébredés után azonnal a vécére viszi, az talán száraz éjszakát eredményez.
- Ha már rendszeresen száraz marad éjjel, ne adjon rá többé pelenkát. A pelenka csak arra készíti a gyermeket, hogy pisiljen éjszaka, és kerülje a vécét.
- Biztassa a szülő a gyermekét, hogy ébressze fel, ha éjjel úgy érzi, ki kell mennie a vécére.
- Ha a gyermek már nem visel éjszaka pelenkát, vigyen bilit a szobájába, és hagyjon égve egy kislámpát. Készüljön rá, hogy eleinte, míg meg nem tanulja egyedül használni, segítenie kell.

Ha a gyermek több mint egy éve már száraz marad nappal, az éjszakai bepisilések miatt viszont aggódik a szülő, akkor se a gyermekével ossza meg aggodalmát. Kétségtelen, hogy

frusztráló dolog a fél reggelt azzal tölteni, hogy az átázott ágat rendbe rakja, különösen, ha netán még fiatalabb gyermeke is van, aki szintén bepisil. Az éjszakai vizeletürítés azonban **többszörre nem szándékos**. Nagyon valószínű, hogy gyermeke nem tehet róla, és nagyon felkavarhatja az a tudat, hogy haragszik rá olyan „balesetek” miatt, melyekre nem is emlékszik. Védje meg a gyermek ágát attól, hogy átázzon.

4.8. Kérésre megtörli magát

Kérje gyermekét, hogy székletürítés után törölje meg magát. Ha nem éri el a papírt, adja oda neki. A készség kialakult, ha a gyermek segítőkész, kérésre tisztára törli magát.

Segítő megjegyzések

Az éjszakával kapcsolatban nehezebb haladást elérni, nappal azonban a szülő tovább fejlesztheti gyermeke önálló vécéhasználatát. Megtanulhatja például, hogy ürítés után törölje meg a popsiját. Ezt akkor érdemes elkezdni megtanítani, amikor a gyermek már megtanulta egyéb, jobban látható testrészeit megmosni. Nem könnyű a gyermeknek egyensúlyban maradni, mialatt a popsiját törli, ezért a szülő először azt tanítsa meg neki, hogyan kapaszkodjon, és melyik irányba dőljön. Ne felejtse, hogy a kislányoknak azt kell megtanítani, hogy előről hátrafelé töröljék popsijukat. A szülő mondja gyermekének, hogy minden törlés után nézze meg a papírt, és kérdezze meg tőle, „Tiszta már?”. A gyermek ezzel tudni fogja, hogy mi a cél. Ha segítenie kell, hagyja, hogy az utolsó törlést mindig ő végezze, így végül megdicsérheti: „Most már tiszta. Úgyesen kitörölted!”

4.9. Kérésre lehúzza a vécét

Olyan vécé legyen, amelyen elérhető gomb vagy lánc segítségével lehet öblíteni. Kérje meg a gyermekét, hogy húzza meg a láncot, vagy nyomja le a gombot. A készség kialakult, ha a gyermek kérésre, talán kis segítséggel elvégzi a megfelelő mozdulatot, leöblíti a vécét.

Hogyan tanítsunk?

A szülő akkor kezdje el gyermekét az öblítésre tanítani, mikor úgy látja, hogy testileg már alkalmas a tevékenység elvégzésére. Addig csak mindig mondja, amit csinál, hogy a rutint megtanulja. Ha a gyermek motivált arra, hogy segítsen, de még gyenge önállóan elvégezni a feladatot, húzzák le a vécét közös mozdulattal.

4.10. Szoktatás után egyedül megy vécére, befejezéskor szól

Ismerős környezetben mondja gyermekének, hogy ha kell, menjen ki vécére. Néhány másodperccel később utána mehet, hogy segítse a törlésben és az öblítésben, de ne azonnal.

A készség kialakult, ha a gyermek egyedül megtalálja a vécét, lehúzza nadrágját, felül vagy leül, használja a bilit vagy a vécét, és leszáll róla, mindezt segítség nélkül. A szülő kérheti arra,

hogyan törölje meg magát, és hogyan öblítse le a vécét, de elég egy kis segítséggel ezeket a tevékenységeket végrehajtania.

Segítő megjegyzések

A szülő most már kezheti megkérni gyermekét, hogy egyedül menjen ki a vécére. Ha a gyermek nem akar anyja vagy apja nélkül kimenni, menjen vele az ajtóig, és mondja, hogy „te vécére mész, mialatt én ezt és ezt csinálom”. Pár pillanat múlva csatlakozzon hozzá. A szülő minden alkalommal kérje gyermekét, hogy egy kicsit messzebből menjen, míg végül a lakás bármely pontjáról kimegy a vécére. Még ilyenkor is utána mehet, hogy meggyőződjön róla, rendesen kitörölte-e a popsiját és lehúzta-e a vécét, de idővel már kezdje elhagyni az utasításokat, és csak általános emlékeztetőket használjon, például: „Mi következik ezután?”, végül pedig már ne is emlékeztesse. Eljön majd az a nap is, amikor egyedül ki tud menni a vécére, elvégzi szükségét, és visszamegy játszani, segítség vagy tanácsok nélkül. Ez óriási teljesítmény lesz, mindenkitől!

5. Tisztálkodás

Bevezető megjegyzések

A legtöbb gyermek életének ötödik évében már segítség nélkül kezdi magára vállalni a tisztálkodás gondját. Addig viszont felügyelet szükséges ehhez a tevékenységhez – nemcsak a biztonság és a megfelelő minőség érdekében, hanem azért is, mert a totyogók és a fiatal óvodások általában kicsik ahhoz, hogy a tisztálkodáshoz szükséges felszereléseket elérjék. A lakás valamennyi szobája közül a fürdőszoba az, amelyet kifejezetten a felnőttek szükségleteihez alakítanak ki, a tükrök, a csapok, a polc, ahol a fogkefét tartjuk, mind magasabban vannak, semhogy a gyermek elérje őket.

Akár gyorsan fejlődik a gyermek, akár lassabban, életében az első négy év alapvető fontosságú a tisztálkodási szokások kialakításában. Bár szülői segítség minden esetben szükséges, a gyermek mégis *meg tudja tanulni*, hogyan gondoskodhat saját tisztaságáról. Amikor jól fejlődik, megtanulja megítélni, *mikor* szükséges mosakodnia, és hogyan illeszthető ez a tevékenység a többi napi teendő közé. A lassabban fejlődő gyermeknél ez valamivel később nyer értelmet. Az első években a gyermek megtanulja az alapkészségeket, amelyekre szüksége lesz ahhoz, hogy később önállóan tudjon tisztálkodni.

A szülő segíthet gyermekének kis átalakításokkal, ha körülnéz a fürdőszobában, az ő szemmagasságában. Egy kis szék vagy sámlí segít, hogy elérje a mosdót. Rögzíthet egy szappantartót a kád széléhez, hogy gyermekének ne kelljen messzire nyúlnia, és azt kockáztatnia, hogy leesik. Itt folyékony szappant is elhelyezhetünk, aminek a használatát könnyen elsajátítják a gyermekek, és nem csúszkál a kezükben. Talán az is megoldható, hogy saját kis polca legyen (alacsonyan, hogy elérje), ahol fogkefét tartja. A legfontosabb, hogy egy tükröt szereljen fel olyan magasságba, hogy gyermeke is használni tudja. Elég, ha az egyik csempére ragaszt egy kisméretű tükröt. Gyermeke ebben *megfigyelheti* a különbséget a maszatos és a tiszta arca között, *megnézheti*, amint fogai tisztán csillognak, és *megnézheti*, mi történik, amikor folyik az orra. Ennek gyakorlati értéke nyilvánvaló; ezen túl azonban a gyermek a tükrő segítségével formálhatja saját magáról alkotott képét – hogy néz ki, hogyan változtathat külsején, hogyan *szeret* kinézni. Ha a tisztálkodás készségeivel azt éreztetjük a gyermekkel, hogy különleges lényéről gondoskodunk, és nem értelmetlen és kényszerből végzett megszokást erőltetünk rá, hajlandó lesz megtanulni ezeket a tevékenységeket.

A totyogók esetében a túlzott kényesség a tisztálkodással kapcsolatban szinte ki van zárva, hiszen a gyerekek általában különösen kedvelik azokat a játékokat, amelyek során bepizskolódnak. Nincs semmilyen probléma ezzel, miért ne élvezné a gyermek a helyzetet, amikor maszatos lesz, hiszen ez általában kellemes tevékenység, festés vagy a kertben ásás eredménye vagy következménye.

A gyermek megtanulja tehát, hogy a piszok nem rosszaság, mégis rendszeresen tisztálkodunk kell. Megismeri az ezzel kapcsolatos helyzeteket. Nem mindig mossuk meg azonnal a kezünket, de vécehasználat vagy utazás után feltétlenül, étkezések előtt és után, és este, mielőtt belebújunk a pizsamába.

Bár a totyogókról az az általános kép, hogy tetőtől talpig piszkosak, vannak kisgyermek, akik kezdetől nem szeretik, ha piszkosak. A legtöbb gyermeknél átmenetileg jelentkezik ez a viselkedés. Ilyenkor az ujjal kenhető festéket, homokot, ragasztót meg sem érintik. A gyereket ilyenkor óvatosan lehet biztatni, hogy próbálja ki ezeket a tevékenységeket, hiszen tisztaságáról gondoskodnak a felnőttek, és a maszatos ujjakon könnyedén lehet segíteni.

Lássuk a sorozatban szereplő készségeket, az időpontok a jól fejlődő gyermekre vonatkoznak:

2-től 3 évesig

1. Karját és lábát megmossa.
2. Segítséggel megmossa és megtörli kezét.
3. Felnőtt segítségével használja a fogkefét.

3-tól 4 évesig

4. Szóbeli irányítás mellett fogat mos.
5. Figyelmeztetés nélkül megtörli az orrát.
6. Segítség nélkül mos arcot és kezét.

Megjegyezzük, hogy a szülő a készségeket előkészítő lépéseket már jóval korábban elkezdheti tanítani, még mielőtt a készségek elsajátítása elvárható volna. Ez nem csak az ép gyerekre vonatkozik. Javasoljuk, hogy a szülő az elvárások megfogalmazása, a tanítás megkezdése előtt olvassa el az egész sorozatot, hogy tudja, mik a távlati célok.

Lássuk a feladatokat részletesebben, és a hozzájuk kapcsolódó tanítási javaslatokat.

5.1. Karját és lábát megmossa

A kád a legalkalmasabb hely, ahol a szülők a tisztálkodást elkezdhetik tanítani. Minden kéznél van, ami szükséges, és igazán mulatságos egy kis szappanhabot tenni a nedves bőrre. Kiindulási pont a gyermek karja és lába legyen, ezeket a gyermek könnyen eléri, és látja, hogy mi történik velük.

A szülő kérje meg gyermekét, mossa meg a karját és a lábát a kádban. Szóban emlékeztetheti, például: „Keresd meg a törölközőt!” vagy „Dörzsöld meg a lábad hátsó részét!” vagy „Látod azt a maszatot a karodon?”

A készség kialakult, ha a gyermek karjának és lábának első és hátsó részét megmossa, kizárólag szóbeli utasításra.

Hogyan tanítsunk?

Bemutatással, egyértelmű utasításokkal, és ha szükséges, fizikai segítségadással.

A szülő eleinte megmossa a gyermeke egyik karját, miközben cselekvését szavakkal kíséri, és kérheti, hogy ő mossa meg a másik karját. A szülő kezdetben adja oda a szappant és/vagy a törölközőt, de amikor a gyermek már tudja, mi következik, biztassa, hogy maga keresse meg a szükséges eszközöket.

Amikor a gyermek már meg tudja mosni a karját és a lábát, tanítsa meg neki, hogy mossa meg a hasát, kezét, lábfejét, popsiját és így tovább.

5.2. Segítséggel megmossa és megtörli a kezét

Most a *mosdókagylónál* történő kézmosással és kéztörléssel foglalkozunk. Amíg a gyermek nagyon kicsi, valószínűleg bárhol is vannak, megtörli a kezét egy törölközővel. Amikor már gyakorlatilag megoldható, kezdje el kivinni őt a fürdőszobába (vagy abba a helyiségbe, ahol ezt egyedül meg tudja tenni), ha meg kell mosni a kezét.

A szülő úgy segítsen gyermekének, hogy odaadja neki azokat az eszközöket, amelyek a kézmosáshoz szükségesek, és megnyitja neki a csapot. A tényleges kézmosást és kéztörlést hagyja, hogy egyedül végezze.

A készség kialakult, ha a gyermek tisztára mossa, és alaposan megtörli a kezét, nem több segítséggel, mint amit fentebb írtunk. Olyan tisztára mossa a kezét, hogy ne legyen szükség arra, hogy a szülő „fejezze be” a kézmosást.

Segítő megjegyzések

Bemutatással, egyértelmű utasításokkal, és ha szükséges, fizikai segítségadással tanítsunk. Ha a gyermek keze szemmel láthatóan piszkos, a felnőtt ezt mutassa meg neki, mielőtt kezét mos. Az eredményt a kézmosás után is vizsgálja meg.

Mindig meghatározott sorrendben végezzék a tevékenységet, például:

1. Nyissa meg a csapot. Ha a felnőtt nyitja meg, mindig mondja, amit csinál.
2. Vegye kézbe a szappant.
3. Nedvesítse meg a szappant és a kezét.
4. Dörzsölje meg a szappant.
5. Tegye le a szappant.
6. Dörzsölje egymáshoz a két kezét.
7. Öblítse le a kezét.
8. Zárja el a csapot.
9. Vegye kézbe a törölközőt.
10. Törölje szárazra a kezét.
11. Tegye vissza a törölközőt (vagy adja vissza a szülőnek, másik felnőttnek).

Még mielőtt képes lenne a gyermek valamennyi lépést egyedül végezni, a felnőtt sorolja el ezeket minden alkalommal. Így könnyebben válik megszokássá, és jobban fogja tudni, mi következik.

5.3. Felnőtt segítségével használja a fogkefét

Amikor egy gyermek fogai kibújnak, természetes hogy a szülő fogja megmosni őket. A szülő könnyebben szoktathatja azonban gyermekét önálló fogmosásra, ha mindjárt a kezdetektől egy meghatározott rutint követ. Jó, ha a gyermek látja testvéreit és szüleit fogat mosni, így tudni fogja, hogy mi következik, amikor valaki más mossa meg a saját fogát, és mire számíthat, amikor ő mossa meg a fogát.

Amikor a gyermek a műveletet már megszokta, a szülő kérje meg gyermekét, hogy ő maga mossa meg a fogát. Nyomhatja is a fogkrémet a fogkeféjére. Minden lépést szóban kérjen.

A készség kialakult, ha a gyermek a fent említetteken kívül egyéb fizikai segítség nélkül, pusztán szóbeli utasításra megmossa a fogát. A megfelelő mozdulattal kell fogát mosnia, beleértve a felső, az alsó és az elülső fogakat is.

Segítő megjegyzések

Amilyen korán csak lehetséges, a szülő kezdje el gyermekét arra szoktatni, hogy a segítségével ugyan, de a fogát mossák. Mindennap ugyanazt a rutint kövessék, a szülő minden egyes lépésnél egyszerű szavakkal mondja el, hogy mi történik, ezek lesznek ugyanis később az elvárások. Engedje, hogy gyermeke keze kapcsolatba kerüljön a fogkefével, és az ő kezét tartva irányítsa a mozgást. Továbbra is adjon egyértelmű utasításokat, de a fizikai segítséget fokozatosan hagyja el. Minden foglalkozás végén nézzenek a tükörbe, hogy a gyermek büszkén megcsodálhassa csillogóan fehér fogait.

Előfordul, hogy a gyermekben undor alakul ki a fogmosással szemben. Ennek mindig oka van, de nem mindig derül ki, hogy mi váltotta ki ellenérzését. Ha ez a helyzet fennáll, ki kell deríteni, hogy mi váltotta ki a félelmet. Elképzelhető, hogy a gyermek kiszolgáltatottságot élt meg, miközben szülője az ő szájába „turkált”, lehet hogy a szülő nem volt elég tapintatos, nem volt türelmes. Külön fogkefetartót szereljen fel a szülő a fürdőszobában olyan magasságban, hogy gyermeke elérje, és olyan fogkrémet adjon hozzá, amelyet a gyerek szeret. Állítson be egy konyhai jelzőórát vagy homokórát, és mondja gyermekének, hogy addig mossa a fogát, amíg csipogni nem kezd az óra. Eleinte csak egy-két másodpercre állítsa az órát, és fokozatosan növelje az időt, míg el nem éri a megfelelő időtartamot. (Egyik ismerős családban egy speciális magnókazetta segítségével szoktatták a gyermekeket a fogmosásra: a kazettát a zenész nagypapa készítette, és a fogmosáshoz szükséges utasítások mellett megfelelő zene szólt: magas hangok szóltak a felső fogsor tisztítása alatt, mélyebbek az alsó fogsornál, és körkörös zene festette alá az első fogak tisztítását. Ez a módszer a lassan fejlődő gyermek idősebb testvéreinél is nagyon hatásosnak bizonyult!)

Nem árt, ha a szülő újra megmossa gyermeke fogát, hogy biztosan ne rakódjon le rajta lepedék. Ez elsősorban lefekvés előtt fontos. A szülő minden nap ugyanazt a rendszerességet kövesse; a gyermek szokja meg például, hogy „Reggel te mosod meg a fogad, este pedig ketten felváltva mossuk meg.”

5.4. Szóbeli irányítás mellett fogat mos

Ezzel a továbblépéssel közvetlenül az előző készséget bővítjük. A gyermek megtanulja a fogkrémet egyedül a fogkefére tenni, és úgy kell elvégeznie a feladatot, hogy ne a felnőttnek kelljen befejezni a tevékenységet.

Kérje gyermekét, hogy mossa meg a fogát. A fogkefe és a fogkrém elérhető távolságban legyenek. Minden lépésnél szóban emlékeztetheti.

A készség kialakult, ha a gyermek megfelelő mennyiségű fogkrémet nyom a fogkefére, úgy mossa meg a fogát, hogy nincs szükség további tisztításra, és kiöblíti a száját. Itt már a *szülő ne segítsen, legfeljebb szóban*.

Segítő megjegyzések

A fogkrém kinyomása nehéz feladat, ezért biztosítson a szülő gyermekének külön gyakorlási lehetőséget. Eleinte segítsen neki úgy, hogy kezét az ő kezén tartja. Amikor már lehet, hagyja el a segítséget. Ne felejtse, hogy az újfajta, műanyag tubusból könnyebb kinyomni a fogkrémet, mint a régebbi, fémből készült termékekből. Biztassa, hogy csavarja le a fogkrém tetejét (előtte győződjön meg róla, hogy elég lazán van rajta), és tegye is vissza rá. Ha lehetséges, az is a gyermek feladata legyen, hogy az eszközöket használat után eltegye, a csapot elzárja (ha képes rá), és arcát megtörölje.

5.5. Figyelmeztetés nélkül megtörli az orrát

Ha a gyermek ritkán náthás, később fogja csak megtanulni ezt a készséget, viszont addig nem is lesz szüksége rá. Sok gyermek az év folyamán többször is megfázik, és jó érzéssel tölti el a tudat, ha rendelkezik azzal a készséggel, hogy egyedül meg tudja törölni az orrát. Azok a gyermekek, akik elhúzódnak, ha másvalaki törli az orrukat, sokkal boldogabbak lesznek, ha megtanulják ezt önállóan végezni.

A készség kialakult, ha szükség esetén a gyermek megtörli az orrát úgy, hogy nincs szükség utána még egy kis „tisztogatásra”. Megjegyezzük, hogy ebben az időszakban a gyermek még szülői segítséget igényel, ha jól ki kell fújni az orrát, pl. ha nagyon náthás.

Segítő megjegyzések

Amikor a gyermek náthás, a szülő rögtön azzal kezdje, hogy segít gyermekének zsebkendőt tartani az orrához, és megtörölni vele az orrát, de nem végzi el helyette. Hagyja, hogy gyermeke előzőleg érezze a nedvességet, és ha alkalma van rá, mutassa meg neki arcát a tükörben. Fokozatosan egyre kevesebbet segítsen neki, végül már csak szóban emlékeztesse.

Ha a gyermek utasításra már meg tudja törölni az orrát, fokozatosan kezdjen egyre általánosabb utasításokat adni: „Folyik az orrod. Mit csinálsz ilyenkor?” vagy „Nézz a tükörbe. Mire van szükséged?” Végül az emlékeztetést is hagyja akkorra, ha gyermekének már volt alkalma megérezni az orrtörlés szükségét, és el is végezhetette egyedül.

Ha a gyermek náthás, a szülő olyan ruhát adjon rá, amelynek van zsebe. Öltöztetéskor tegyen a zsebébe zsebkendőt, és mondja meg neki, hogy mire való. Ismerje a gyermek a textílzsebkendők helyét, de a papír zsebkendő kíméletesebb a fájó, kipirosodott orrhoz. Eleinte mintás zsebkendővel is ösztönözheti gyermekét az orrtörlésre.

Később is segíthet neki, ha ki kell fújni az orrát, de már egyszerű utasításokkal is rávezetheti, hogy egyedül végezze a mozdulatot.

5.6. Segítség nélkül mos arcot és kezét

A gyermek tisztálkodási készségeit most kibővítjük az arcra is. A felnőtt ugyanúgy végezze a megfigyelést és a tanítást, ahogyan az eddigi feladatoknál tette, de most vonja be a kézmosás mellé az arc megmosását is, a fizikai és verbális segítséget pedig egészen hagyja el, és kizárólag általános utasításokat alkalmazzon. Például mondja, hogy „Mosd meg az arcod!”. (A csap megnyitásánál segíthet, ha erő szükséges hozzá, vagy ha a gyermek nem éri el.)

A tisztálkodási készségek bővítése

A következő készségeket a jól fejlődő gyermek is általában csak ötéves korában sajátítja el, de ha a lassabban fejlődő gyermek az eddigi készségeket már megtanulta, a szülő akármikor elkezdheti tanításukat, függetlenül gyermeke életkorától:

- Önállóan fürdik (egyedül a csap megnyitásánál segítenek).
- Szóbeli emlékeztetés nélkül egyedül fogat mos.
- Egyedül megfésüli vagy megkeféli a haját.
- Megtörli és kifújja az orrát.