A viselkedés mögé nézni
önreflexiós kérdéssor a mozgás, a reflexek és a tanulás kapcsolatáról

Segédanyag pedagógusoknak és fejlesztő szakembereknek

📘 Bevezető pedagógusoknak

Ezt a kérdéssort pedagógusoknak, fejlesztő szakembereknek készítettük – olyanoknak, akik nap mint nap találkoznak gyerekekkel, akik „nem ülnek meg”, „szétesik a figyelmük”, „ügyetlenek”, „túl érzékenyek” vagy „kiszámíthatatlanul reagálnak”.

A kérdések nem adnak diagnózist, és nem is ezt a célt szolgálják. A cél, hogy közelebb vigyenek a megértéshez. Hogy egy nehézség mögött meglásd a fejlődést kereső idegrendszert, a mozgáson keresztül elakadt tanulást, vagy épp azt a gyermeket, aki próbál jól lenni – csak másképp működik, mint amit megszoktál.

A reflexek, mozgásminták és idegrendszeri sajátosságok világában nem kell szakértőnek lenned ahhoz, hogy megfigyeléseid érvényesek és értékesek legyenek. Elég, ha nyitott vagy.

Ez a kérdéssor segít abban, hogy elgondolkodj saját pedagógusi tapasztalataidon, és új szempontokat találj a tanulási nehézségekkel küzdő gyermekek megértéséhez és támogatásához. Nem diagnózist keresünk – hanem kapcsolódási lehetőségeket.

🔍 KÉRDÉSEK A SAJÁT GYAKORLATOD ÁTGONDOLÁSÁHOZ

1. **Melyik tanítványod jut eszedbe, ha azt hallod: „mintha mindig feszült lenne”?**
    - Hogyan jelenik meg ez a feszültség a testtartásában, mozgásában, viselkedésében?
2. **Volt már olyan gyereked, aki „nem bírta abbahagyni a mozgást”?**
    - Mit gondoltál róla elsőre? Megváltozott a véleményed, amikor jobban megismerted?
3. **Találkoztál olyan gyerekkel, akinek gondja volt az egyensúllyal vagy a testtartással?**
    - Milyen tanulási vagy viselkedési nehézségek társultak ezekhez?
4. **Megfigyelted már, hogy egy gyerek mozgásmintája – például kúszás, járás, testtartás – milyen hatással van a tanulására?**
    - Hogyan viszonyult ehhez a saját testképéhez, önbizalmához?
5. **Milyen lehetőségeid vannak arra, hogy mozgással segítsd az idegrendszeri érés támogatását a hétköznapokban?**
    - Van lehetőség beépíteni tudatos mozgásgyakorlatokat vagy játékokat a napi rutinba?
6. **Mit gondolsz arról, hogy a mozgás gyakorlásán keresztül nemcsak a test, hanem a figyelem, az együttműködés, az önszabályozás is fejlődik?**
    - Tudsz példát mondani, amikor ez már működött a gyakorlatban?

7. **Hogyan tudod jelenléteddel, kapcsolódásoddal támogatni azt a gyereket, aki láthatóan küzd valamivel, amit ő sem ért teljesen?**

💬 Egy gondolat a végére

A cél nem a reflexek eltüntetése, hanem a gyermek megértése és támogatása. A pedagógiai jelenléted többet formál a gyermek idegrendszerén, mint hinnéd A mozgás ehhez csak az eszköz – a lényeg mindig te magad vagy: a figyelmed, a kapcsolatod, az emberi jelenléted.

Kérlek, ne feledd: nem kell tökéletesnek lenned. Elég, ha kíváncsi vagy, jelen vagy, és újra meg újra nyitott maradsz arra, hogy tanulj. Ahogy a gyerekek is.