

A társas viselkedés fejlesztéséről

Régóta igény mutatkozik az iskolai környezet és légkör javítását szolgáló megfelelő iskolai gyakorlatgyűjtemény megszületésére. Habár az interneten számos különböző játékos gyakorlatot találunk a szociális készségek fejlesztésére, a lelkiismeretes, igényes pedagógus és más szakember a szakmailag helytálló kiadványokat keresi. A Szabó Éva és Fügedi Petra Anna által szerkesztett, a Társas készségeket fejlesztő kiscsoportos tréning című kötet éppen ezt az igényt elégíti ki.

A 120 oldalas könyv tartalmas, mindenre kiterjedő, közérthető formában mutatja be az az iskolapszichológusok által létrehozott, a társas készségek fejlesztésére kidolgozott programot. A kötet hat részre tagolódik. A fejezetek, felépítésüket tekintve, azonos koncepciót követnek: az adott területtel kapcsolatos elméleti háttérrel követően részletesen ismertetik a programban szereplő gyakorlatokat, a szükséges eszközöket, a fontosabb kérdéseket, amiket a résztvevőkkel érdemes megbeszélni a játékokat követően. Fontos eleme a feladatok leírásának az egyes gyakorlatok alatt megjelenő problémás tényezők összegyűjtése, amire érdemes odafigyelni a gyakorlatvezetőnek annak érdekében, hogy minél sikeresebb és hatékonyabb legyen a fejlesztés. Végül az olvasó alternatívákat is kap, hogy miként lehet többféle módon elvégezni az adott gyakorlatot, ha esetleg a játékok eredeti változata nem illeszkedik a csoporttagok képességeihez.

Az első, *A szociális készségek fogalma, mérése és fejlesztésének lehetőségei az iskolában* című rész (Szabó Éva és Tápai Dorina) a szociális készségek általános jellegzetességeit foglalja össze, illetve bemutatja e készségek iskolai környezetben való fejlesztésének elméleti alapjait. A szerzők alapvető tényezőként emelik ki a szociális kompetencia fejlesztésének szükségességét, ami iskolai környezetben rejtett tantervként, illetve az explicit tanterv részeként is meg kell, hogy jelenjen, mivel a Nemzeti alaptanterv (2012) is kiemeli ezen készségek és képességek tan-

tárgyi keretben való alakítását. Ezt nemcsak a tanárok közvetítik a tanulók felé, hanem a diákok az iskolában töltött több óra alatt egymás között is átadnak bizonyos ismereteket társas interakciók során. A fejezet kitér a szerzők által kifejlesztett tréningprogram koncepciójára, módszertanára. A szociális készségek fejlesztésére a szerzők kétféle megoldást javasolnak: a tantárgyakba integrált, valamint a tanórákon kívüli időpontokban megvalósuló programokat. A kötetben bemutatott tréning során az utóbbi, direkt fejlesztési módot alkalmazták, amit többféle felmérés előzött meg a tanulók előzetes készségeinek értékelésére. A program során számos eljárást alkalmaztak: Mérei-féle többszempontú szociometria, SEREU-kérdőív a szociális készségek felmérésére, Szemantikus Szekleációs Teszt (SST) és a Harag és Düh Kifejezési Mód Skála. A fejezetben a szerzők részletesen leírják a programba való bekezdés feltételeit. A szerzők három lehetséges módot javasolnak, valamint felsorolják azokat az előnyöket, illetve hátráltató tényezőket, amelyek alapján el lehet dönteni, hogy mely módszer lehet a legalkalmasabb egy csoport szervezéséhez. A lehetséges módszerek közötti eligazodást táblázatos formával könnyítik meg az olvasónak. Mindhárom esetben a tréning időpontja jelenthet akadályozó tényezőt a programba kerülés kapcsán. Külön kiemelendő e fejezet utolsó szakasza, ahol a szerzők összefoglalják a programmal kapcsolatos nehézségeket, ami egy kezdő fejlesztő számára felhívja a figyelmet a különféle hátráltató, akadályozó tényezőkre és buktatókra. Az egyik ilyen

tényező a mindenki számára alkalmas időpont. Problémaként jelenik meg a tréningben részt vevő tanulók kiválasztása, amibe az iskola vezetése is beleszólhat, akadályozva ezzel a program valódi céljainak megvalósulását. Harmadik nehézségként a lemorzsolódást és/vagy fluktuációt jelölik meg, amit iskolai szintű jutalomrendszerrel kívánnak kiküszöbölni, ám ezt a megoldást vitatnám, nem feltétlenül szerencsés megoldás, mivel bizonyított, hogy a szociális készségek fejlesztésénél a jutalmazási rendszer főként inkább negatív irányba befolyásolja e tényezők alakulását.

A kötet következő három fejezete a tréning három fő fejlesztendő területét mutatja be: énkép-önismeret, kommunikációs készségek fejlesztése, „nehéz” társas helyzetekre való felkészítés. A második fejezet, melynek címe *Az énkép – mint a motiváció és a viselkedés motorja – alakulásának szerepe az iskolai teljesítményben* (Fügedi Petra Anna), az énkép-önismeret fejlesztéséről szól, középpontba helyezve az objektív önmegismerésre való törekvést, valamint a társas közeghez való alkalmazkodás képességét. Az énkép fejlesztése nem csak a közösségi életben való eligazodás szempontjából lényeges terület. A megfelelő énkép az iskolai sikerességet jelentős mértékben befolyásolhatja akár pozitív, akár negatív irányba. Az énkép fejlesztését célzó első négy alkalom alatt a résztvevők először megismerik egymás elvárásait a tréninggel kapcsolatban, valamint közösen meghatározzák azokat a szabályokat, amiket mindenkinek be kell tartania a csoporttevékenységek alatt. A közös szabályalkotás nem kizárólag a tevékenységek szabályait határozza meg, hanem arra is alkalmas, hogy a csoport tagjai megismerjék a másik számára fontos normákat. A tréningnek ebben a szakaszában a különböző csoportjátékok lehetőséget adnak arra, hogy a tanulók megismerjék belső tulajdonságaikat, információkat kapjanak társaik személyiségéről. Az alkalom során azonosítják pozitív és negatív tulajdonságaikat, valamint a családból származó tulajdonságok bemutatásával megoszthatják egymással, hogy bizonyos tulajdonságaik kiktől szá-

maznak, illetve ezek milyen fejlődési lehetőségeket foglalnak magukban. Utóbbi két foglalkozás, véleményem szerint, veszélyeket is rejtget magában, mivel olyan információk kerülhetnek felszínre, amelyek a program végeztével negatív irányba befolyásolhatják a csoporttagok kapcsolatát. A tréningnek ebben a részében központi helyet foglal el az énkép megismerése, amit egy énfá készítésével, a vizualizáció segítségével erősítenek a résztvevőkben. A tanulók alkalomról alkalomra egészítik ki az új információkkal, fontos tulajdonságokkal én-fájukat, ami segítheti saját személyiségük pozitív vagy negatív jellemzőinek megismerését, és segítséget nyújthat a fejlődési lehetőségek megtalálására. Az énfá a tréning további blokkjaiban összekötő elemként ismét előkerül, és fokozatosan bővül az új ismereteknek és tapasztalatoknak megfelelően.

A harmadik, a *Kommunikáció fejlesztése* című fejezetben (Bugyi Katalin) a kommunikációs készségek fejlesztésének elméleti kereteit és gyakorlatát ismerhetjük meg. A verbális kommunikáció mellett a non-verbális kommunikáció fontosságára is felhívja a figyelmet a szerző. A találkozások során a résztvevők a játékok segítségével megtanulhatják az érzelmek kifejezésének, az érzelmek átélésének egyéni különbségeit, a csoportos foglalkozásokkal pedig nemcsak az együttműködést, hanem az egymásra való odafigyelést is gyakorolhatják. Ezeket az alkalomokon a tanulók olyan fontos viselkedési elemeket tanulhatnak meg, mint a nemet mondás vagy az, miként lehet megfelelően közölni érzéseinket a másik személy felé anélkül, hogy a másikat támadnánk, megbántanánk. Ez utóbbi két interakciós folyamat a serdülők életében különösen fontos, mivel egyre több időt töltenek a kortársakkal, és előtérbe kerül a csoporthoz való tartozás igénye. A tréningnek ebben a részében ismét előkerül a tanulók én-fája, amit a második blokkban tanult ismeretek és tapasztalatok alapján tovább bővítenek.

A negyedik, a *Düh- és konfliktuskezelés* című részben (Tódor Marina és Anka Ágnes) a düh mint érzelem, valamint a

konfliktusok kezelésének kérdését tárgyalják a szerzők. A tanulók a csoportviszonyokat, a különböző helyzeteket eltérő módon oldják meg, és ezek az esetek konfliktussal járhatnak. Az ilyen helyzetek megfelelő érzelmi reakciókkal való megoldására kínál stratégiákat a tréning. Az utolsó előtti foglalkozás során ismét előkerül az énfá, amit minden tanuló tovább bővíthet a tapasztaltak alapján. A blokk és egyben a tréning utolsó alkalmán a résztvevők a korábbi düh- és konfliktuskezelési stratégiák megismerése után elsajátíthatják a konfliktushelyzetek asszertív megoldását, a gondolatok és érzések őszinte, nyílt kommunikációját. A tréning befejezéseként a tanulók értékelik a foglalkozásokat annak megfelelően, hogy sikerült-e kialakítaniuk vágyott tulajdonságaikat, mennyire fejlődött az én-fájuk.

A könyv egyik nagy erőssége, hogy a szerzők nemcsak az elméleti keret és a gyakorlatok bemutatását tartották fontosnak, hanem a tréning során tapasztaltak megosztását is. Ennek köszönhetően nem kizárólag egy fejlesztőprogram menetét, folyamatát ismerhetjük meg, hanem információkat kaphatunk a leghitelesebb forrásokból, a tréninget vezető iskolapszichológusoktól a megvalósítás részleteiről. Fontos megismerni ezeket a gondolatokat, hogy tudjuk, melyek azok a tényezők, amelyek külön figyelmet igényelnek egy tréningprogram alkalmazása során.

Sok esetben egy fejlesztőprogram alkalmazásának akadályozó tényezője, hogy a szakemberek részére nem állnak rendelkezésre azok az eszközök, amelyek a programban megjelentek, így nem is lehetséges ezen fejlesztések megfelelő elvégzése. A könyv mellékletében ezt az igényt is kielégítik a szerzők. A kötet végén található kilenc melléklet tartalmazza a fejlesztés

során alkalmazott segédeszközök gyűjteményét, valamint egy „Elismerő oklevelet”, amit a tréningen részt vevő tanulók jutalomként kaphatnak a program végén.

A könyv esztétikus, praktikus méretű. A szöveg elrendezése összességében kellemes benyomást kelt, azonban a blokkokban szereplő játékok bemutatásakor több kiemelésre lenne szükség.

Az egyes csoportos tevékenységek leírásai – az azonos szöveg méret és forma miatt – összefolynak, így az olvasó számára nehézkes lehet az egyes részek elkülönítése. Szerencsésebb lett volna a játékok címeinek vastag betűvel, illetve számozással való elkülönítése, valamint az egyes alpontok címeinek dőlt betűvel

való kiemelése, hogy az olvasó számára még egyértelműbb legyen a foglalkozások menete.

A Szabó Éva és Fügedi Petra Anna által szerkesztett könyv közérthető formában íródott, hasznos lehet a pályakezdő és gyakorló szakemberek számára egyaránt. Ajánlom a könyvet nemcsak pedagógiai szakembereknek, hanem azoknak is, akik érdeklődnek a pedagógia, illetve az intézményes környezetben is megvalósítható pedagógiai fejlesztési lehetőségek iránt, és többet szeretnének megtudni arról, miként, milyen eszközökkel és módszerekkel lehet hatékonyan segíteni az iskolások társas viselkedésének fejlődését.

Szabó Éva és Fügedi Petra Anna (2015, szerk.): *Társas készségeket fejlesztő kiscsoportos tréning 12–18 évesek számára*. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest.

Hegedűs Szilvia

SZTE BTK Neveléstudományi Doktori Iskola