



Ajánlások a teljes jelenléti oktatáshoz való visszatéréshez a református iskolákban



Ajánlások a teljes jelenléti oktatáshoz való visszatéréshez a református iskolákban 2021-ben

Kormányzati intézkedések teszik majd újra lehetővé a teljes jelenléti („hagyományos”) oktatási formához való visszatérést a magyarországi iskolákban. Ez a visszaállás – a viszontlátás öröme mellett – pszichológiai szempontból megterhelő lehet a pedagógusok és a diákok számára egyaránt. Ajánlásunk olyan szempontokat sorol fel, melyek megkönnyíthetik a közösség tagjai számára ezt az átmeneti időszakot. Összeállításunk elsősorban a középiskolás korosztályra fókuszál, de nagy része az általános iskolás visszatérésben segítségül szolgálhat.

1. Ajánlások a pedagógusok számára:

1.1 Akklimatizálódás: A digitális munkarendről való visszaállás a pedagógusok számára is okozhat nehézségeket. Az online oktatás során jól bevált, rugalmas megoldási stratégiáikra a továbbiakban is nagy szükség lesz. Fontos lehet időt hagyni saját maguk és a tanulók számára egyaránt erre az akklimatizációs folyamatra, például több olyan alkalmat teremteni az első hetekben, ami nagyobb teret enged az érzelmek és belső feszültségek kifejezésének. A visszatérés első napján az osztályfőnöki óra (órák) beiktatása, a diákok érzelmeinek, állapotának feltárása komoly segítséget adhat. Készülni kell arra is, hogy a szociális távolságtartás szabályainak betartása az első napokon különös nehézséget okozhat.

1.2. Magatartásváltozások: Érdemes jobban figyelni a gyerekek viselkedését, a tanulók közötti kapcsolatokat, interakciókat. Idő kell arra is, hogy pontosan felmérjük a tanulókat és a családjukat ért veszteségeket. Fontos, hogy a pedagógusok időben, lehetőleg azonnal adjanak jelzést az osztályfőnököknek. Szükség esetén kérhetik az intézményben dolgozó pszichológus segítségét egyéni és csoportos ellátásban egyaránt, valamint hasznos lehet a lelkészek, vallástanárok szakszerű lelkigondozói közreműködése is.

1.3. Megismerés: Tudatosítani kell, hogy a 2020 szeptemberében kezdő, újonnan belépő 9. évfolyamos tanulókat valójában még alig ismerjük, jóval kevesebb időben találkoztunk velük, mint amennyi időt a digitális térben működtünk együtt. Ám korábbról ismert tanulóink is megváltozhattak ebben az időszakban. Egy részük imponáló jellemfejlődésen ment keresztül, másik részüket értékvesztés sújtotta, és van, aki a megszokott formáját hozza. Célszerű az aktuális megnyilvánulások, teljesítmények értékelésére fókuszálni, és az előzetes benyomásoktól kissé távolabb lépni. Minden pedagógusnak célszerű szem előtt tartani, hogy a csellengő, a digitális tér lehetőségeivel visszaélő diákok miatt ne érje hátrány az osztályközösségeket.

1.4. Fokozatosság: Az osztályközösségben zajló oktatás átmenetileg erősítheti a diákok teljesítményszorongását, ezért hasznos lehet szem előtt tartani a tanítás folyamatában a terhelés fokozatosságát. Még ha közel van is a tanévzárás, célszerű az első héten nem a tét jellegű dolgozatok megíratásával kezdeni. Fókuszáljunk inkább a pozitív megerősítéseket adó módszertani lehetőségekre, a formatív értékelés eszközeire. Ügyeljünk arra, hogy megfelelő mennyiségben maradjon házi feladat – és ahol csak lehet, tanórai tevékenység is – a digitális térben!



Ajánlások a teljes jelenléti oktatáshoz való visszatéréshez a református iskolákban



1.5. Pedagógus közösséghez tartozás: Ahogy a tanulókat, úgy a pedagógusokat is jobban megterhelheti a szociális és környezeti ingerek megsokszorozódása, a munkakörnyezet és a munkaidő strukturálásának megváltozása. A pedagógusközösség megtartó ereje még nagyobb jelentőségű ebben az időszakban. Célszerű lehet kiscsoportos beszélgetések, egyéb, kötetlenebb alkalmak szervezése. – a járványügyi óvintézkedések betartásával.

1.6. Rekreáció: Emellett hangsúlyozottan preventív szerepet tölthet be a rekreáció, az örömteli tevékenységek, a pihenéssel, feltöltődéssel kapcsolatos, az iskolai feladatoktól elkülönített idő. Tudatosan tekintsünk erre: ne akarjunk mindent most bepótolni, amit az elmúlt hónapokban elvesztett lehetőségnek érzünk!

2. Ajánlások a tanulók és az osztályközösségek számára

2.1. Napirend: A digitális oktatás ideje alatt kialakult kötetlenebb napirend sok szempontból eltérhet a megszokott intézményes keretektől. Emiatt is fontos, hogy fokozottan figyeljenek az iskolába járáshoz igazodó napirend megtervezésére és betartására.

2.2. Tünetek: A visszaállás több területen okozhat eleinte nehézséget. A kezdeti időszakban többször tapasztalhatnak fáradékonyságot, koncentrációs és memóriaproblémákat. Emellett az iskolai szabályokhoz, házirendhez való visszaszakadás is nehezebb lehet, de a közösségben való hatékony együttműködés feltétele a szabályozott keretek betartása. Mivel jóval több inger éri az idegrendszert, emiatt gyakrabban érezhetnek mentális és fizikális kimerültséget is. Ez természetes jelenség, ezért szükséges a megfelelő mennyiségű alvás és pihenés, tudatosan az iskolába járás időkereteihez igazítva. A tanórai munkafegyelem megbeszélése és védelme az átállás érdekében különösen fontos.

2.3. Kommunikáció: Az eddigi online térben zajló kommunikáció után a személyes kontaktusok több félreértés és konfliktus forrásai lehetnek, ami nagyobb toleranciát igényel a közösség tagjaitól (bizonyos metakommunikációs rutinok megváltozhattak). Azzal, hogy az oktatás visszatér az iskola falai közé, a járványügyi veszélyeztetettség még nem szűnt meg, ami sok bizonytalanságot és időnként szorongásos tüneteket okozhat. Emiatt fontos, hogy a közösség tagjai egymás felé még nagyobb türelemmel és együttérzéssel forduljanak. Fontos, hogy legyen a tér és lehetőség ezekről a félelmekről beszélni, hiszen a normálisnak mondható hétköznapiak nem tudjuk pontosan, hogy mikor és milyen formában térnek majd vissza.

2.4. Sport, kikapcsolódás: Fontos, hogy ebben az átmeneti időszakban a diákok még nagyobb figyelmet és időt szánjanak iskolán kívül azokra a tevékenységekre, amelyek kikapcsolódást és feltöltődést nyújtanak. A sporttevékenységek során az aktuális járványügyi előírások teljes betartása szükséges. A diákok sokféle veszteséget éltek át az elmúlt időszakban, amelyek feldolgozásának szintén fontos eszköze lehet a beszélgetés és egyéb, kreatív, játékos gyakorlatok alkalmazása.

2.5. Heti tervezés Érdemes nagyobb körültekintéssel átgondolni a következő napok feladatait, mindig már előző este átnézni a tanórákhoz szükséges felszerelést. A tervekészítés és a szervezettség támogatást nyújthat a kezdeti időszakban tapasztalható szorongások csökkentésében.



Ajánlások a teljes jelenléti oktatáshoz való visszatéréshez a református iskolákban



2.6. Közösségépítés: A távolléti oktatásból visszatérő valamennyi csoport esetében szükséges a közösségi kapcsolatrendszerek újraépítése. Ehhez azonban a tanórán kívüli alkalmak, élmények lehetőségei járványügyi okok miatt korlátozottan állnak rendelkezésre. Megfontolandó a tavaszi időjárásban a kisebb kirándulások, gyalogtúrák során adódó pedagógiai lehetőségek kihasználása. Emellett akár több héten keresztül is nagyon hasznos lehet olyan online teaház, kakaópárti (illetve más, kreatív osztályfőnöki megoldás) alkalmazása, amely az iskolában történt események online megbeszélését, feldolgozását biztosítja.

3. Ajánlások az intézményi lelkészek számára:

Az intézményi közös áhítat, melyet a diákok közösen hallgatnak vagy amelyen személyesen vesznek részt, szinte az egyetlen olyan alkalom, ahol a teljes iskolai közösség formálására nyílik lehetőség.

Mivel a tanulók hiányoztak a pedagógusoknak, diáktársaiknak, fontos lehet célt adni a visszatéréshez a közösség megtartó erejével. A viszontlátás öröme mellett hangsúlyos lehet felhívni a figyelmet a helyzettel kapcsolatos felelősségteljes gondolkodásra és viselkedésre. A járvánnyal összefüggő általános bizonytalanságérzet enyhítésében a hit és az Ige nagy segítséget nyújthat a közösség minden tagjának. A tervezésnél érdemes felkészülni arra, hogy a lelkigondozás nagyobb szerepet kap a következő időszakban. A közösségi kérdések mellett fókuszba kerülhetnek olyan Igék, amelyek a próbatételről, hűségről, a keresztyén szabadságról, az emberi tudásról és bölcsességről tanítanak.

4. Ajánlások az igazgatók számára

4.1. Biztonságos légkör: Vezetőként fontos feladat, hogy ebben a bizonytalan helyzetben az intézményen belül olyan megnyugtató, biztonságos légkör alakuljon ki az első naptól, ahol a diákok és a tanárok is érzik, hogy lehetőségük van az új helyzetben a fokozatos alkalmazkodásra. Felmérések szerint a biztonságérzet javítja a munkateljesítményt, így a maszkhasználat szabályozása, más védőeszközök alkalmazása, a távolságtartást biztosító megoldások hatása jelentős. A teljes nevelőtestületi értekezlet megtartása a járvány végéig továbbra is online térben javasolt, az intézményvezető szorgalmazhatja viszont a kiscsoportos megbeszélések megszervezését (munkaközösségek, teamek, esetmegbeszélések).

4.2. Szabályok, keretek: A bizonytalan helyzetek elkerülése érdekében kiemelt feladat az intézményi szabályok és keretek egyértelmű megfogalmazása és kommunikálása a diákok és a pedagógusok felé. Célszerű tudatosítani és felgyorsítani a jelzőrendszer intézményen belüli működését, az első két hétben szervezeten lehetővé tenni az osztályfőnököknek szóló szaktanári jelzéseket. A magatartási vétségeknél hasznos lehet gyors visszajelzéseket adni. A fokozatosság betartása nem azt jelenti, hogy nem kell minél gyorsabban erélyesen és következetesen, részrehajlás nélkül beavatkozni, ám segítő-támogató attitűdre van szükség. Mind a dolog (tárgy), mind a személy iránti agresszió azonban továbbra is elfogadhatatlan, és sürgősséggel kezelendő esetnek számít.

4.3. Konfliktusok: Esetlegesen kialakuló konfliktushelyzetek kezelésénél fontos szempont a háttérben húzódó okok felderítése, melyek az elkövetkezendőkben a bekövetkezett oktatási váltás



Ajánlások a teljes jelenléti oktatáshoz való visszatéréshez a református iskolákban



nehézségeiből is adódhatnak. Ezért fontos, hogy elsősorban mediátori szerep betöltése legyen a hangsúlyos! Ha olyan helyzet adódik, amikor a szükséges vezetői intézkedés nem teszi lehetővé a mediációs megközelítést, célszerű lehet egy másik pedagógus munkatárs pártfogó-segítő bevonása.

5. Ajánlások szülők számára

A hagyományos oktatási rendszerbe való visszaállás megterhelőleg hathat gyermekükre, így még fontosabb a támogató szülői háttér.

5.1. Napirend: A tanulóknak felborultak az alvási szokásaik, így talán a legfontosabb, hogy a jelenléti oktatás elindulása előtt már egy héttel kezdjék visszaállítani a reggeli ébresztés és az esti lefekvés időpontját. Segítség lehet, ha a jelenléti oktatás elindulása előtt közösen készítenek egy napirendet, ébredéstől az elalvásig. Az idő strukturálását most kicsit újra kell tanulni.

5.2. Alvásigény: Az első héten gyermekük fáradékonyabb lehet, hiszen a jelenléti oktatás sok új ingerrel jár majd, így különösen fontos, hogy megfelelő mennyiségű alvási idő legyen éjszaka.

5.3. Ellenőrzés: Az eddig már önállóan készülő és elinduló gyerekeknél is jól jön egy szülői ellenőrzés, hogy a másnapi induláshoz összekészített-e minden felszerelést (könyv, füzetek, íróeszköz, kulcs, telefon...).

5.4. Védőfelszerelés: Különösen figyeljenek arra, hogy gyermeküknél legyen jó minőségű maszk és kézfertőtlenítő!

5.5. Biztonság: Beszélgessenek gyermekükkel, hogy a visszatérés öröme mellett továbbra is fontos, hogy figyeljenek a járványügyi előírásokra (maszk, távolságtartás, kézfertőtlenítés)!

5.6. Beszélgetés, közös programok: Szánjanak minden este időt arra, hogy gyermekük be tudjon számolni a napi örömeiről, nehézségeiről! A hétvégén szánjanak időt közös családi programokra, ahol gyermekük is feltöltődhet!

5.7. Konzultáció: Folyamatosan konzultáljanak a gyermek pedagógusaival, osztályfőnökével a visszatérés nehézségeiről! Folyamatosan fennálló nehézségek esetén kérjék szakember segítségét az érzelmi, pszichés nehézségek megoldásához!

5.8. Teljesítmény: Az újraindulás miatti teljesítmény- és eredményromlás előfordulhat, ezeknek javulása fokozatosan várható, a szülői érzelmi támogatás és segítség elengedhetetlen ilyen esetben.

Budapest – Halásztelek, 2020. április 12.

Összeállították:

Bori Judit - gyógypedagógus, igazgató; *Gyulai Ildikó* - tanácsadó szakpszichológus; *Jenei-Márku Hajnalka* - klinikai szakpszichológus; *Mosolygó Tamás* - klinikai szakpszichológus; *Márkus Gábor* - középiskolai tanár, pedagógiai szakértő; *Rózsahegyi-Nagy Márta* - középiskolai tanár, mentálhigiénés szakember, pedagógiai szakértő; *Dr. Szontagh Pál* - középiskolai tanár, pedagógiai szakértő, igazgató