

A FOTOTERÁPIÁS ESZKÖZÖK KREATÍV ALKALMAZÁSA AZ OKTATÁSBAN

Szerző:

Csermelyné Gáspár Tímea
Hajdú-Bihar Megyei Pedagógiai Szakszolgálat
Balmazújvárosi Tagintézménye (Magyarország)

Szerző e-mail címe:

csermelynegaspartimea@gmail.com

Csermelyné Gáspár T. (2020): A fototerápiás eszközök kreatív alkalmazása az oktatásban. *Különleges Bánásmód*, 6. (2). 119-124.

Absztrakt

A pedagógiai szakszolgálati ellátás interdiszciplináris teamekben működik, szolgáltatásaikat elsősorban a különleges nevelési szükségletű gyermekek, szüleik és pedagógusaik veszik igénybe. A jó gyakorlat kidolgozása integrált szolgáltatói modellben gondolkodva, megoldásközpontú, a gyermekeket és családjaikat fókuszba helyező tapasztalatokra épül. A jó gyakorlat egyik alappillére a fototerápiára épülő önismeretet és problémamegoldást inspiráló módszer, coach eszköztár, a Points of You™ (Efrat Shani & Yaron Golan, 2007). A fototerápiás kép- és szóképek projektív felületként működnek. Egyszerre stimulálják mindkét agyféltekét, ezzel szándékosan némi zavart keltve, a logikus gondolkodásért felelős bal és az intuitív jobb agyfélteke között. Ilyenkor válik lehetővé az új nézőpont meglátása s villan fel az új felismerés és jelenik meg az „aha-élmény”. Már önmagában az új szemléletmód felfedezése az új lehetőségek azonnali felismeréséhez vezethet. A Hajdú-Bihar Megyei Pedagógiai Szakszolgálat a fototerápiás módszert szervezeti szinten országos tekintetben egyedülálló módon - innovatív jelleggel - bevezette a pedagógiai gyakorlatba több szakszolgálati feladat területén is. A pedagógiai és pszichológiai tanácsadás és fejlesztés területén alkalmazható egyéni, páros és csoportos formában egyaránt. Használható önfejlesztéshez, gyermekekkel, szülőkkel, pedagógusokkal, kollégákkal, más segítőkkel való folyamatokban is. Az Oktatási Hivatal Bázisintézményeként e jó gyakorlatot a módszert kidolgozó intézmény évek óta népszerűsíti.

Kulcsszavak: fototerápiás eszközök, nézőpontváltás, önismeret fejlesztése, pedagógiai és pszichológiai folyamatok, Points of You™ fototerápiára

Diszciplína: pszichológia

Abstrakt

THE CREATIVE USE OF PHOTOTHERAPEUTIC TOOLS IN EDUCATION

The Educational Service functions in interdisciplinary teams. The services are primarily used by children with special educational needs, along with their parents and educators. The best practice was made by thinking in an integrated service model, based on solution-focused, children – and family-oriented experiences. One of the cornerstones is coaching, especially those tools, that inspire phototherapeutic self-knowledge and the solutions of problems, Points of You™ (Efrat Shani & Yaron Golan, 2007). The pho-

totherapeutic picture – and word cards function as projective surfaces. They stimulate both of the cerebral hemispheres at the same time, causing an intentional confusion between the logical left hemisphere and the intuitive right one. That's when the person is able to see a new point of view and have an „aha experience”. The new point of view can already lead to the recognition of new possibilities. The Educational Service of Hajdú-Bihar County introduced the phototherapeutic method to its educational practices in a lot of areas of the service, innovatively and uniquely in the country, on an organizational level. In the area of educational and psychological counseling and development, this method can be used in individual, couple, and group forms, as well. People can use it to develop themselves, it can be used with children, parents, educators, and other processes. The core institution of the Ministry of Education has been making this best practice popular for years now.

Keywords: phototherapeutic tools, change in points of view, self-knowledge improvement, pedagogical and psychological process, Points of You™

Discipline: psychology,

Jó gyakorlat bemutatása

A megvalósítás helyszíne: Hajdú-Bihar Megyei Pedagógiai Szakszolgálat (4027 Debrecen, Monti ezredes u. 7.) és Hajdú-Bihar Megyei Pedagógiai Szakszolgálat Balmazújvárosi Tagintézmény (4060 Balmazújváros, Veres Péter u. 8.)

A szakszolgálati ellátás interdiszciplináris teamekben működik, szoros együttműködésben a kapcsolódó oktatási intézmények pedagógusaival, illetve ágazatközi együttműködés keretében a szociális és egészségügyi ellátórendszer szakembereivel. A jó gyakorlat kidolgozása integrált szolgáltatói modellben gondolkodva, megoldásközpontú, a gyermekeket és családjaikat fókuszba helyező tapasztalatokra épül. A pedagógiai szakszolgálat feladatainak ellátásait elsősorban a különleges nevelési szükségletű gyermekek – szüleik – pedagógusaik veszik igénybe. Így főként az oktatási ágazatban dolgozó segítő szakemberek számára készült a bemutatott jó gyakorlat: leginkább a szakszolgálat ellátási folyamatainak segítésére, illetve az oktatás különböző ágazataiban dolgozó segítő foglalkozásúak részére. Ezenkívül a szociális és egészségügyi ágazat segítő foglalkozású szakemberei is felhasználhatják

munkájuk során. Így a szakszolgálatnál pszichológusok, gyógypedagógusok, fejlesztő pedagógusok, logopédusok; e szakmákon kívül az egyéb oktatási területeken dolgozó iskolapszichológusok, óvodapedagógusok, általános iskolai pedagógusok, középiskolai pedagógusok; a szociális ágazatban: család gondozók, gyámok, nevelőszülői tanácsadók, az egészségügyben: védőnők, orvosok alkalmazhatják.

A módszer a mentális egészség kialakításához, megtartásához és fejlesztéséhez szükséges valamennyi területet és kompetenciáit fejleszti. Így a következő területeken alkalmazható: 1) kommunikáció támogatása 2) kooperativitás segítése; 3) önismeret fejlesztése; 4) önbizalom támogatása; 5) önkifejezés erősítése; 6) önmenedzselés képességének fejlesztése; 7) társismeret fejlesztése; 8) én hatékonyság fejlesztése; 9) kreatív gondolkodás fejlesztése; 10) konfliktuskezelés; 11) értékek feltérképezése; 12) válságkezelés; 13) megküzdési stratégiák fejlesztése; 14) jövőkép kialakítása/ pontosítása; 15) beilleszkedés segítése; 16) asszertivitás kialakítása és segítése, gyakorlás lehetősége; 17) emocionális egyensúly megtalálása és támogatása; 18) empátia fejlesztése, fokozása; 19) érzékenyítés;

20) tolerancia fokozása; 21) előítéletek oldása; 22) érzelmi intelligencia felismerésének és kifejezésének fejlesztése; 23) konkrét élethelyzeti elakadás; 24) burn out megelőzése; 25) megoldási lehetőségek kreatív feltárása; 26) erőforrások kreatív feltérképezése; 27) csoportkohézió erősítése; 28) szakmai önismeret fejlesztése; 29) szakmai személyiségkompetenciák fejlesztése; 30) kreatív célkitűzések megfogalmazása; 31) motiváció fokozása; 32) döntési folyamatok támogatása; 33) stressz feldolgozás segítése; 34) esetmegbeszélés segítése; 35) szupervíziós folyamat segítése; 36) project-munka támogatás; 37) műhelymunka támogatása; 38) szervezetfejlesztés és vezetői készségek-képességek fejlesztése; 39) mentálhigiéne segítése.

A Hajdú-Bihar Megyei Pedagógiai Szakszolgálat a fototerápiás módszert szervezeti szinten országos tekintetben egyedülálló módon - innovatív jelleggel - bevezette a pedagógiai gyakorlatába több szakszolgálati feladat területén is. A pedagógiai szakszolgálat szinte valamennyi feladatellátásában alkalmazható: tapasztalat van már a nevelési tanácsadás, a tehetséggondozás, az iskolapszichológia, a pályaválasztási tanácsadás, a korai gyógypedagógiai fejlesztés területein.

Korosztályok (célcsoportok): segítő szakemberek, akik bármely életkorú gyermekkel/gyermekkel foglalkoznak. A szakszolgálatban dolgozó szakemberek és a társintézmények munkatársai (iskolapszichológusok, gyógypedagógusok, általános- és középiskolai pedagógusok, fejlesztő pedagógusok, óvodapedagógusok, szociális gondozók, mentálhigiénikusok, védőnők, pedagógiai munkát segítő) munkájuk során általános iskola harmadik-negyedik osztálytól felnőttkorig tudják alkalmazni ezt az eszközt szakmai kompetencia határaikon belül.

A jó gyakorlat a módszertani kultúrát tudja bővíteni, mely kreatívan felhasználható bármely oktatási folyamatban, illetve szervezetfejlesztés során. A szakemberek a saját szakmai ismereteikhez és képesítéseikhez, valamint a szakmai személyi-

ségükhöz és önismeretükhöz igazítva alkalmazhatják.

Pszichológusok: tanácsadáshoz, terápia kiegészítéséhez;

Pedagógusok: osztályfőnökként közösség építéséhez és fejlesztéséhez, pedagógiai tanácsadáshoz és konzultációhoz;

Fejlesztő pedagógusok: egyéni és csoportos fejlesztéshez;

Más végzettségű segítő szakemberek: egyéni és csoportos konzultációhoz.

A Points of You™ (Efrat Shani & Yaron Golan, 2007) fototerápiás módszer alkalmazása

Hogyan működik? A kártyák projektív felületként működnek.

A „Point's of You” kifejezés jelentése: a Te nézőpontod (Efrat Shani & Yaron Golan, 2007).

A Points of You™ fototerápiára épülő önismeretet és problémamegoldást inspiráló módszer, eszköztár (Efrat Shani & Yaron Golan, 2007). Valójában ez coach eszköz, ill. módszer. A coaching segítő, fejlesztő tevékenység, mely a személy változásának és fejlődési folyamatának olyan szemlélettel való megközelítése, mely a jelenben meglévő személyes képességeket és erősségeket azonosítja és fejleszti, segítve ezzel a tovább lendülést, az elakadások, problémák megoldását, a jövőre fókuszálást. Olyan segítségnyújtás kihívásokkal küzdő egészséges vagy csak önmagukat egyes területeken fejleszteni kívánó embereknek, szervezeteknek, mely a jelen feladataira és a jövő cselekvéseire koncentrál (Kelló, 2019). A módszer beépíthető a gyermekekkel kezdeményezett folyamatokba, szülői tanácsadásokba, pedagógus konzultációkba, team megbeszélésekbe, a munkahelyi csapatépítést is támogathatja, és használható családi környezetben is. A képek és szavak egyidejűleg aktiválják az érzelmeket irányító jobb és a logikusan gondolkodó bal agyféltekét, – így a szándékos, rövid idejű zavarkeltés a két agyfélteke között

megfelelő munkával létrehozza a merev mintáktól való megszabadulást, a sémákból való kilépést – létrejön a másodfokú változás vagyis a perspektíva tágítása (Watzlavik, Weakland és Fisch, 1990). Ilyenkor válik lehetővé az új nézőpontok meglátása, villan fel az új felismerés és jelenik meg az „aha-élmény”. Már önmagában az új szemléletmód felfedezése az új lehetőségek azonnali felismeréséhez vezethet! A megoldásra fókuszálás után a változás konkrét lépései cselekvési tervben rögzíthetők.

A képek és a szavak együttes alkalmazása egészen új kommunikációs módot hoz létre, olyan érzések és gondolatok felismeréséhez és megfogalmazásához vezet, melyek egyébként nem történnének meg. A fotók az adott témával kapcsolatos emlékeket és mély élményeket is előhívják, hozzáférhetővé teszik rendkívül rövid idő alatt. A képek és szavak speciális kapcsolatot hoznak létre a témákkal, megindítják a konstruktív, szárnyaló gondolkodást, mely célirányos kérdésekkel és történetekkel tovább mélyíthető. Az elfojtott tudattartalmak, emlékek igen nagy hatással vannak a viselkedésre, motivációkra, érzelmi szükségletekre, melyek szabad asszociáció által felszínre hozhatók. A szabad asszociáció révén felszínre hozott gondolatok, érzések és érzetek verbalizálása és értelmezése fontos eleme az összefüggések feltárásának, a lelki egyensúlynak, az önmegismerésnek (Bagdy, 2008, 2010; Beaver, 1999).

A kártyákon inspiráló és provokatív fotók vannak, melyek egy-egy témán keresztül segítik a tudatos és tudattalan tartalmak és érzelmek összekapcsolását teljesebb képet adva a résztvevőnek önmagáról, a problémáról és a megoldásról egyaránt. Mindez bármely életterületen alkalmazható. Az asszociációk mentén célzott kérdésekkel, történetekkel, további képekkel lehet mélyíteni a felismeréseket (Vantulek, s.a.). A képek, a szavak, a facilitátor kérdései segítik az imaginációt, az önreflexiót, az érzések verbalizálását és a kreatív problémamegoldást. A megvalósításhoz a kártyákat tar-

talmazó eszközkészleteken túl, a folyamatot vezető facilitátor, kettős csoportvezetés esetén facilitátorok szükségesek. Más módszerektől eltérően az előzetes tervezés után ez a módszer jóval nagyobb mértékben illeszkedik a kliens(ek) aktuális állapotához, így nagyfokú rugalmasságot igényel a folyamat vezetőjétől. A megfelelő feltételek, a biztonságos légkör megteremtése emiatt hangsúlyozottan fontos (Rudas, 2007, 2009).

A módszer alap attitűdje: mindenki önmagát ismeri a legjobban, így saját maga tudja megtalálni a legjobb megoldásokat önmaga számára. Saját módszerrel kiegészítve pedagógiai és pszichológiai terápiák fontos része lehet, felgyorsítva és hatékonyabbá téve a változás folyamatát. Az alkalmazott technikákkal a résztvevő a megoldásra fókuszál, a jelen megoldandó feladataira és a jövőben megvalósuló megoldásokra koncentrálnak. A szakmai kompetenciák mentén a segítő folyamatokat rendkívüli módon felgyorsítja, gyorsan vezet felismerésekhez és megértésekhez, vagyis jelentősen rövidebb idő alatt következik be a minőségi változás.

A pedagógiai és pszichológiai tanácsadás és fejlesztés területén alkalmazható egyéni, páros és csoportos formában egyaránt. Használható önfejlesztéshez, gyermekekkel, szülőkkel, pedagógusokkal, kollégákkal, más segítőkkal való folyamatokban is.

A jó gyakorlat kreatívan alkalmazható az általános oktatás-nevelés és a különleges bánásmódot igénylő oktatási és segítői folyamatokban egyaránt. A gyermek – szülő – pedagógus – segítő bármely relációjában: gyermek-gyermek, gyermek-szülő, szülő-pedagógus, gyermek-pedagógus, pedagógus-pedagógus, segítő-pedagógus viszonylataiban katalizálja a pedagógiai és terápiás folyamatokat. A felhasználás módja nyilvánvalóan illesztendő a célcsoport mentális és emocionális nivójához, a feldolgozandó témához. A módszer általánosságban alkalmazható bármely szervezeti működés-módban, nincs életkorhoz, végzettséghez vagy településszerkezethez kötve. A folyamat ter-

vezésekor szükséges e különbségekre tekintettel lenni.

A felhasználás módja sokféle lehet: önmunka: önmagunk vonatkozásában; egyéni: egyéni helyzetben egy gyermekkel vagy egy szülővel, stb.; páros: szülőpár, szülő-gyermek pár, szülő-pedagógus pár, tanító-napközis tanító páros stb.; kiscsoportos: kisebb tanulócsoport, szakmai team; nagycsoportos: egy egész osztály vagy szakmai munkacsoport is tud vele dolgozni.

A tapasztalatok sokrétűek a résztvevők számának tekintetében is: az egyéni helyzetektől 40 fős csoporttal való komplex folyamatokig.

Milyen hatások várhatóak az alkalmazástól?

A feldolgozandó téma tervezett érzelmi és kognitív hozzáférésén túl az alábbi hatások várhatóak: Nyugodt, belsőleges, teljes elfogadáson alapuló érzelmi biztonságot nyújtó légkör megvalósulása a folyamatok során, ahol a résztvevők szabadon dönthetik el, hogy melyik folyamatban és milyen mértékben vesznek részt. Feltöltekezés az együtt töltött minőségi időben.

A módszer sajátossága a megengedés, nincsenek jó és rossz válaszok, nincsen megfelelés, így elfogadásra motivál, növeli a belső késztetést, aktivitásra ösztönöz, indirekt és személyes megoldásokat generál. Minden résztvevő dolgozik a saját folyamatával, még akkor is, ha ennek nincsenek külső jelei, esetleg nem vesz részt a verbális megosztásban, a belső munka mindenképpen megtörténik. Változatos élmény és tapasztalatszerzési lehetőség, mely az ön- és társismeretet jelentősen fejleszti. Segíti az emocionális egyensúly megtalálását és támogatja annak megtartását, az asszertív kommunikáció kialakításának, fejlesztésének és gyakorlásának terepe. Az érzelmi intelligencia fejlődése is tapasztalható, mely igen pozitívan befolyásolja az én-fejlődést, az önismeretet, a kommunikációs csatornákat, ezen keresztül az interperszonális viszonyokat, és a

közösségi kapcsolatokat. Az érzelmek beazonosítása, kifejezése, megélése és verbalizálása vezet más emberek érzelmeinek pontosabb felismeréséhez is. Az asszociatív gondolkodás és a kreativitás fejlődése, mely az oktatási folyamatok eredményességére erősen pozitív hatású. Interaktív tanulási módszerek megismerése és fejlesztése is várható.

Mitől tekinthető újszerűnek, egyedinek a kialakított jó gyakorlat?

Pedagógiai szakszolgálati keretek között először a Hajdú-Bihar Megyei Pedagógiai Szakszolgálat alkalmazta szervezeti szinten ezeket az eszközöket. Gyerekekkel és pedagógusokkal az oktatás folyamataiban ezekkel a fototerápiás eszközökkel ez az intézmény kezdett először foglalkozni s kezdte adaptálni az oktatási folyamatok specialitásaihoz a módszert és alakította ki jó gyakorlatát. A jó gyakorlatba beépültek a legkorszerűbb kutatási eredmények és technikák is. Holisztikus szemlélet mellett a teljes egész emberre fókuszálás van jelen a folyamatok során. A folyamatot vezető facilitátor proaktív szemléletű, aki a klienst egyedi, érett egyénként kezeli, s úgy tekint rá, mint aki meghatározott fejlődési szakaszán halad és képes életének autonóm irányítására.: erre építve az erőforrások feltárásán és a gyengeségek felismerésén keresztül határozza meg önnön céljait és vágyait, amit cselekvési tervbe foglalhat. A kliensre felelősségteljes és kezdeményező egyenrangú félként tekint, aki maga idézi elő belső változását, így válva proaktívvá, vagyis a változást előidézővé ahelyett, hogy passzívan várna és csupán igazodna a változó történésekhez. (A passzív elfogadás és alkalmazkodás helyett az aktív változtatás szemléletváltása.) A gyermekekre is hasonló szemlélettel tekint a saját fejlődési szakaszának megfelelően. A módszer felhasználja a coaching technikákat, amiket speciálisan az oktatási folyamatokhoz igazít, azok sajátosságainak figyelembe vételével. A

megoldásközpontú gondolkodás és a professzionális tervezői szemlélet jellemző e folyamatok során.

A jó gyakorlatban sokféle módszerrel kombinálhatók ezek az eszközök: kooperatív technikák; értő figyelem; asszociációs technikák; projekció működtetése (kép és szó, mint projekciós felület); relaxációs technikák elemei; imagináció elemei; átkeretezés (reframing); meseterápiás elemek; stresszkezelési technikák; videó tréning; mindmap technika; szabad írás technikái; NLP technikák; action learning elemei; aromaterápia; színterápia elemei; egyéb kreatív technikák

A program kipróbált és továbbfejlesztett. A belső képzések eredményeként 2017-től minden szakszolgálati tagintézményben van olyan munkatárs, aki személyes tapasztalatokkal rendelkezik a fototerápiás eszközök használatával kapcsolatban és az alkalmazás tekintetében gyakorlati ismereteket szerzett. Az eszközkészlet minden tagintézményben rendelkezésre áll és a vállalkozó kedvű szakemberek alkalmazzák mindennapi szakmai munkájuk során. Műhelymunkák keretében esetmegbeszéléseken keresztül történt a szakmai tapasztalatok megosztása és új gyakorlati ötletek gyűjtése. Ezek az alkalmak kiváló önszorgató folyamatként is működtek, „mellékhatásként” fejlesztve a szakmai önismeretet is. A közös tapasztalat, hogy ez a módszer kiválóan alkalmazható a pedagógiai és a pszichológiai folyamatokban is, a meglévő eszköztár bővítésére a szakmai képzettség és a szakmai személyiség fejlettsége alapján a kooperatív tanulás-tanítás, valamint a konzultációs, tanácsadási és terápiás folyamatok kiegészítésére. A bemutatott

jó gyakorlathoz részletes módszertani segédanyag és módszertani leírás is készült, kidolgozott folyamatleírásokkal és ajánlott irodalomjegyzékkel együtt.

Irodalom

- Bagdy E. (2008). *Pszichofitness - kacagás-kecogás-lazítás*. Animula, Budapest.
- Bagdy E. (2010). *Hogyan lehetnének boldogabbak?* Kulcslyuk kiadó, Budapest.
- Beaver, D. (1999). *Kényelmes tanulás NLP-vel – Tanulási szuperstratégiák az üzleti életben és a magánéletben*. Bioenergetic, Budapest.
- Kellő Éva (szerk.)(2019). *Coaching alapok és irányzatok*, Akadémiai Kiadó, Budapest
- Rudas J. (2007). *Delfi örökösei: Önismereti csoportok – elmélet, módszer, gyakorlatok* Lélekben Otthon, Budapest.
- Rudas J. (2009). *Javne örökösei – Fejlesztő tréningcsoportok – elvek, módszerek, gyakorlatcsomagok*. Lélekben Otthon, Budapest.
- Shani, E.; Yaron, G. (2007). *Points of You™ Creative Tools for Training & Development: Train the Trainer*. Points of You Ltd., Israel.
- Shani, E.; Yaron, G. (2007). *Points of You™ The coaching Game*. Points of You Ltd., Israel. (Magyar nyelvű fordítás, 2016)
- Watzlawick, P., Weakland, J. H., Fisch, R. (1990): *Változás – A problémák keletkezésének és megoldásának elvei*. Gondolat Kiadó, Budapest.