

Belső időjárás



Mini segédlet a tanulás elejére

Ez a segédlet a Tudásliget ingyenes anyaga





Mire tudod használni?

Ez a mini segédlet egy **egyszerű, mégis nagyon hatékony ráhangoló eszköz** a tanulás, fejlesztés vagy közös munka elejére.

A „belső időjárás” abban segít, hogy a gyermek **szavak nélkül is meg tudja mutatni**, hogyan érkezik meg az adott helyzetbe. Nem kell hosszan beszélni, nem kell „jól” válaszolni, elég ráérezni és választani a képek közül.

Miért fontos?

Sokszor a tanulás nem azért nehéz, mert a tananyag túl bonyolult, hanem mert **a figyelem, a hangulat vagy a belső feszültség** még máshol jár.

Ez különösen igaz akkor, ha:

- nem minden nap találkozunk a gyerekkel (magántanárként),
- iskola után, fáradtan érkezik,
- sok minden történik vele, amit nehéz megfogalmaznia.

Hogyan használd?

- Az időjárás jeleket érdemes kinyomtatni és kivágni, így a gyermek nem csak ránéz, hanem kézbe is veheti, ami sokaknak könnyebbé teszi a választást. (Akár le is laminálhatod, hogy hosszabb ideig használható legyen.)
- Szánj a beszélgetésre legalább **2-5 percet** (magántanárként az óra elején)
- Nincs kötelező kérdés, nincs kötelező sorrend

Miben segít szülőként?

- Könnyebb beszélgetést indítani az iskola után
- Megtanulja a gyermek felismerni és megnevezni a saját állapotát, érzéseit
- Biztonságos keretet ad az érzések kimondásához

Gyakran már az is megkönnyebbülés, ha valaki **észreveszi és elfogadja**, hogy ma éppen „borús” vagy „viharos” az idő.

Miben segít (magán)tanárként?

- Gyors képet ad arról, **mennyire terhelhető ma a tanuló**
- Segít eldönteni, hogy haladjunk, lassítsunk vagy előbb kapcsolódunk.
- Csökkenti a feszültséget az óra elején és tudatosabbá teszi a tanári döntéseket

Ez az eszköz nem pszichológiai, hanem egy finom tanulásmódszertani iránytű.



Ráhangoló kérdések (tanulás elejére/iskola után)

- Melyik kép hasonlít legjobban arra, ahogy most érzed magad?
- Ha ez az időjárás mesélni tudna, mit mondana?
- Mióta lehet ilyen ez az időjárás benned?
- Van olyan kép, amire ma szívesen átváltanál?
- Ki vagy mi tudna segíteni, hogy változzon az időjárás?

Mini sűgó (magán)tanároknak és szülőknek

Napos

Mit jelezhet? Stabil, kiegyensúlyozott állapotot. A gyermek **biztonságban érzi magát**, jelen van, jól kapcsolódik önmagához és másokhoz.

Mit jelenthet a tanulás szempontjából? Ez a legideálisabb állapot az új anyaghoz, gyakorláshoz, kihívásokhoz. Könnyebb a koncentráció és az önállóság.

Viharos

Mit jelezhet? Erős érzelmeket: **dühöt, szorongást, túlterheltséget**. Gyakran akkor jelenik meg, amikor a gyermek már nem tudja magában tartani, ami benne van.

Mit jelenthet a tanulás szempontjából? Ilyenkor a tanulás háttérbe szorul. A gondolkodás beszűkül, a teljesítmény romolhat.

Borús

Mit jelezhet? Általános lehangoltságot, **fáradtságot vagy bizonytalanságot**. Nem feltétlenül konkrét probléma áll fenn.

Mit jelenthet a tanulás szempontjából? A motiváció csökkenhet, nehezebb az elindulás. A gyermeknek most inkább biztonságra és kis lépésekre van szüksége. A túlzott noszogatás helyett az elfogadás segít.

Szivárvány

Mit jelezhet? Egy erőforrás-pillanatot. Akkor jelenik meg, amikor a gyermek már túljutott valamin, vagy épp ráébred egy belső erőre. Lehet, hogy előtte nehéz volt, de most megkönnyebbülés, remény vagy büszkeség van benne.

Mit jelenthet a tanulás szempontjából? Nyitott az együttműködésre, könnyebben kapcsolódik, jól fogad visszajelzést. Ez egy ideális pillanat megerősítésre.

Erősen felhős

Mit jelezhet? A gyermek fejében sok gondolat kavargik egyszerre. Nem feltétlenül rossz a hangulata, inkább **bizonytalan, túltelített vagy nehezen rendszerezhető belső állapotban van**. Lehet, hogy érzi: „valami van bennem”, de még nem tudja pontosan megfogalmazni.

Mit jelenthet a tanulás szempontjából? Ilyenkor a figyelem könnyebben szétesik, a feladatok „ködösek” lehetnek. Nem a képesség hiányzik, hanem a belső rend. Egy kis strukturálás, lassítás sokat segít.

