

## Jegyzet a Sorsfordító kisfilm vetítését követő érzékenyítő beszélgetéshez

A Sorsfordító autizmus spektrumzavarral élő gyerekek gondolatai, elbeszélései és közösségi tapasztalatai alapján kitalált történet.

A címmel többféle üzenetünk is volt:

- egyrészt, a furcsa viselkedést kiváltó okokra rámutatni, tehát lefordítani, érthetőbbé tenni az autista gyerekek sorsát,
- másrészt a történetről beszélve, magunkat hasonló helyzetekbe beleélve, jobban átérezni/átéreztetni mások sorsát és a jövőbeli megértőbb, empatikusabb hozzáállással sorsokon fordítani, azaz pozitív irányba változtatni azok életkörülményeit, akiknek a sorsa egy közösség kezében van.

Az eddig megtartott vetítések és beszélgetések tapasztalatai – főként az érzékenyíteni kívánt gyerekek által legtöbbször igényelt magyarázatok miatt - a következőkben leírtakat szeretném figyelembe ajánlani a kisfilm jeleneteinek megbeszéléséhez segédanyagként, a rendelkezésre álló idő függvényében.

Természetesen alábbiak csak útmutatóul szolgálnak, a lehetőségekhez, körülményekhez alkalmazkodva ajánlom felhasználásra. Az a cél, hogy a gyerekeket elgondolkoztassuk, elképzelős-beleélős témákkal érzékenyítsük mások sorsával kapcsolatban.

### Vetítés előtt

A bemutatkozást követően igyekszem felkelteni a gyerekek érdeklődését a téma iránt:

Pl.: Egy kisfilmet hoztam nektek, amelyet a kisfiam világa ihletett, de akár a ti közösségeitekről, rólatok is szólhatna. De kapcsolódik általatok is ismert, egykori, illetve ma is élő híres emberekhez (művészekhez, tudósokhoz, sportolókhoz, stb.).

#### Kérdés:

Ki hallotta már Leonardo da Vinci, Isaac Newton, Thomas Edison, Albert Einstein nevét?

Kik ők?

És ki volt Beethoven?

Visszatérve a jelenbe: ki Steven Spielberg? És Susan Boyle vagy Eminem?

Bill Gates *(a Microsoft alapítója)* és Mark Zuckerberg *(a Facebook alapítója)* neve ismerős?

A focirajongókon kívül is biztosan sokan hallottatok már Lionel Messiről, igaz?

De Satoshi Tajirit, a Pokémon kitalálóját is betehetjük ebbe a névsorba.

*(A gyerekek ezekre a kérdésekre mindig lelkesen válaszolgatnak. Nem muszáj mindegyik híres embert felsorolni, de fontos, hogy ma élők is szóba kerüljenek. Kb. 5-10 perc alatt meg lehet velük beszélni ezeket.)*

Képzeljétek el, hogy velük is kapcsolatos ez a kisfilm, akár ők is kerülhettek volna Jancsi, a kisfilm főszereplője helyzetébe.

Olyan gyerekek világába pillanthattok bele, akik az átlagostól eltérő érzékeléssel születtek, így az általatok jól ismert, mindennapi helyzetek, esetleg jelentéktelen zajok, fények, illatok vagy akár érintések is rendkívül zavaróak, bántóak lehetnek számukra.

Egy gyors játékkal ki is próbálhatjátok, hogy bizonyos köeülmények között a saját érzékelésetek mennyire zavaró is lehet!

Lehetséges érzékenytő játék (időtartam kb. 5 perc, 5-6 gyerek és ugyanennyi zajt keltő játék, pl. csörgő, síp, illetve zseblámpa, stb.szükséges hozzá)

*Egy jelentkezőt kiválasztunk, hogy álljon középre, a többiek (4-5 gyerek) kezdjenek el körülötte menni, ugrálni és a kiosztott játékokkal zajongani, lámpával a szemébe villogni, időnként enyhén meglökni a kezében a könyvet, miközben a középén álló próbáljon meg felolvasni kb. 10 mondatot egy tankönyvből.*

*A felolvasás után meg kell kérdezni a felolvasó kisgyerektől, milyen érzés volt így olvasni és tudott-e figyelni a tartalomra, mennyire volt zavaró a körülötte történő zajongás?*

*A gyerekek ezután helyükre ülnek és kezdődhet a vetítés.*

## **Vetítés után**

A vetítés előtt említett híres tudósokat, művészeket, illetve a kisfilm főszereplőjét, Jancsit és a fiamat, Olivért az autizmus-spektrumzavar elnevezés köti össze.

**Az autizmus egy állapot, amely egész életen át fennáll** és a gondolkodás és társas viselkedés furcsaságaiban, az eltérő érzékelésben és ehhez kapcsolódva a szokásostól eltérő reagálásban mutatkozik meg.

**A spektrum szó sokféleséget, széles tartományt jelent**, ami autizmus esetén az önálló, ép értelmű, az átlagostól alig eltérő, többször kiváló képességekkel rendelkező emberektől, a kisebb-nagyobb segítséget igénylőkön át, egészen az önálló életre képtelen embertársainkig terjed.

**Ez nem betegség**, tehát nem gyógyítható, viszont a közösségekben autizmus-spektrumzavarral élő gyerekek fejleszthetők és speciális bánásmóddal, egy megértő, elfogadó közösségben viszonylag normális életet élhetnek. Egyedi látásmódjuk révén pedig sokat tanulhatunk tőlük és ők egy támogató környezetben nagyszerű dolgokat hozhatnak létre.

Ezen a kisfilmen keresztül megismerhetjük a furcsa viselkedésük mögött álló fő okokat, érzéseiket, beleélhetjük magunkat a számunkra is ismerős helyzetekbe, megbeszélhetjük, hogyan lehet nekik és a közösségnek is segíteni.

## **Reggeli kezdőjelenet**

A történet egy nyugalmat, biztonságot jelentő otthoni környezetből indul. Ez mindannyiunk számára fontos a valóságban is. Mindenhol jó, de legjobb otthon.

Az első képkockák látszólag két átlagos fiú reggeli készülődését mutatják, de egyikük szobájában felfedezhetőek apróbb, furcsaságnak számító részletek.

## **Kérdés:**

Láttatok-e valami olyat, ami nem megszokott egy gyerekszobában, nálatok nincs vagy nem értitek, miért van ott? (napirendi tábla a szobában, székre sorba odakészítve a ruhadarabok,

Autista társaitok nehezen tudnak eligazodni a világban, sokszor elbizonytalanodnak és szoronganak emiatt, így számukra nagyon fontos a kiszámítható és támogató környezet: például a feliratok, képek segítenek a napi teendők elvégzésében, a nyugodtabb lelkiállapot fenntartásában, amely nekünk is fontos, de mi ilyenféle támogatás nélkül is meg tudjuk ezt teremteni magunknak. Valójában a kiszámíthatóság és támogatás mindannyiunk számára fontos. (Mindenki számára pozitív érzésekkel indulhat a nap egy nyugis, közös családi reggeli után.)

Jancsi nem üdvözli szüleit, az étkező asztalnál a tányéralátétet, evőeszközt rendezgeti.

### **Úton az iskolába**

Jancsi elindul otthonról és az autóban feltett kérdései utalnak a számára biztonságot jelentő környezet elhagyására, az iskolával kapcsolatos érzéseire, kezdődő szorongására. Így érthetően nem jó kezdeni egy napot. Senki sem szeretne minden nap így indulni suliba.

Az autisták furcsa viselkedésének hátterében az áll, hogy másként érzékelik a világot: az átlagembernek megszokott hangok, szagok, fényhatások zavaróak vagy félelmet keltőek is lehetnek számukra, akár fizikai fájdalomhoz hasonlító érzéseket válthatnak ki belőlük.

Pl. a Jancsinak ilyen kutyaugatás, de velünk is előfordul, hogy félünk kutyáktól. Ez érthető is. Mivel az autisták másként gondolkodnak, értelmeznek dolgokat, a látványból inkább a részletek érdeklik őket, Jancsi figyelmét autózás közben a forgó kerekek (bicikli, HÉV), a hinta láncának mozgása, a közlekedési lámpa kötötte le, nem figyelte egyben az utcaképeket.

Viszont éppen a részletekre koncentráló, másféle gondolkodásmód teszi képessé őket később nagyszerű alkotások létrehozásához és újabb felfedezésekhez.

### **Megérkezés az iskola parkolójában**

Jancsi viselkedése az iskola parkolójában az autisták kommunikációs nehézségeiről is árulkodik:

- amikor megérkezik mellé kerekesszékes osztálytársa - láthatóan barátja -, Jancsi nem néz rá/a szemébe, hanem lehajtott fejjel motyog köszönés helyett és az őt aktuálisan őket érdeklő témáról kezd beszélni. Itt kiderül az autizmusra jellemző másik fontos dolog, a szó szerinti értelmezés (*Lassan járj...*) Ez eléggé megnehezíti az autistáknak a kommunikációt, a megfelelő társalgás fenntartását és a boldogulást egy közösségben.

### **Az osztályban**

Jancsi láthatóan egy kívülálló az osztályközösség mellett, míg kerekesszékes barátja azonnal az osztály részévé válik: beszélgetni kezdenek vele és segít (pl. elveszik előle a hátizsákokat, akadályokat).

Jancsit még mindig nyugtalanítják az útközben előjött rossz érzései. Ez is hozzájárul zárkózottságához, de próbál a viszonylagos biztonságot jelentő helyén, megnyugtatót találni ceruzái rendezgetésében, a szokásos rutinfeladatok elvégzésében. Az autistáknak mindig fontos a napi rutin, ragaszkodnak a megszokott dolgokhoz, ugyanis ezek adják a számukra nagyon fontos biztonságérzetet.

Ebben a megnyugtatót célzó tevékenységben zavarja meg egy osztálytárs, aki valószínűleg mással is hasonlóan viselkedik, de Jancsi furcsaságaiból adódó helyzeteket mindig kihasználja. A ceruzák megnyugvást jelentő rendezgetését azok leverésével teljesen elrontja.

(Érthető Jancsi zaklatottsága, általában mi sem szeretjük, ha hozzányúlnak - főként romboló szándékkal -, a személyes holminkhoz.)

Senki nem neveti ki ebben a helyzetben Jancsit, de nem is foglalkoznak vele, nem segítenek neki összeszedni, senki nem próbálja figyelmeztetni az osztálytársát, hogy ezt nem kellett volna. Ezzel a közömbösséggel megnehezítik Jancsi helyzetét az osztályközösségben, s közvetve bátorítják a ceruzát leverő fiút a további piszkálásokra. Senki nem szereti, ha így bánnak vele a társai.

### Tanórán

Jancsi számára a rajzolás kényszertevékenysége, az indulat levezetésének és egyben a megnyugtatósnak is eszköze. Sajnos a tanárnő nem látta a reggeli ceruzaleverős jelenetet, nem tudja, hogy Jancsit szorongást okozó helyzetbe hozta egy osztálytársa. A tanárnő nem érti, sőt félreérti, miért rajzolgat Jancsi matekozás helyett.

Miközben az osztályban több gyerek viselkedése sem nevezhető megfelelőnek a tanóra alatt (pl. valaki eszik, dobálózik, illetve egyik fiú alszik a padon), csak Jancsi kap rosszálló megjegyzést a tanárnőtől. Ártatlannak érzi magát, így nagyon bántja, hogy rászólnak. Mindannyiunknak elszomorító, ha bajban vagyunk és közben még félre is értenek bennünket. (És úgy is lehet valamire figyelni, ha nem nézünk oda, vagy közben babrálunk valamivel.)

Jancsi szorongása egyre fokozódik, ezt a körkörös firkálás erősödése érzékelteti. Egy számára minden nap kihívást jelentő környezetben nem tud magától megnyugodni és nem tud segítséget kérni sem, amely az autistákra általában jellemző.

A tanárnő és osztálytársai nem értik megnyilvánulásait, így nem is tudnak segíteni.

Hiába oldotta meg ő is jól a feladatot, nem tudja elmondani, vagyis nem tudja megmutatni, mire képes, nem kap dicséretet. Ki szeretne ilyen érzésekkel, lelkiállapotban eltölteni akár néhány órát is egy közösségben, félreértve, magányosan?

Mi történik Jancsival ezután? Az ilyen esetek miatt Jancsi állandóan érzi, hogy más, mint a többiek és tisztában van kirekesztettségével is. Így amikor a piszkálódó fiú a szemét eldobása után ismét megzavarja, megbántja a gúnyos kérdésével („*Mi van gyógyos...*”), Jancsi azt gondolja, mindenki hallotta és a háta mögött kinevetik a gyerekek.

Jancsi hirtelen kirohan az osztályból. Olyan állapotban teszi ezt, amely bárkivel előfordulhat életében egyszer-kétszer: mikor annyira rosszul érezzük magunkat egy helyen, hogy legszívesebben elmenekülnénk onnan.

**Kérdés:** Éreztetek már ilyet?

### A szertárban

Jancsi a szertárba rohan, mert valószínűleg jól ismeri már a helyet, ott keres megnyugvást. Nagyon elkeseredett, mert osztálytársai nem látják meg, miben segíthetnek neki. Hiába vágyik arra, hogy ne kelljen a másságával járó hátrányokkal, érzésekkel megküzdenie naponta, és ő is a közösség elfogadott tagja legyen, megmutathassa képességeit, az autizmusával járó pozitív dolgokat, megértés és segítség nélkül azonban képtelen erre.

Becsukja a szemét és egy furcsa álomban látja a megoldást. Álma azért is különös, mert a vágyott elfogadhatóbb, boldogabb életben nem egy átlagos emberként látja magát, - nem is igazán tudja elképzelni, hogyan lehet másság nélkül élni (lehet, nem is akar) -, viszont a közössége számára is jól látható és érthető másságot kíván magának, amely mindenki számára egyértelmű. Mozgássérült barátja közösségi helyzetét látva, egy kerekesszékes gyerek sorsát is elfogadhatóbbnak, élhetőbbnek

ítéli. Abban látja a megoldást, hogy egy látható fogyatékossgal problémáit végre felismerik majd a többiek, nem hozzák többé olyan helyzetbe, ami számára nehézségeket okoz és észre tudják venni, miben tudnak neki segíteni. Akkor is tisztában lesznek a másságával, ha ő éppen nem tud segítséget kérni. Ezért végre nem a másságával, hanem képességei megmutatásával irányíthatja magára a többiek figyelmét és megtapasztalhatja egy közösség elismerését, az elfogadást és a baráti légkört.

Ebből az álmvilágból kerekesszékes és egyben egyetlen barátja hozza vissza a valóságba. Türelemmel és barátsággal sikerül megnyugtatnia Jancsit és megoldani ezt a nehéz helyzetet. A megértés és elfogadás minden helyzetben fontos és megoldáshoz vezethet.

### **Utolsó képsorok az asztal alatti rajzokkal:**

Azt érzékeltettük a sok krétarajzzal, hogy nem először, hanem elég sokszor járt már ott Jancsi, tehát sokszor került zaklatott érzelmi állapotban. Még a kellemetlen szagokkal, kitömött állatokkal, ijesztőnek tűnő tárgyakkal teli szertárban is jobban érzi magát, könnyebben meg tud nyugodni, mint valódi elfogadás hiányában egy közösségben.

**Kérdés:** Ugye senki nem szeretné magát - főként naponta- ilyen helyzetbe képzelni és cserélni Jancsival.

*A végén ezzel szoktam búcsúzni:*

Köszönöm, hogy beszélhettünk ezekről a fontos dolgokról, kívánom, hogy mindannyian egy elfogadó és nagyszerű közösség tagjai legyetek és kérlek, ezt ne feledjétek el:

**Ami egy vakember számára a bot, egy mozgássérültnek a kerekesszék, az egy autista embernek az elfogadás.**

---

### **Megjegyzések:**

Ha azt látom a gyerekeken az első kérdéseim után, a történet feldolgozása közben, hogy a kisfilm nagyon megérintette őket és a feltett kérdéseimre inkább tőlem várják választ, akkor magyarázom csak Jancsi reakcióit, gondolatait (többször kezdem így, hogy *Képzeljétek el, milyen érzés lenne.. stb.*). De ha van kérdésük és láthatólag jobb nekik, akkor kérdezőtősen mesélem a történetet (*pl. Mi történt amikor megérkezett Jancsi a suliba? Hogyan viszonyulnak az osztálytársak Jancsihoz és a kerekesszékes fiúhoz? Valóban kinevették-e a gyerekek? stb.*).

Más érzékenyítő játékot is szoktam, ha jut rá idő, pl. esélyegyenlőség szemléltetésére, amelyről kérésre szívesen küldök leírást.

Remélem, megfelelő segítséget és bátorítást jelentenek minden önkéntesnek a fentiek.

Köszönöm a figyelmet és kívánok élményteli beszélgetéseket a valóban elfogadó és empatikus gyerekközösségek, valamint egy közömböségtől mentes jövőbeli társadalom kialakulásának reményében!

Gömbösné Hideg Viktória  
(Sorsfordító kisfilm ötletgazdája)