

**„Akadálymentesítsd” magad!**

**Felnőttek érzékenyítése fogyatékossgal élő társaikkal való  
együttélésre tréning keretében**

## Tartalom

|                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------|----|
| 1. Bevezető.....                                                | 4  |
| 2. Az akadálymentesítésről .....                                | 6  |
| 3. A tréning .....                                              | 9  |
| 3.1. Fogalma .....                                              | 9  |
| 3.2. Kialakulása.....                                           | 10 |
| 3.3 A hagyományos képzés és a tréning lényeges különbségei..... | 11 |
| 4. Tréningfeladataim bemutatása .....                           | 13 |
| 4.1. Sztereotípiá, előítélet feladat.....                       | 15 |
| 4.2. Korról-korra .....                                         | 16 |
| 4.3. Nem érzem a kezeimet! .....                                | 18 |
| 4.4. Próbáld ki!.....                                           | 19 |
| 4.5. Emberi labirintus.....                                     | 20 |
| 4.6. Szerepjáték.....                                           | 21 |
| 4.7. Hogyan nevezzetek? .....                                   | 23 |
| 5. A tréningfeladatok működőképességének próbái .....           | 25 |
| 5.1. Első próba .....                                           | 26 |
| 5.2. Második próba .....                                        | 29 |
| 5.3. Harmadik próba .....                                       | 34 |
| 5.4. Negyedik próba.....                                        | 36 |
| 6. Kérdőívek elemzése .....                                     | 40 |
| 6.1. A kérdőívek összeállításának szempontjai .....             | 40 |
| 6.2. A második próba kérdőíveinek kiértékelése .....            | 43 |
| 6.3. A harmadik próba kérdőíveinek kiértékelése .....           | 50 |
| 6.4. A negyedik próba kérdőíveinek kiértékelése.....            | 54 |
| 7. Összegzés.....                                               | 58 |

|                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------|----|
| Felhasznált irodalom.....                                               | 60 |
| Mellékletek .....                                                       | 62 |
| 1. Sztereotípiá, előítélet feladatlap.....                              | 62 |
| 2. Ajánlott kifejezések listája fogyatékos emberekkel kapcsolatban..... | 63 |
| 3. Kérdőív(1).....                                                      | 64 |
| 4. Kérdőív(2).....                                                      | 67 |

## 1. Bevezető

Ősidők óta gondot jelent a másság, a fogyatékoság elfogadása a társadalomban, és sajnos így van ez a mai felvilágosult világunkban is. Az orvostudomány fejlődésének köszönhetően egyre több betegségben szenvedő, vagy balesetben megsérült ember életét tudják megmenteni, teszik mindezt akár maradandó károsodás árán is. Olyan csecsemőket tudnak életben tartani az orvosok, akik korábban meghaltak volna, sőt a várandós anya hasában is képesek a magzatot megműteni. Mindez fantasztikus teljesítmény, de nekünk, a társadalom tagjainak is lépést kellene tartanunk ezzel a fejlődéssel, mert ha képesek vagyunk őket megmenteni, felelősséggel is tartozunk irántuk.

A fogyatékos emberek száma Magyarországon a 2001. évi népszámlálás adatai szerint 577 000 fő volt, a népesség 5,7 százaléka. Sokuk életét nem csak egészségi állapotuk, hanem a kedvezőtlen társadalmi körülmények is megnehezítik. Sokszor az épek számára természetes, alapvető tevékenységek hozzáférhetetlenek számukra, annak ellenére, hogy a fogyatékos személyek jogairól és esélyegyenlőségük biztosításáról szóló törvény 1998 óta van érvényben, majd 2003-ban megszületett az egyenlő bánásmódról és az esélyegyenlőség előmozdításáról szóló törvény is. A komplex akadálymentesítés teljesítésének törvényi határideje már 2008. december 31-én lejárt, ennek ellenére sok helyen még nem valósult meg. 2012-ben, a január és szeptember közötti időszakban az Egyenlő Bánásmód Hatóságnál nyolc esetben kezdeményeztek eljárást ilyen ügyekben.<sup>1</sup>

Kétségtől a fogyatékosággal élő emberek a magyar társadalom leghátrányosabb helyzetű csoportjai közé tartoznak. Ráadásul előítéleteket nem csak különböző népcsoportokkal szemben táplálunk, hanem a saját csoportjainkon belül élő fogyatékos személyekkel szemben is. Az emberek egy részének fogalma sincs arról, hogy hogyan kezelje az olyan helyzeteket, amelyben valamilyen kapcsolatba (munkahelyi, iskolai, stb.) kerül velük. Azonban még ha a jó szándék meg is van bennük, sokan nem tudják hogy miként segíthetnének vagy, hogy az illető egyáltalán szorul-e bármiféle segítségre.

---

<sup>1</sup> Egyenlő Bánásmód Hatóság: [2012.09.01.] <<http://www.egyenlobanasmod.hu/jogesetek/jogesetek>>

Nagyon sok, (de nem elég!) olyan program van, amely célja a fogyatékos emberek mindennapi életének bemutatása helyi és országos szinten is. Ezek legtöbbje azonban meglehetősen drága. A szemléltető eszközök beszerzése, üzemeltetése, ezek esetleges utaztatása olyan nagy anyagi költséggel jár, hogy ezáltal a programok csak alkalmanként valósulhatnak meg, és az anyagi forrás előteremtése is gondot okozhat. Szükség van egy olyan tréningre, amelyben a résztvevők megismerkedhetnek a fogyatékkal élők mindennapi problémáival egyszerű, mindenki számára elérhető eszközök és feladatok segítségével, ezáltal nyitottabbá és toleránsabbá válhatnak velük szemben.

A tréningfeladatok kidolgozásakor abból a gondolatból indultam ki, hogy a személyiségben a család, a szűk és a tágabb környezet hatására kialakult attitűdök megváltoztathatók, fejleszthetők. A célom nem fogyatékosügy szakemberek képzése, hanem a fogyatékos emberekkel, a fogyatékossgal kapcsolatos szemléletformálás, a másság elfogadásának elősegítése, az érdeklődés felkeltése, valamint annak felismertetése, hogy szükség esetén miként tudnak segíteni a fogyatékos embereknek, hogyan közeledjenek feléjük és kommunikáljanak velük és róluk. Hiszem, hogy az információhiány és az előítélet az elutasítás melegágya és hogy a csoporthelyzetekben létrejött élmények hatására a negatív attitűdök pozitív irányba mozdíthatók. A fogyatékos személyek sajátosságainak, nehézségeinek megismerésével és problémáik átérzésével, megtapasztalásával csökkenthető a kirekesztés, és ezzel párhuzamosan nőhet az elfogadásuk is.

Hipotéziseim:

1. Az egyszerű, hétköznapi eszközök és feladatok is alkalmasak a fogyatékossgal élők mindennapi problémáinak ismertetésére.
2. Az általam kidolgozott tréning feladatok szemléletformáló hatással bírnak.

Hipotéziseim igazolására induktív kutatási stratégiát alkalmaztam, mely során használtam a leíró, az összefüggés feltáró és a kísérlet módszerét is.

## 2. Az akadálymentesítésről

*„Az akadálymentesítés olyan tudatos tevékenységek összefoglaló neve, melyek a különféle (fizikai, érzékszervi vagy értelmi) fogyatékossgal élők számára igyekezik olyan körülményeket biztosítani, amelyek lehetővé teszik számukra minden olyan tevékenység elvégzését, amelyben akadályoztatva vannak. Az akadálymentesség, vagy egyenlő esélyű (szabad) hozzáférés – a személyre vonatkozó képzettségi és szakmai alkalmassági feltételeken túl – a fizikai akadálymentességet, akadálymentes be- és kijutást, szabad belső közlekedést, az adott helyen bárki számára igénybe vehető, valamennyi szolgáltatásnak másokkal egyenlő feltételekkel történő, biztonságos használatát jelenti.”<sup>2</sup>*

Az akadálymentesítés tehát egy komplex fogalom, bár sokan általában az épített környezetben történő módosításokat értik alatta, – kétségtelenül ez az egyik nagyon fontos tényezője – ennél azonban sokkal többről van szó. Három fő területen kell megvalósulnia. Ide tartozik a fizikai és az infokommunikációs környezet valamint az emberi gondolkodásmód akadálymentesítése is.

Az 1997. évi LXXVIII. az épített környezet alakításáról és védelméről szóló törvény határozza meg, hogy az épített környezet akkor akadálymentes, *„ha annak kényelmes, biztonságos és önálló használata minden ember számára biztosított, ideértve azokat az egészségkárosodott egyéneket vagy ember csoportokat is, akiknek ehhez speciális létesítményekre, eszközökre, illetve műszaki megoldásokra van szükségük”*.<sup>3</sup>

Az ép emberek számára sokszor fel sem tűnik, hogy mennyire megnehezíti, sok esetben pedig teljesen ellehetetleníti a hétköznapi tevékenységek elvégzését a fizikai környezetünk kialakítása. Az építésszek egy épület megtervezésénél egy átlagos felnőtt ember tulajdonságait vették alapul, így készültek el azok a szabványok is, – mint például a villanykapcsoló elhelyezésének magassága, az ajtók, közlekedők szélessége – amelyeket széles körben alkalmaztak. Akinek van kisgyermekje jól tudja, hogy hosszú évekig nem tudják a gyermekek felkapcsolni a villanyt, vagy megnyomni egy csengőt, nem azért mert ennek az egyszerű mozdulatnak a megvalósításához nincsenek meg a

---

<sup>2</sup> Fogyatékosügyi Kommunikációs Intézet: Akadálymentesítés. [2012.10.01.]  
<<http://www.fokom.hu/site/tevekenyseg/temakor/akadalymentesites.php#tovabb>>

<sup>3</sup> 1997. évi LXXVIII. törvény az épített környezet alakításáról és védelméről

képességeik, hanem azért, mert nem érik fel a kapcsolót, vagy a nyomógombot. Apróságnak tűnhet az iménti példa, de gondoljunk csak bele, hogy egy óvodáskorú gyermekben mekkora önállósági törekvések munkálkodnak, nem is beszélve egy már felnőtt, az önállóság képességeivel rendelkező, de ebben akadályozott fogyatékos személyről, aki például kerekesszékekben ülve nem, vagy csak nagyon nehezen képes egy villanyt felkapcsolni.

Az akadálymentes tervezés legfőbb kiindulópontja, hogy megfeleljen az olyan különleges igényeknek is, amelyeket a fogyatékossgal élő személyek szükségletei idéznek elő, ezáltal olyan létesítmények jönnek létre, amelyek a fogyatékos embereken túl más használóknak is kényelmesebbek, biztonságosabbak.

*„Az 1998. évi törvény szerint: a közszolgáltatás egyenlő eséllyel hozzáférhető akkor, ha igénybevétele – az igénybe vevő állapotának megfelelő önállósággal – mindenki, különösen a mozgási, látási, hallási, mentális és kommunikációs funkciókban sérült emberek számára akadálymentes, kiszámítható, értelmezhető és érzékelhető; továbbá az az épület, amelyben a közszolgáltatást nyújtják, mindenki számára megközelíthető, a nyilvánosság számára nyitva álló része bejárható, vészhelyzetben biztonsággal elhagyható, valamint az épületben a tárgyak, berendezések mindenki számára rendeltetésszerűen használhatók, és a szolgáltatások egyformán igénybe vehetők.”<sup>4</sup>*

Az a tény önmagában, hogy egy fogyatékos ember bejutott az épületbe nem elég, biztosítani kell számára a különféle szolgáltatások igénybevételének lehetőségét, különös tekintettel a közszolgáltatásokra, vagyis meg kell teremteni az információkhoz való hozzáférést és kommunikáció lehetőségét is. Ez pedig már túlmutat az épített környezet akadálymentesítésén.

Bár nagyon szeretjük használni a különféle sablonokat, mert megkönnyítik az életünket, tudomásul kell vennünk, hogy mind az ép, mind a fogyatékos emberek nagyon különbözőek. Más-más fogyatékossgal más-más problémákat vet fel. Például nem ugyanazokkal az akadályokkal küzd egy kerekesszékekkel közlekedő, mint egy vak ember. Míg az előbbinek az épületbe való biztonságos bejutást és az ott történő közlekedést kell lehetővé tenni, addig az utóbbinak a vizuális információkat kell más

---

<sup>4</sup>Fogyatékosügyi Kommunikációs Intézet: Akadálymentesítés. [2012.10.01.]  
<<http://www.fokom.hu/site/tevekenyseg/temakor/akadalymentesites.php#tovabb>>

érzékszervek számára érzékelhetővé tenni (pl. az ügyfélhívó, ügyfélirányító rendszerek nagy segítséget nyújtanak a látó emberek számára, de az esetleges figyelemfelhívó hangjelzésen kívül semmi támpontot sem adnak egy vak ember számára).

A fizikai és az infokommunikációs akadályok megszüntetése azonban mit sem ér a megfelelő gondolkodásmód kialakulása nélkül. Ehhez szükség van arra, hogy megváltoztassuk a hozzáállásunkat, meg kell szüntetni a már kialakult előítéleteinket, sztereotípiáinkat, azaz akadálymentesítenünk kell saját magunkat. Ezenkívül meg kell tanulni azokat a módszereket, amelyekkel a felmerülő problémák áthidalhatóvá válnak, segítségükkel mindezeket meg lehet oldani. A tréninget módszerében rejlő lehetőségei alkalmassá teszik arra, hogy akadálymentessé válhasson az emberi gondolkodás.<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup>Fogyatékosügyi Kommunikációs Intézet: Akadálymentesítés. [2012.10.01.]  
<<http://www.fokom.hu/site/tevekenyseg/temakor/akadalymentesites.php#tovabb>>

### 3. A tréning

#### 3.1. Fogalma

A tréning fogalmát a különböző szakirodalmak eltérő szemszögből kiindulva határozzák meg. A tréningek irányított tanulás jellegét emeli ki a Felnőttoktatási és – képzési lexikon: *„A tréning adott, általában szűk témakörben, képzett vezető közvetlen irányításával folytatott tanulási forma. Alapja az irányított gyakorlás, lehetőség szerint a készség-szint, a résztvevő önálló tevékenységre való képesség eléréséig.”*<sup>6</sup>

Aronson úgy véli, hogy a személyiség feltárásában a világhoz való viszony meghatározásában van fontos szerepe a tréningeknek. *„Megtanulom, hogyan viselkedem, mások miként látnak engem, látom, hogy az én viselkedésem hogyan befolyásolja őket, és engem hogyan befolyásolnak mások.”*<sup>7</sup>

Gazdag Miklós a készségfejlesztő hatást hangsúlyozza *„... a tréningek az önismeretet és az emberismeretet, a szociális és vezetői készséget, az együttműködési, a kommunikációs és problémamegoldó készséget fejlesztik”*.<sup>8</sup>

Légrádiné Lakner Szilvia meglátása szerint a tréning *„olyan, alapvetően készségfejlesztésre irányuló, csoportos fejlesztő módszerre, amelyen a résztvevők személyes tapasztalatokat szereznek, a tapasztalati tanulás révén új ismeretekhez jutnak önmagukról, másokról, különböző helyzetekhez való viszonyulásaikról. Ehhez eszközként különféle játékokat, szituációs és szerepgyakorlatokat alkalmaznak a tréningek vezetői, amelyeket feldolgoznak, a résztvevők egymásnak visszajelzéseket adnak, működnek a csoportdinamika törvényszerűségei, és ezáltal fejlődnek a résztvevők szociális és interperszonális készségei”*.<sup>9</sup>

Dr. Poór Ferenc pedig a tréninget egy olyan komplex képzési, továbbképzési eljárásnak tekinti, *„amelynek keretében célorientált - igény szerinti tartalmú felkészítés történik, az adekvát elméleti ismeretek feldolgozására és gyakorlatban való alkalmazására kerül sor, visszacsatolás biztosításával (amidőn valamilyen módon az elemzés, értékelés megoldott).”*<sup>10</sup>

---

<sup>6</sup> KISZTER, 2002:550 p.

<sup>7</sup> ARONSON 1978:251 p.

<sup>8</sup> GAZDAG, 1991:12 p.

<sup>9</sup> LÉGRÁDINÉ, 2006:61 p.

<sup>10</sup> DR. POÓR Ferenc: Tréning. [2012.09.03.] <<http://www.hrportal.hu/index.phtml?page=feature&id=33415>>

A fogalmak meghatározásai különbözőek ugyan, de abban megegyeznek, hogy tréning során a résztvevők az új ismereteket nem a hagyományos frontális osztálytermi keretek között tanulják meg, hanem a valósághoz hasonló feltételek mellett túlnyomórészt csoportmunkában dolgozva - és ami talán a legfontosabb - tapasztalati úton keresztül sajátítják el.

### **3.2. Kialakulása**

Rudas szerint a T-csoport (tréningcsoport), az önismereti, a személyiségfejlesztési csoportok kialakulásának előzményei az ókornál is régebbi időkre vezethető vissza. Szerinte Arisztotelész peripatetikus iskoláját és Szókratész dialógusait tekinthetjük valamiféle antik T-csoportnak.

A mai értelemben vett önismereti csoportok elődei azonban a huszadik század elején jelentek meg, többek között Joseph H. Pratt bostoni tüdőgyógyász munkájának eredményeképpen, aki észrevette tuberkulózisban szenvedő betegeinél a testi tünetek mellett jelentkező letargikus állapotukat is, melynek javítása érdekében programot dolgozott ki a betegek kórházon kívüli kezelésére. Az egyházi támogatással megrendezett heti találkozások alkalmával előadásokat tartott a betegség kezeléséről, összehozta a sorstársakat egymással, a pszichoterápiát úttörőként alkalmazva.

Tőle függetlenül, ugyanebben a korszakban, Európában két jelentős személy is szervezett csoportokat, J. L. Moreno a gyermekek és a prostituáltak számára, Sigmund Freud pedig egy tíztagú tanulmányi csoportot. A két világháború közötti időszakban az előbbi kifejlesztette a pszichodráma módszerét és elméletét, míg utóbbi elkészítette csoportpszichológiával és én-analízissel foglalkozó munkáját.

A tréningmozgalom kialakulását mégis Kurt Lewin munkásságának két fontos állomásához kapcsolják. Az első jelentős esemény a tréning csoportok születésében a Csoportdinamikai Kutatóközpont létrehozása a Massachusetts Institute of Technology-n. A másik az 1946-ban Lewin vezetésével megrendezett konferencia Connecticut államban, melynek elsődleges célja volt, hogy felkészítse a vezetőket a faji és vallási előítéletek elleni küzdelem hatékony módszereire. A résztvevők - elsősorban pedagógusok, szociális munkások, valamint üzletemberek és vezető beosztásúak - csoportokban dolgoztak szerepjátékok és csoportos viták segítségével. A különféle önismereti és személyiségfejlesztő csoportok keletkezését ettől az eseménytől kezdve

számítjuk. A konferenciának egyébként akkora volt a hatása, hogy a Main állambeli Bethelben létrehozták az Országos Tréninglaboratóriumot, amely a T-csoport módszer kutatásának központjává vált Lewin halála után. Az ő munkássága alapozta meg a mai humánerőforrás-fejlesztő tréningeket, vezetőképző és szervezetfejlesztő T-csoportokat, és kísérletei során feltárta, hogy az emberi kapcsolatok fejlesztésében elengedhetetlen szerepe van a visszajelzésnek.

A hatvanas években a csoportok elsősorban azért szerveződtek, hogy módot adjanak a közösségi együttlétre és a találkozásra. Ennek köszönhetően jöttek létre az úgynevezett encounter-csoportok, amelyek megjelenése Carl Rogers és Maslow nevéhez fűződik. Ezek a csoportok meghatározott tematika nélkül a csoporttagok érzéseire és interakcióira építve önmaguk feltárását segítik elő. Gyors ütemben terjedtek el ezek a csoportok, és becslések szerint körülbelül tízmillió ember vett részt rajtuk Amerikában a hetvenes évek végéig.

Nagyon sok hasonlóság mutatkozik a hagyományos pszichoterápiai történeteiben is. A terapeuták csoportokba szervezték a segítségre szoruló pácienseket ezenkívül fejlesztették, elsajátították az újszerű csoportmódszereket. Ezzel párhuzamosan jelentek meg országszerte és rohamosan terjedtek az alternatív módszerek, mint a Synanon-csoportok, a Gestalt-terápia és a maratoni csoportok.

Napjainkra Rudas meglátása szerint valamiféle populáris csoportkultúra alakult ki, melynek egyik sajátossága a mennyiségi robbanás, a tömegessé válás, valamint a csoportvezetés laicizálódása.<sup>11</sup>

### **3.3 A hagyományos képzés és a tréning lényeges különbségei**

A hagyományos képzésben az oktató az adott tárgyra vonatkozóan képzett, az anyagot leadja, a hallgató a tudást – „készen” – megkapja. A tréner amellett, hogy rendelkezik a tárgyra vonatkozó képzettséggel szociálisan is kompetens, a résztvevőket vezeti a fejlődési útjuk egy szakaszán, amely során a tudást megszerzik.

A szerepviszonyok tekintetében az oktató és a hallgató között függőségi viszony áll fenn, míg a tréning során ezt a viszonyt a partnerség jellemzi. A függő helyzet miatt a légkör javítása bár segíti, de alapvetően nem befolyásolja a folyamatot, viszont egy tréningen a bizalom teli, pozitív, elfogadó légkör hiányában a tanulás nem jön létre. A

---

<sup>11</sup> RUDAS, 2007: 16-23 p.

személyesség szintje ugyancsak különbözik a két módszerben mind az oktató, mind a hallgató részéről. A hagyományos tanítási formában a képző részéről mindez a saját személyes szándékaitól függ, a hallgatók szemszögéből pedig egy előadáson ez a szint minimális, amely a passzív befogadói szerepből következik, interaktív módszerek esetén azonban nő a nyitottság. A tréning egy magas intimitású helyzetet teremt, a személyes érintettség kölcsönös, a tréner nyitottsága nélkülözhetetlen és erre a résztvevők részéről is szükség van. A csoportbeli kapcsolatok kialakítása az előbbinél a tanulók kezdeményezésének függvénye, míg utóbbinál egyfajta hasznos „melléktermékként” jön létre a magas intimitású, együttműködésre képes csoport.

A fejlesztés fókuszában a hagyományos oktatásban a csoport ismereti szintjének megfelelően a tananyagban előírt ismeretek átadása áll, a tréning esetén pedig mindenki számára egyéni úton biztosított az addig elért személyes készségszintjéről való továbblépés.

A visszacsatolás mindkét esetben egyirányú folyamat, de annak iránya különböző. A hagyományos képzésnél a tanulási folyamat részeként a tanárnak a feladata, mely a diákok értékelésében nyilvánul meg, ezzel szemben a tréneri értékelés nem javasolt, a résztvevők személyes benyomásainak közlésében valósul meg.

A fentiek alapján jól érzékelhető, hogy a tréneri szerep jelentősen megnövekedett kompetenciákat és egy egészen másfajta szemléletmódot igényel, valamint egy sikeres és hasznos tréninghez szükség van minden közreműködő részéről idő, energia és anyagi befektetésre is.<sup>12</sup>

---

<sup>12</sup> JAKAB, 2001: 108-110 p.

## 4. Tréningfeladataim bemutatása

A tréningfeladataim kidolgozásánál célomul tűztem ki a fogyatékos emberekkel, a fogyatékossggal kapcsolatos szemléletformálást, a másság elfogadásának elősegítését, az érdeklődés felkeltését, valamint annak felismertetését a résztvevőkkel, hogy szükség esetén miként tudnak segíteni a fogyatékos embereknek, hogyan közeledjenek feléjük és kommunikáljanak velük és róluk. Szerettem volna elérni, hogy a feladatok, gyakorlatok könnyedek, a lehető legjátékosabbak és egyszerűen érthetőek legyenek, valamint a kitűzött céloknak is megfeleljenek.

Mielőtt egy-egy feladatot, gyakorlatot kitaláltam volna rész célokat határoztam meg, melyek megfogalmazása után arra kerestem megoldást, hogy miként tudom megvalósítani. Ilyen részceám volt például az is, hogy a tréningen résztvevők megismerkedhessenek az egyes történelmi korokban milyen volt vagy lehetett a társadalom hozzáállása a fogyatékos emberekhez, mindezt nem olyan módon, hogy előadást hallgassanak meg róla, hanem beleérző képességüket, történelmi ismereteiket kihasználva jussunk el a kívánt cél eléréséhez, ezen okból készültek el a „Korról-korra” gyakorlat feladatai.

A „Próbáld ki!” gyakorlat volt az első, amelyet kidolgoztam. Céám az volt, hogy hétköznapi helyzeteket teremtve megtapasztaltassam a résztvevőkkel, hogy milyen nehézségekkel kell megküzdenniük a fogyatékos embereknek. A fogyatékossgnak azokat a fajtáit kívántam bemutatni, amelyek a legismertebbek és a legegyszerűbben modellezhetőek. A szemléltetésnél lényeges volt, hogy egyszerű, hétköznapi eszközökkel legyen megvalósítható.

Nagyon sok fejtörést okozott az is, hogy miként tudnám bemutatni a kiszolgáltatottságot, a másra utaltság helyzetét és azt, hogy a segítségnyújtás sem mindig egyszerű, mindezt a lehető legkönnyedebb feladatokon keresztül. Ebből a célból születtek meg a „Nem érzem a kezeimet!” és az „Emberi labirintus” gyakorlatok.

Tapasztalataim azt mutatják, hogy az emberek általában nem is gondolják mennyire előítéletes, sztereotípiás a gondolkodásuk. Erre szerettem volna rávilágítani a „Szttereotípia, előítélet” feladat segítségével.

A fogyatékossgal élő emberekről, és a velük való kommunikálás előfeltétele, hogy ismerjék meg a résztvevők azokat a szavakat, kifejezéseket, amelyek nem sértőek a fogyatékos személyek számára, mégpedig olyan módszerrel, hogy ezen szavak a lehető legjobban rögzülhessenek, de ne biflázással történjen mindezek megtanulása. Ebben az esetben adott volt a szavak listája, csak a módszert kellett kitalálnom, amellyel gyorsan és egyszerűen válik elsajátíthatóvá. Ezt valósítottam meg a „Hogyan nevezzetek?” gyakorlatban.

A fejezet további részében olvashatóak a feladatok, gyakorlatok részletes leírásai.

#### 4.1. Sztereotípiá, előítélet feladat

**Cél:** Sztereotípiáink, előítéleteink felismerése, tudatosítása. A fogalmak, azok különbségeinek, összefüggéseinek tisztázása.

**Csoport mérete:** 5-6 fős csoport, esetleg egyéni feladatmegoldás

**Időkeret:** 20-30 perc

**Eszközigény:** Sztereotípiá, előítélet feladatlap<sup>13</sup>

**Előkészület:** A csoportok számával - egyéni feladatmegoldás esetén a résztvevők számával - megegyező mennyiségű feladatlapról kivágni a definíciókat és összekeverve borítékokba helyezni.

##### **Játék leírása:**

A borítékok kinyitása előtt nagycsoportos megbeszélés keretében a tréner rákérdez, hogy a résztvevők tudják-e mit jelentenek a sztereotípiá és az előítélet fogalmak, illetve tisztában vannak-e a fogalmak közötti különbségekkel, összefüggésekkel. A résztvevők önállóan, illetve kiscsoportokban két oszlopba rendezik azokat a definíciókat, amelyek szerintük az adott fogalmakhoz tartoznak. A válogatásra ne szánjon több időt 5-6 percnél, mert nem marad idő a megbeszélésre!

A válaszok helyességének ellenőrzése többféle módon is történhet a résztvevők aktivitási szintjéhez igazodva:

1. A tréner ismerteti a helyes megoldást némi magyarázattal kiegészítve.
2. A tréner ismerteti a helyes megoldást, de a példákat, a magyarázatokat önként jelentkezők fűzik hozzá.
3. Önként jelentkező résztvevők választanak ki 1-1 definíciót, olvassák fel és mondják meg, melyik fogalomhoz tartozik és maguk választanak példát a meghatározás megmagyarázására.

A maradék időben össze lehet gyűjteni, meg lehet beszélni saját sztereotípiáinkat, előítéleteinket. Nagyon jól lehet szembesíteni a csoportot saját sztereotípiáikkal, előítéleteikkel, ha - amennyiben van rá lehetőség - ezeket flipchartra felírva a tréning végéig jól látható helyre tesszük.

---

<sup>13</sup> 1. számú melléklet

## 4.2. Korról-korra

**Cél:** A résztvevők érdeklődésének felkeltése a fogyatékossgal élő személyekkel történő bánásmóddal kapcsolatban. Annak illusztrálása, hogy az egyes történelmi korokban milyen volt vagy lehetett a társadalom hozzáállása a fogyatékos emberekhez.

**Csoport mérete:** 5-6 fős csoport

**Időkeret:** 30-40 perc

**Eszközigény:** A csoportok számával - egyéni feladatmegoldás esetén a résztvevők számával - megegyező mennyiségű „Korról-korra” feladat leírás.

**Előkészület:** Nincs.

### **Játék leírása:**

A játék elkezdése előtt szükséges, hogy a fogyatékossg fajtajáról, a fogyatékkal élő emberekről nagycsoportos beszélgetés történjen. Össze kell gyűjteni, milyen fogyatékossgokat ismernek a résztvevők, ezeknek mik a jellemzőik, mennyire súlyos az adott állapot. Meg lehet beszélni kinek él a családjában, ismeretségi körében ilyen személy. A legjobb, ha saját példákat hoznak fel a résztvevők, kevésbé aktív társaság esetén azonban a trénernek kell felsorolni, bemutatni ezeket.

A feladatoknak valós vagy életszerű helyzeteket kell tartalmazniuk a különböző történelmi korokból. Kaphatja mindenki ugyanazt a feladatot is, mert az is érdekes lehet, hogy más-más csoportok milyen megoldást találnak az adott problémára, viszont így egyéb lehetőséget kell találni arra, hogy beszélgetni lehessen arról, hogy az egyes történelmi korokban milyen volt a fogyatékossg társadalmi elfogadottsága.

Példák:

- **Őskor:**  
20-30 fős közösség egyik megbecsült tagja megsérült a vadászat során, elveszítette az egyik lábát. A csapat döntse el, miként viselkedik a sérülttel. Vegyétek figyelembe a korabeli életkörülményeket is! Döntéseketek indokoljátok meg!

A feladat nehezíthető különböző instrukciókkal (pl.: az egyik csapattag érzelmileg nagyon kötődik a sérült vadászhoz, stb.)

- **Középkor:**

Egy falu lakói vagytok, az egyik család háza leégett és csak egy (mai kifejezéssel) értelmi fogyatékos tizenéves fiú maradt életben. A gyermek nem beszél, darabos a mozgása, folyamatosan csorog a nyál a szájából, de mindig mosolyog és teljesen ártalmatlan. A csapat döntse el, miként viselkedik az árvával. Vegyétek figyelembe a korabeli életkörülményeket is! Döntéseketek indokoljátok meg!

- **Újkor:**

*„Az ipari forradalom egyébként ezen a területen is figyelemre méltó következményekkel járt. A női és a gyermekmunkaerő sosem látott mértékű alkalmazása mellett egy igen sajátos foglalkozási rehabilitációs formával is találkozhatunk az 1690-es évek Angliájában. A „dolgozó népesség állapotának történetét” író J. D. Tuckett 1846-ban megjelent könyvében – melyet Karl Marx A tőke egyik forrásmunkájaként használt – például elmondja, hogy volt olyan manufaktúra, amelyben, mai szóval, értelmi fogyatékosokkal élőket foglalkoztattak.”<sup>14</sup>*

Próbáljátok meg kitalálni, mi lehetett az oka ezekben az időkben az értelmi fogyatékosokkal élők foglalkoztatásának.

(Megoldás: A cél a manufaktúra gyártási titkainak megőrzése volt.)

A feladat megoldásának ismertetésekor a többi csapatot is be lehet vonni. Vitába szállhatnak, érvelhetnek a döntés mellett vagy ellen. A lényeg, hogy beszélgetés alakuljon ki a fogyatékosok múltbéli és jelen helyzetéről. A trénernek nem kell feltétlenül állást foglalnia a döntésekkel kapcsolatban, inkább a mediáció legyen a szerepe, azonban ha nincs ellentétes vélemény, akkor vita kialakítása érdekében érvelhet a döntés ellen.

Ennél játéknál meg lehet vitatni a társadalmi integráció vagy éppen a szegregáció kérdését is.

---

<sup>14</sup>KÖNCZEI, 2009. 208 p.

### **4.3. Nem érzem a kezeimet!**

**Cél:** A résztvevők tapasztalják meg, hogy milyen nehéz, amikor a testük nem feltétlenül engedelmeskedik az akaratuknak. A segítségnyújtás nehézségeinek, a másra utaltságnak a megtapasztalása.

**Csoport mérete:** Korlátlan

**Időkeret:** A résztvevők számtól és a rendelkezésre álló eszközök mennyiségétől függ. Érdemes hosszabb időt rászánni, mert nagyon kedvelt játék!

**Eszközigény:** A létszámnak megfelelő mennyiségű kenőkés, margarin, szeletelt kenyér, (az asztalok tisztaságának megőrzése érdekében terítő, esetleg kötények)

**Előkészület:** Nincs.

#### **Játék leírása:**

A résztvevőket háromfős csoportokra kell osztani. A három ember alkot egy személyt, mégpedig úgy, mintha a középén álló lenne a test, a két oldalán álló pedig a két karja. A középső lát, de nem használhatja a saját kezeit, a két oldalán lévőknek pedig csukott szemmel kell a „test” instrukcióit követve megkennie a kenyeret margarinnal. A tréner egyéb utasítást nem adhat, a résztvevőknek saját maguknak kell kitalálniuk, hogy miként oldják meg a feladatot. Amennyiben az idő engedi, hagyni kell, hogy mindenkinek legyen lehetősége kipróbálni mindkét szerepet.

A jó hangulat fokozható egymás megetetésével, ilyenkor sem nyithatják ki a szemüket a „kezek”, de ez mindig legyen önkéntes lehetőség. A gyakorlat után meg lehet beszélni, hogy melyik szerepkör volt a könnyebb, illetve milyen tapasztalatokkal lettek gazdagabbak.

**Megjegyzés:** Ezt a gyakorlatot érdemes szünet előtt játszani, de mindenképpen lehetőséget kell biztosítani a résztvevők számára a tisztálkodáshoz.

#### **4.4. Próbáld ki!**

**Cél:** Annak megtapasztalása, hogy milyen nehézségekkel kell megküzdeniük a fogyatékos embereknek egy-egy átlagos, mindennapi helyzet megoldása során.

**Csoport mérete:** 8-10 fő.

**Időkeret:** A résztvevők számtól és a rendelkezésre álló eszközök mennyiségétől valamint a végrehajtandó feladatoktól függ.

**Eszközigény:** Szemmaszk, füldugó, kerekesszék (ez utóbbi nagyon jól helyettesíthető babakocsival)

**Előkészület:** A tréning helyszínének környezetében felmérni a lehetőségeket, melyek alapján össze kell állítani a résztvevők számára az adott fogyatékoságnak megfelelő feladatokat.

##### **Játék leírása:**

Ki kell választani a résztvevők közül, hogy ki és milyen fogyatékoságot próbál ki, valamint, hogy kik lesznek a segítők. A legjobb megoldás a véletlenre bízni és sorsolással eldönteni. Ehhez elég külön-külön papírokra felírni a következő szavakat: vak, vak segítője, siket, siket segítője, néma, néma segítője, mozgáskorlátozott, mozgáskorlátozott segítője, majd ezekből a papírokból húznak egyet a résztvevők véletlenszerűen alkotva párokat. A segítők feladata a megfigyelés, a balesetveszélyes helyzetek elkerülése, a „fogyatékos” társuk segítése, de nem végezhetik el a feladatot helyette! Miután kiderült, hogy kinek, mi lesz a szerepe, ki kell osztani a feladatokat, melyeket a tréning helyszínén vagy hozzá közel kell végrehajtaniuk. Minden esetben nagyon egyszerű, gyakorlatias, mindennapi tevékenységet kell választani, de arra ügyelni kell, hogy nehézséget okozzon a végrehajtása.

Példák: Bolti vásárlás, postán, bankban, különböző szolgáltatóknál történő érdeklődés, fénymásolás, stb. A kerekesszékes személy keressen mozgáskorlátozottak számára kialakított mellékhelyiséget is.

A feladatok végrehajtása után mind a „fogyatékos résztvevők”, mind a segítők személyes tapasztalatainak összegzése nagycsoportos megbeszélés formájában.

Amennyiben van rá idő szerencsés, ha a résztvevők mindkét szerepkört kipróbálhatják. A gyakorlat után meg lehet beszélni, hogy melyik szerepkör volt a könnyebb, illetve milyen tapasztalatokkal lettek gazdagabbak.

## 4.5. Emberi labirintus

**Cél:** A segítségnyújtás nehézségeinek, a kiszolgáltatottság érzésének megtapasztalása. A résztvevők megmozgatása.

**Csoport mérete:** Korlátlan. (Minél nagyobb, annál jobb!)

**Időkeret:** A játékos kedvtől függ (15-20 perc)

**Eszközigény:** Elég nagy szabad terület, szemmaszk vagy kendő.

**Előkészület:** Nincs

### **Játék leírása:**

Egy-egy önként jelentkezőre lesz szükség, akinek a szemét be kell kötni. A többiek három (vagy több) oszlopot alkotva egymástól karnyújtásnyi távolságra helyezkednek el, és az egymás mellett állók megfogják egymás kezét. A labirintus azáltal jön létre, hogy az egy sorban álló emberek hol engedik el egymás kezét, azt is megtehetik, hogy nem nyitnak utat (ilyenkor valamelyik irányba meg kell kerülni az egész sort). Utasítást bárki adhat, hogy a „vak” személy merre menjen.

### **Variációk:**

1. Egy résztvevő verbális utasításokkal irányít.
2. Egy résztvevő valamilyen hangot adó tárgy (pl.: csörgődob) segítségével irányítja a „vak” társát, úgy, hogy előtte halad a labirintusban.
3. Előre megbeszélte utasító szavakat használva is irányítható a „vak” résztvevő.  
(pl.: állathangok: ugatás = jobbra, nyávogás = balra; színek: kék = egyenesen előre, piros = hátra; gyümölcsök, stb.)

**Megjegyzés:** Szerencsés, ha minél több résztvevő próbálhatja ki magát lehetőleg mind a segítő, mind a „vak” szerepében. A játék után meg lehet beszélni, hogy melyik szerepkör volt a könnyebb, illetve milyen tapasztalatokkal lettek gazdagabbak.

## 4.6. Szerepjáték

**Cél:** Felhívni a figyelmet, arra hogy mennyire fontos az önállóság a fogyatékos emberek számára is.

**Csoport mérete:** Korlátlan.

**Időkeret:** 10-15 perc

**Eszközigény:** Szerepleírás

**Előkészület:** Valós vagy életszerű szerephelyzet kiválasztása, szerepek leírásának elkészítése.

### **Játék leírása:**

A tréner az önként jelentkezőknek odaadja a szerepleírást, felvázolja a szituációt. Az előadás végeztével nagycsoportos megbeszélést kezdeményez a látottakról, az önállóságról, és arról, hogy ki hogyan vívta meg a maga harcát a felnőtté válás során. Meg kell beszélni, miért lehet fontos a minél nagyobb fokú önállóság a fogyatékossgal élő személyek, az ő családjuk és az egész társadalmunk szempontjából is.

Példa:

*Orvosi rendelőben*

- *Orvos:*  
Harmincas évei elején járó ambiciózus nőgyógyász vagy, akinek pontos tervei és határozott elképzelései vannak a világról. A rendelődbe egy értelmi fogyatékos huszonéves lány érkezett az édesanyjával. A vizsgálat eredményét nem a lánnyal, hanem az anyával közlöd, sőt úgy beszélsz, mintha ott sem lenne. Nem volt még fogyatékos beteged, és nem tudod, hogyan kell viselkedni ilyen helyzetben.
- *Szülő:*  
Negyvenes évei közepén járó, intelligens szülő vagy, aki az értelmi fogyatékos gyermeke felnevelése során, már sokszor tapasztalta, hogy vannak, akik nem tudnak mit kezdeni egy olyan helyzettel, amikor fogyatékos emberrel találkoznak. A gyermekedet a körülményekhez és az adottságaihoz képest a lehető legnagyobb fokú önállóságra nevelted. Tisztában vagy vele, hogy az

értelmi szintje nem teszi őt képessé az önálló életvitelre, de igyekszik elérni, hogy amit csak lehet, egyedül végezzen el. Nőgyógyászati vizsgálatra kísérted el a lányodat. Az orvos a vizsgálati eredményéneket nem a lányoddal, hanem veled ismerteti, mintha ő a szobában sem lenne. A beszélgetés során határozottan, de végig udvariasan viselkedsz.

○ *Értelmi fogyatékos személy:*

A húszas éveid elején járó, értelmi fogyatékos lány vagy. A környezeted segítségére szorulsz ugyan, de szeretnél önállóan elintézni dolgokat. Nehezen kommunikálsz, kicsit érthetetlenül beszélsz, de sokat mosolyogsz.

Megjegyzés: A tréner által kiválasztott szerepjáték helyett a csapatok maguk is kitalálhatnak párszereplős történetet, amelyben valaki (nem feltétlenül fogyatékos személy) önállósági törekvéseit mutatják be.

## 4.7. Hogyan nevezzetek?

**Cél:** A fogyatékos emberekkel kapcsolatos ajánlott kifejezések ismertetése, a sértő kifejezésekre történő figyelmeztetés.

**Csoport mérete:** Korlátlan.

**Időkeret:** 15-20 perc

**Eszközigény:** Ajánlott kifejezések listája fogyatékos emberekkel kapcsolatban,<sup>15</sup> lufi, Post-it jegyzettömb.

**Előkészület:** A lufikba egy-egy ajánlott, elfogadható, vagy diszkriminatív szót tartalmazó cetli elhelyezése.

### **Játék leírása:**

Nagycsoportos megbeszélés során ismerteti a tréner az ajánlott vagy éppen diszkriminatív szavakat. Minden résztvevő kapjon egy listát is, amelyet megtarthat. Játékossá tehető és ezáltal ideális záró gyakorlat lehet, ha a tréning kezdetétől a tréner minden jól elvégzett feladat után egy-egy előkészített lufit ad a csapatoknak, ezzel versenyhelyzetet is teremtve köztük. A megszerzett lufikat a résztvevők felfűjják, és csapatonként külön-külön gyűjtik. A legtöbb pontot (jelen esetben lufit) elért csapatot jutalmazni is lehet a tréning végén. A záró játékhoz azonban mindenkihez kell, hogy kerüljön egy-egy lufi, ezért a tréner kérje meg a többlet lufikkal rendelkező csapatot vagy csapatokat, hogy osszák meg azokkal a résztvevőkkel, akiknek nem jutott. Az elrejtett cetlikhez a lufi kidurrintásával lehet hozzájutni, ennek a módját előre is meg lehet határozni, de rá lehet bízni a résztvevőkre is, hogy miként szerzik meg annak tartalmát.

Az előre kiosztott Post-it lapokra mindenki aszerint rajzol smiley-t, hogy milyen szót vagy kifejezést rejtett a lufija. Háromféle arcocskát rajzolhatnak: mosolygósat az ajánlott, közömböset az elfogadható, és szomorút a diszkriminatív kifejezésekhez. Miután elkészültek és magukra ragasztották a lapot, a tréner kiválaszt egy-egy önként jelentkezőt mindhárom kategóriából, - miután ellenőrizte, hogy a kifejezéshez tartozó megfelelő arcocskát választották-e - és a teremben olyan helyre állítja őket, hogy felsorakozhassanak mögéjük a többiek. A résztvevők egyesével és hangosan felolvassák

---

<sup>15</sup> 2.számú melléklet

a saját kifejezésüket és elmondják, hogy szerintük melyik kategóriába tartozik. Az önkéntesek a lista segítségével ellenőrzik, hogy beállhat-e mögéjük. Ha valaki nem találta el helyes választ új lapra kell felrajzolnia a megfelelő smiley-t, majd ő is beállhat a sorba.

## **5. A tréningfeladatok működőképességének próbái**

A kitűzött céljaim megvalósításához tehát már sikerült kidolgoznom feladatokat, játékokat, de nagy kérdés vajon működnek-e?

Az ismerőseim nem alkalmasak a tréning megfelelő kipróbálására, mert beszélgetéseink, a közösségi oldalakon történő hozzászólásaim, megosztásaim során, akarva-akaratlan folyamatosan befolyásolom a véleményüket a fogyatékos emberek problémáival kapcsolatban. Olyan önkéntes, számomra ismeretlen személyek felkutatása, akik anyagi ellenszolgáltatás nélkül hajlandóak lennének részt venni egy általam szervezett tréning kísérletben szinte lehetetlen feladat elé állított.

Ennek a problémának a megoldásában több ismerősöm is a segítségemre volt. Az egyik főiskolai oktatóm biztosított számomra két kipróbálási lehetőséget az intézményben, másodéves levelező és nappali tagozatos andragógia szakos hallgatók részvételével. Egyik csoporttársam pedig felajánlotta, hogy az általa szervezett tábor egyik programjaként háromórás intervallumban tarthatok egy tréninget. Nagyon szerettem volna azonban, ha hosszabb idő is állhatna a rendelkezésemre, - amely még hatásosabbá tehetné munkámat - így egy egész napos tréning lehetőségének megvalósítását tűztem ki célomul. Ebben segített egyik ismerősöm, aki egy egyesület tagjaként megbeszélte társaival, hogy a tréningen való önkéntes részvételükkel hozzájárulnak a kutatásomhoz, csupán annyi volt a kérésük, hogy sem az egyesület, sem pedig a résztvevő személyek a későbbiek során ne legyenek beazonosíthatóak. A teljes anonimitás megőrzése érdekében a helyszín megjelölésénél is csak a város neve szerepel majd a leírásnál.

## 5.1. Első próba

Helyszín: főiskolai tanterem

Időpont: 2011.04.20. 10 óra

Résztevők száma: 8 fő

A csoport bemutatása: Másodéves andragógia szakos, levelező tagozatos főiskolai hallgatók, átlagéletkoruk 40 év.

Az első alkalommal nagyon rövid idő (mindössze fél óra) állt a rendelkezésemre. Éppen ezért a „Próbáld ki!” gyakorlatot teszteltem le, mivel ez a feladat tűnt a legalkalmasabbnak, annak a gyakorlatban történő megtapasztalására, hogy milyen nehézségekkel kell megküzdeniük a fogyatékos embereknek egy-egy átlagos, mindennapi élethelyzet megoldása során. Az előkészületek nem igényeltek nagy erőfeszítést részemről, hiszen a helyszínt nagyon jól ismerem. Pontosan tudtam, hogy milyen feladatokat kapnak majd a résztvevők. Nagyobb gondot jelentett a kerekesszék beszerzése. Mivel a célom az, hogy olyan tréninget állítsak össze, amely különösebb anyagi ráfordítás nélkül is egyszerűen megvalósítható, ezt a problémát úgy kellett áthidalni, hogy a későbbi alkalmazás során is egyszerűen megvalósítható legyen mások számára is. A mozgássérült ismerőseim között többen is vannak olyanok, akiknek van tartalék kerekesszékük is, de nem valószínű, hogy mindenkinek van ilyen lehetősége. Eszembe jutott, hogy amikor a gyermekeim még kicsik voltak, mennyi gondot jelentett a babakocsival való közlekedés. Sokszor példálóztam is vele, hasonlatként felhozva a kerekesszékekkel való közlekedés problémáinak szemléltetésére. Aki tologatott már babakocsit nem kell bemutatnom számára, hogy mennyi nehézséget okoznak a járdaszegélyek, a buszra történő fel- és leszállás, az emeletre való feljutás lifttel vagy lift nélkül, ezenkívül babakocsi sokkal több háztartásban megtalálható, így egy ilyen kellék beszerzése is könnyebb.

A gyakorlat megkezdése előtt beszélgetést kezdeményeztem a hallgatók fogyatékos személyekhez fűződő ismereteikkel, ismeretségeikkel kapcsolatban. Kíváncsi voltam, hogy mennyit és mit tudnak róluk, és él-e a környezetükben ilyen személy. Próbálkozásom kudarcba fulladt, leginkább én beszéltem. A nagyon nehézkesen zajló diskurzust jobbnak láttam a feladat elkezdésével félbeszakítani, mert a társaság nem igen akart a témához hozzászólni. Véletlenszerű kiválasztással mindenki megkapta a

„szerepét”. A szemmaszk segítségével „megvakított” személynek és segítőjének a feladata az volt, hogy a főépület pincéjében lévő Diák Centrumban készítsenek fénymásolatokat az ajánlott szavak listájáról. A segítőre ebben az esetben nagyobb teher hárult, hiszen a társa „elvesztette” a látás képességét, így külön felhívtam a figyelmet arra, hogy – a baleset elkerülésének az érdekében – nagy gondossággal segítse társát a feladat végrehajtása során. A „néma” és a „siket” segítőinek könnyebb volt a dolguk, nekik inkább a megfigyelő szerepkör volt a feladatuk. A „siket” résztvevőnek – a fül dugó behelyezése után – egy intézeti tanszéken kellett érdeklődnie az egyik tanár órarendjével kapcsolatban. Az intézet munkatársaival előre megbeszéltem, hogy amikor megérkezik a hallgató a szokásosnál halkabban adjanak neki információt, melyre ők nagyon lelkesen vállalkoztak is. A „néma” résztvevőnek a közeli pékségben kellett zsemlet vásárolnia. A kerekesszékes közlekedés nehézségeit kipróbáló babakocsi párosnak pedig az volt a feladata, térképezzék fel hol található a mozgássérültek számára kialakított mellékhelyiség. Ezenkívül nézzék meg a főiskola „M” épületének 136-os termében van-e óra az adott időszakban. Ez utóbbi feladat teljesítése a megadott instrukciók alapján nehezen volt megoldható, mivel nem emelheték fel a babakocsit, csak úgy, mint ahogyan a kerekesszéket is lehetséges, legalább 5-6 ember segítségével. Főiskolánk szinte teljesen akadálymentes, de az „M” épületnek csak az alsó szintjére tud bejutni egy kerekesszékes közlekedő személy, az emeletre való feljutása már nem biztosított.

A „vak” résztvevő és segítője érkezett vissza a terembe elsőként. Az alkalmi „fogyatékos” elmondta, hogy bár megbízott a segítőjében, ilyen kiszolgáltatottnak és elesettnak sohasem érezte magát, ami meg is látszott fehérre vált arcán és azon, ahogyan a terembe érkezés után a székre rogyva elmesélte tapasztalatait. A feladat végrehajtása során nagyon rosszul érezte magát, eddig soha nem került hasonló helyzetbe, pedig büntetés-végrehajtási felügyelőként már megtapasztalt egyet, s más. Kiszolgáltatottságát növelte az a tény is, hogy a fizetés során nem tudta mennyi pénzt kapott vissza, hiába próbálta kitapogatni és abban sem lehetett biztos, hogy nem üres papírlapokat adtak-e neki. A segítője nagyon ügyesen teljesítette a feladatát, a vállára tette társa kezét és folyamatosan verbálisan is informálta a történetekről, az akadályokról. A „siket” résztvevő arról számolt be visszaérkezése után, hogy annak ellenére, hogy a fül dugónak köszönhetően ugyan nem veszítette el teljesen a hallását, mégis nagyon kellett figyelnie, hogy a kért információkat megtudhassa. A „néma” résztvevő

könnyedén vette az akadályokat, a nála lévő papírra leírta mit szeretne és ezt adta át a pékségben. Utolsóként a babakocsis csapat érkezett meg, mivel nagy kerülőt kellett tenniük a másik épület eléréséhez. Az emeletre nem tudtak a megbeszéltek alapján feljutni, de mivel azt gondolták, hogy a kért információra nekem valóban szükségem van, így a babakocsit hátrahagyva felmentek a teremhez és megnézték a kiírást, sőt ha már ott voltak szemrevételezték a mellékhelyiséget is, hiszen ez is a feladatuk volt. Legnagyobb meglepetésemre az emeleten van mozgássérültek számára kialakított WC, annak ellenére, hogy a feljutásuk nem megoldott. Elmesélték, hogy nehezen tudtak közlekedni a babakocsival a főépület patinás, nagyméretű ajtajának ki és becsukása egy kerekesszékkal közlekedő személy számára problémát jelenthet. Minden résztvevő – a „vak” kivételével – nagyon lelkesen mesélte a tapasztalatait, sőt a gyakorlat hatására előjöttek a korábbi élményeik a fogyatékos emberekkel kapcsolatban is. Megosztottak a csoporttal több pozitív és negatív emléket is. Az egyik résztvevő fogyatékossgal élő munkatársának kirekesztéséről számolt be, egy másik pedig ennek ellenkezőjéről, hogy az ő munkahelyén dolgozó fogyatékos személy teljes elfogadottságot élvez. A feladat végrehajtása során fénymásolt ajánlott szavak listáján szereplő kifejezések megbeszélésére már nem maradt időnk, de mindenki kapott egy-egy példányt, hogy a későbbiekben tanulmányozhassa azokat.

Ez az alkalom leginkább a feladat működőképességének tesztelésére szolgált, így itt csak szóbeli visszajelzések állnak a rendelkezésemre, amelyek azt támasztják alá, hogy a gyakorlat alkalmas arra, hogy felhívja a figyelmet arra, hogy a fogyatékos emberek részéről egy-egy mindennapi feladat megoldása mennyivel több erőfeszítést igényel.

## 5.2. Második próba

Helyszín: Rábcakapi, Evangélikus Ifjúsági Központ

Időpont: 2012.08.01. 15-18 óráig

Résztvevők száma: 24 fő

A csoport bemutatása: A nagyrészt diákokból álló csoport tagjai az ország különböző városaiból érkeztek, sőt egyikük a határainkon túlról, Erdélyből. Átlagéletkoruk 20 év.

Azért, hogy a rendelkezésemre álló három órát a lehető legjobban ki tudjam használni, a tábor egyik vezetője a kezdő kérdőíveket már érkezésem előtt kitöltötte a résztvevőkkel. A tréninget egy gyors bemutatkozással indítottuk, mindenki annyit árulhatott el magáról amennyit akart. Két-három résztvevő kiemelte, hogy ő nem igazán szeret beszélni és szerepelni, én pedig igyekeztem megjegyezni őket, hogy ne érezzék magukat kényszerhelyzetben és csak akkor kelljen szerepelniük, amikor szeretnének. Nagy örömmel tapasztaltam, hogy egyikük annyira fellelkesült a feladatok végzése közben, hogy finoman jelezni is kellett számára, hogy másoknak is hagyjon lehetőséget a játékra, tehát a kezdeti visszahúzó magatartását egy intenzív részvétel váltotta fel. A bemutatkozást követően tisztáztam a szabályokat, pár gondolatban elmondtam, hogy mire is lehet számítani. Ezek után megkértem őket, hogy álljanak fel egy sorba, mégpedig életkoruk alapján. Mivel a társaság tagjai fiatalok és nagyon hasonló korúak voltak, nem okozott problémát számukra az életkoruk, születési dátumuk megosztása sem társaikkal, sem velem. Amennyiben életkori szempontok alapján kevésbé lett volna homogén a csoport, más módszert választottam volna a csapatok kialakítására. Az első három legfiatalabb résztvevőt neveztem ki egy-egy csoport élére és sorban, továbbra is életkor alapján osztottam be őket egy-egy csoportba. A véletlennek köszönhetően több testvérpárt is sikerült ezáltal szétválasztanom, illetve szoros barátságban állók is külön kerültek. A teremben lévő asztalokat és székeket úgy rendeztük el, hogy a csapatok egymástól külön legyenek. A „Próbáld ki!” gyakorlat a tréning helyszínén nem volt megvalósítható, mert Rábcakapi egy kis község Győr-Moson-Sopron megyében, ahol mindösszesen 173 fő él és ezáltal nem szolgál sok lehetőséggel a feladatok végrehajtásához, ezért némi módosítást kellett rajta végezni az adott körülményekhez igazítva. Mindhárom csapatból kértem egy-egy önként jelentkezőt anélkül, hogy elárultam volna, hogy mi lesz a feladatuk. Az önkénteseket felruháztam különböző

fogyatékossgal. Egyikük egy szemmaszk segítségével bizonytalan időre „megvakult”, másikuk két fülugónak köszönhetően elvesztette a hallását, a harmadik jelentkezőt pedig egy puha övvel a székéhez kötöttem, imitálva a mozgáskorlátozottságot. Nem adtam semmilyen instrukciót sem a „fogyatékos” vált résztvevőknek, sem pedig a csapataik számára, hiszen pontosan arra voltam kíváncsi ezzel a feladattal, hogy vajon segítik-e „sérült” társaikat a többiek, illetve kérnek-e segítséget az arra rászorulóknak, és ha igen, milyen módon. A „siket” már az első pillanattól kezdve nagyon ügyesen segítettek társai, folyamatosan „tolmácsolták” neki az elhangzottakat és a történéseket, míg a „vak” résztvevőt én kísértem a helyére miután senki sem sietett a segítségére és egyedül nem volt képes leülni, de ekkor sem jegyeztem meg a csapatának, hogy legyenek tekintettel jelenlegi védtelen állapotára. A „sérültek gyógyulása” után megbeszéltük, hogy milyen érzés volt egy rövid időre kipróbálni az adott fogyatékossgát és, hogy melyik csapat hogyan segítette a saját „fogyatékos” lett” társát. A „vak” résztvevő beszámolt róla, hogy szörnyű kiszolgáltatottságot érzett a feladat során, ráadásul őt a csapattársai nem segítették, de ennek ellenére sem kért segítséget, melynek okát nem tudta elmondani. Ez jó lehetőséget adott arra, hogy szót ejtsünk arról, hogy egyes embereknek mennyire nehezükre esik segítséget kérni, még akkor is, ha szükségük lenne rá. A „siket” résztvevő szerencsésnek érezte magát, amiért a csapata folyamatosan segítette, figyelembe vették az „állapotát”. Elmondta, hogy ennek ellenére nagyon rosszul viselte, hogy sokszor nem hallotta, hogy mit beszélnek körülötte. A mozgássérültség illusztrálása nem igazán sikerült jól, mert a „sérültség” idejében lévő gyakorlatok során nem volt olyan feladat, amelyben túlságosan kiütközött volna a hiányosság, ugyanis végig ültek a résztvevők. Ha a gyakorlatok sorrendjén nem változtatok a későbbiekben, és egy hasonló helyszínen zajlik majd a tréning, akkor talán jobb megoldás lesz, ha a kezeit nem használhatja majd az önként jelentkező személy. Ezek ellenére az „alkalmi mozgássérült” igyekezett magát beleélni a szerepébe és próbálta elképzelni, hogy mi lenne, ha nem tudna járni és valóban székhez kötötten kellene élnie. Észrevette magán, hogy a megszokottnál jóval többször érezte azt, hogy fel akar állni, és mozgásra lenne szüksége.

A „Sztereotípiák, előítéletek” feladat előtt rákérdeztem, hogy tudják-e melyik mit jelent illetve tisztában vannak-e a fogalmak különbségével, összefüggéseivel. Többen teljes bizonyossággal állították, hogy pontosan tudják a szavak jelentését és a mögöttes tartalmát, azonban a meghatározások kiosztása után bizonytalanná váltak és hibátlan

megoldása a feladatnak nem is lett. Miután tisztáztuk melyik meghatározás melyik fogalomhoz tartozik példákkal, melyeket a résztvevők ismertettek megbeszéltük az összes megállapítást. Feltárták saját előítéleteiket, sztereotípiáikat. Nem okozott számomra meglepetést, hogy leginkább a romákkal kapcsolatos példákat hoztak fel, viszont igyekeztem a beszélgetést abba az irányba terelni, hogy felszínre kerüljenek a fogyatékossgal élők és a fogyatékossgokról alkotott sztereotípiáik és előítéleteik. Célom volt, hogy az esetleges vita kialakulásakor én csak mediátori szerepet töltssek be és a vitapartnerek maguk jussanak egyességre. Pozitív sztereotípiát csak egyikük hozott fel példaként.

A „Korról-korra” gyakorlat feladatait a csapatok véletlenszerűen kapták meg. Az őskorban történt esetet az adott csapat nagyon gyorsan és könnyörtelenül oldotta meg, egészen egyszerűen magára hagyták volna a sebesültet, mert a továbbiakban nem lenne hasznos tagja a közösségnek. Az adott korban mindez nagy valószínűséggel így is történt volna, de a próbálkozásaim a szánalom felkeltésére sikertelennek bizonyultak, senki sem érvelt a sérült megmentése érdekében. A középkori feladat döntésének meghozatalakor az adott csapat tagjai már egymás között is komoly vitát folytattak. Ketten szívesen befogadták volna az árvát, de a „falu többi lakója” el akarta kergetni a szerencsétlent, még olyan felvetések is születtek, hogy lehet, hogy a gyermek gyújtotta a családra a házat. Felszínre kerültek olyan gondolatok is, hogy az ördög szállta meg a fiút és ártani fog a közösségnek. Az alkalmi páros (amelynek az egyik tagja a „siket” résztvevő volt), azonban a többiek érveinek ellenére is hajlandó volt befogadni a kislegényt „családjukba”. A csoport minderre félelemből az egész család kiközösítése mellett döntött. Nagyon érdekes volt hallgatni a kirobbant parázs vitát és azt, hogy mennyire át tudták élni a korabeli élethelyzetet. A harmadik csoportnak nem sikerült kitalálnia, hogy mi lehetett a célja az értelmi fogyatékosok foglalkoztatásának az újkori manufaktúrákban az ipari forradalom idején. Nagyon nemes gondolatoktól a leggyakorlatiasabbig mindenféle válasz született. Volt olyan, akiben felmerült, hogy esélyegyenlőségi törekvésből alkalmaztak sérült embereket, volt olyan, aki szerint anyagi megfontolásból, azaz kevesebb munkabért kellett nekik fizetni. A helyes választ azonban a nagycsoportos megbeszélés során, hosszas találgatás után egy másik csoport egyik tagja adta meg.

A szünet előtti utolsó játék megkezdését megelőzően „változhattak” vissza az önkéntes fogyatékosaink ép emberekké, ekkor beszéltük meg a tapasztalatokat is, minderre azért

volt szükség, mert szerettem volna, hogy ők is részesei lehessenek a „Nem érzem a kezeimet” játéknak. Nagyon lelkesen és szorgalmasan kengették a kenyereket a résztvevők, nagyon különböző technikákkal, jó és felszabadult hangulatban, hangos nevetéssel kísérve. Többen is készítettek videó felvételt, képeket a játék során egymásról. Sokan a szünetben is bent maradtak, hogy másokkal is kipróbálhassák a feladatot és csak azért maradt abba a játék, mert elfogyott a kenyér. A szünetet követően megbeszéltük, hogy kinek melyik szerep volt a könnyebb vagy nehezebb és miért. Nem volt egységes vélemény arról, hogy mit volt nehezebb végrehajtani, mert volt, akinek a kenés és volt, akinek a pontos utasítások megfogalmazása okozott nehézséget. Többen éreztek bizonytalanságot az instrukciók kiadása közben, sokan említették az irányérzékük hiányát, azaz merre is van az a jobbra vagy balra.

A szerepjáték nem egészen úgy alakult, ahogyan előzetesen terveztem, de ennek ellenére nagyon jó alkalom volt arra, hogy az önállóságról beszéljünk. A fiatalokból álló társaság nagy része az önállóvá válási folyamat elején jár vagy a közepén tart, így a saját életükből vett példák tömkelegét hozták fel, igyekeztem itt is a fogyatékkal élők önállósági törekvéseire is felhívni a figyelmet.

A „Hogyan nevezzetek?” gyakorlat nagyon tanulságos volt számomra, mert olyan problémák vetődtek fel, amelyekre nem is gondoltam. A fogyatékos emberekkel kapcsolatos ajánlott vagy éppen a sértő kifejezések ismertetése során több résztvevő is jelezte, hogy egy-egy diszkriminatív kifejezést ők nem érznek sértőnek. A legtöbb vitát a „világtalan” kifejezés váltotta ki, ezt sokan gondolták a vakokra használt szebb megnevezésnek. Volt olyan, aki a siket kifejezést sokkal rosszabbnak érezte a süket szónál. A nyomorék szóra is sokan gondoltak a mozgássérült szinonimájaként. A játék záró része a tervezettnél rövidebbre sikerült, mert egyszerre indultak meg, hogy beálljanak a saját sorukba egyszerre beszéltek és a hangzavarba nem sikerült az eredeti elképzeléseimet megvalósítani, erre a későbbiekben jobban oda kell figyelnem és pontosabb utasításokkal kell elmagyaráznom a feladatot, mert a szavak helyességének, vagy éppen helytelenségének a rögzüléséhez szükséges a minél többszöri tudatosítás. Úgy terveztem, hogy egyenként, hangosan felolvassák a saját szavaikat, elmondva, hogy szerintük melyik kategóriába sorolható, mert abból még a többiek is tanulhattak volna. Így azonban maradt idő az „Emberi labirintus” több variációban történő kipróbálására, mely során bebizonyosodott az a felvetésem, hogy az alap változatnál

(amikor bárki adhat utasítást) káosz alakul ki, mindenki másképp instruál és nagyon nehéz a dolga az irányítottaknak.

Nagyon jó hangulatban telt el ez a három óra, a résztvevők nagyon lelkesen végezték a feladatokat. A 2. számú kérdőívek kitöltésére távozásom után került sor, szintén a jobb időkihasználás érdekében. A tábor végén a vezetők elégedettségi kérdőíveket szoktak kitölteni a résztvevőkkel, melyben többen is a tréningemet jelölték meg a tábor legérdekesebb programjaként.

### 5.3. Harmadik próba

Helyszín: főiskolai tanterem

Időpont: 2012.09.13. 13-14.30-ig

Résztevők száma: 12 fő

A csoport bemutatása: Másodéves andragógia szakos, nappali tagozatos főiskolai hallgatók, átlagéletkoruk 20 év.

A kérdőívek kitöltésével kezdtük a programot, amely elég lassan ment a résztvevők többségének, így egy kicsit meg kellett sürgetnem őket, hogy minél több időnk maradjon a gyakorlatokra. Éppen ezért az előzetes beszélgetést kihagyva a „Próbáld ki!” gyakorlattal indítottunk, ugyanazokat a feladatokat kapták, mint a levelezős hallgatók, de mivel többen voltak, némi korrekciót igényelt a gyakorlat. Az előzőekhez képest új „fogyatékossgal” egészítettem ki a gyakorlatot, egy fásli segítségével a résztvevő domináns kezét a testéhez kötöttem, így kellett a feladatot végrehajtania. Kevesebb hallgató megjelenésére számítottam az előzetes megbeszélés alapján, így csak tíz személy részére készítettem feladatokkal és kellékekkel, ezért a maradék két főt segítőként osztottam be a „kerekeszékés” és a „vak” résztvevők mellé. Lelkesen és jókedvűen, de kicsit komolytalanul láttak neki a feladatok elvégzésének. Ugyanazokat az instrukciókat kapták meg, mint levelezős társaik, de még inkább figyelni kellett volna (talán) életkori sajátosságként megjelenő szertelenségükre. A „vak” szerepkörét ketten is kipróbálták és a visszavezető úton a segítőknek már lehetett némi tapasztalata a helyzet adta kiszolgáltatottságról, ennek ellenére figyelmetlenül vezette társát, aki ennek köszönhetően nekiment egy másik hallgatónak. Nagyon hasonló tapasztalatokról számoltak be, mint levelezős társaik, de azért voltak eltérések a feladatok megoldásában. A „néma” résztvevő mutogatással fejezte ki a pékségben azt, hogy mit szeretne, a „vak” helyett pedig fizetett a segítőtje. A tapasztalatok megbeszélése után általánosságban beszélgettünk a fogyatékos emberekről a velük való kapcsolataikról.

Ezt követően a „Korról-korra” játékkal folytattuk, három csapatra osztottam fel a résztvevőket, így kapták meg a feladtleírásokat. Az ókori és a középkori történet feldolgozása során nem nagyon mutatkozott eltérés a megoldásokat tekintve, mint az előző tréningen, itt azonban a résztvevőknek nem sikerült kitalálniuk az értelmi

fogyatékos személyek foglalkoztatásának okát az ipari forradalom idején, nekem kellett a helyes megoldást megadnom.

A „Hogyan nevezzetek?” játék egy „butítottabb” verziójára maradt csak időnk. Átbeszéltük a szavakat, majd ezek után véletlenszerűen felsoroltam tizenkettőt, melyeket le kellett írniuk a résztvevőknek és mellé kellett rajzolniuk a megfelelő arcocskákat, majd sorban egy-egy szót hangosan felolvasva el kellett mondaniuk, hogy szerintük az adott szó vagy kifejezés milyen. Egy személy hibázott csupán a szavak besorolásánál. A „világtalan” kifejezés negatív tartalmát illetőleg itt is vegyesek voltak a vélemények. Többeknek nem sokkal a befejezés előtt el kellett menniük, de nagyon örültem, hogy a távozóban lévő hallgatók az akkor kialakult beszélgetésben még aktívan részt vettek, és az utolsó pillanatokban, még az ajtóból is közbeszóltak, kicsit ott ragadtak. A többiekkel még egy kicsit beszélgettünk, majd arra kértem mindenkit, hogy a távozottakra való tekintettel a záró kérdőíveket a későbbiekben, de a lehető leghamarabb töltsék ki és juttassák vissza nekem az oktató segítségével.

## 5.4. Negyedik próba

Helyszín: Dunaújváros

Időpont: 2012.10.20. 09-16 óráig

Résztvevők száma: 34 fő

A csoport bemutatása: Meglehetősen vegyes társaság mind az életkoruk, mind a tevékenységi és érdeklődési körük alapján. Átlagéletkoruk 32 év.

A megérkezést követően egy gyors bemutatkozás, és a szabályok tisztázása, valamint az 1. számú kérdőívek kitöltése után került sor a csapatok összeállítására. A csoport létszáma sem hárommal sem négygel nem volt osztható maradék nélkül, ezért úgy döntöttem, hogy négy csapatot alakítunk ki, így azonban két résztvevővel több volt és velük valamit kezdenem kellett, hogy ne maradjanak ki ők sem semmiből. A kérdőívek hátuljára még a kiosztásukat megelőzően kék, sárga, zöld, piros illetve kettőre a főnyeremény szavakat írtam. A kitöltött kérdőívek beszédese előtt megkértem a résztvevőket, hogy nézzék meg, mi van a sajátjukra írva (többen ezt már a felszólításom előtt észre is vették és a mellettük ülőktől kérdezgették, hogy az ő kérdőíveiken mi szerepel, és mi lehet ez), a két főnyeremény szavakat találó résztvevőt pedig megkértem, hogy jöjjenek ki mellém. Ezt követően elmondtam, hogy a színek alapján kell a csoportokat kialakítani a lehető leggyorsabban, hiszen a feladatot leghamarabb elvégző két csapat kapja meg a főnyereményt, azaz a két csapat nélküli résztvevőt. Annak, hogy egy-egy csapatban hány ember van a feladatok tekintetében nincs nagy jelentősége, de a két résztvevő számára jó érzés lehet, ha nem maradékként, hanem főnyereményként kapja meg őket egy-egy csapat. Így alakult ki két nyolc, és két kilenc fős csapat.

A terem átrendezését és az elhelyezkedést követően kötetlen beszélgetést kezdeményeztem a fogyatékoságról és a fogyatékkal élőkről alkotott nézeteik megismerésére. Az egyik résztvevő elmesélte, hogy az ő családjában van egy halmozottan fogyatékos személy, akinek értelmi fogyatékosága mellé súlyos mozgáskorlátozottság is társul. Elmondta, hogy a családnak mekkora teher a magatehetetlen ember mindennapi gondozása, de mégis mennyire szeretik a szülők gyermeküket. Az anya legnagyobb bánata, hogy ki fog majd gondoskodni a fiáról, ha ő már nem tud. Sokakat szíven ütött ez a történet. Volt olyan résztvevő is, aki

munkatársáról, egy kerekesszékes személyről, mindennapjairól és munkahelyi elfogadottságáról számolt be, és volt olyan is, aki ismerőse autista kisfiának megpróbáltatásairól mesélt, arról, hogy mennyire keveset tudnak az emberek az autizmusról, mennyire nem értik az osztálytársai és a szüleik a gyermek viselkedését és teljesen kiközösítik őt. A sokféle történet jó alkalmat szolgáltatott arra, hogy sokféle élethelyzetről beszélhessünk.

A rendelkezésre álló idő minél jobb kihasználása érdekében, és a rendelkezésemre álló kellékek számának függvényében két csapattal a „Próbáld ki!”, kettővel pedig a „Sztereotípiák, előítéletek” feladatot végeztük párhuzamosan, majd cseréltünk. A zöld és a sárga csapattal elkezdtek a sztereotípiák és előítéleteik feltérképezését, addig a kék és a piros csapat útra kelt, miután sorsolással eldőlt kinek milyen „sors” jutott és a résztvevők megkapták a feladataikat. A kerekesszékes közlekedés nehézségeit kipróbáló babakocsis csapatok egyikének a feladata az volt, hogy egy bizonyos patikában kérdezzék meg a C-vitamin árát, ebben a legnagyobb nehézséget az jelentette, hogy a gyógyszertár mindkét bejárata forgóajtós és kerekesszékekkel nem lehet bemenni. A másik „kerekesszékes” társaságtól azt kértem, hogy a postáról hozzanak könyvelt küldemény feladóvevénye szelvényt. Az egyik „néma” résztvevő feladata fénymásolás, a másiké pékségben zsemlevásárlás volt. A „vak” résztvevők egyikét egy mobilszolgáltatóhoz küldtem el érdeklődni egy készülékkel kapcsolatban, itt ügyfélszolgálati rendszer működik és a terepszemléim során direkt tétován bíbelődtem a képernyő előtt, de nem jött senki a segítségemre, majd megsajnáltam a várakozókat és távoztam az üzletből, így kíváncsian vártam az eredményt. A másikuk feladata boltban történő üdítő vásárlás volt. A „siket” résztvevők egyikét egy másik mobilszolgáltatóhoz irányítottam feladata ugyancsak készülékről való érdeklődés volt, a másikat a postára, ahol küldemény feladással kapcsolatban kellett érdeklődnie. Ugyanezeket a feladatokat kapták a másik két csapat tagjai is. A kilencfős csapatoknál a plusz egy-egy embert a postára tartó „kerekesszékes” párosok mellé osztottam be. Miután visszaérkezett az utolsó két csapat is megbeszéltük a tapasztalatokat. A postán járt babakocsis csapatok beszámoltak arról, hogy a rámpán való közlekedés valószínűleg megoldható kerekesszékekkel, de az ajtón való bejutás és a benti közlekedés nehézséget okoz. Az ajtót nem tudják, hogy képes-e egy ilyen személy önállóan kinyitni és a piros csapat tagjainak dolgát nehezítette egy a magasabban elhelyezkedő postafiókok elérésének megkönnyítése érdekében kihelyezett fellépő, amely az útból volt. A gyógyszertárnál

járók nem tudtak bejutni a fent említett okok miatt. A „néma” résztvevők mutogatással oldották meg a feladatot és többen nagyon kellemetlenül érezték magukat a végrehajtás közben, mert a kiszolgálók összenézéseit észrevették. A mobilszolgáltatóknál érdeklődő „vak” résztvevők egyike kért segítséget a feladat végrehajtása során egy az üzletben tartózkodó személytől, aki miután megtudta a feladat részleteit szívesen segített. Elmondta, hogy az ügyfélirányító rendszert önállóan nem tudta kezelni, mintahogyan fogalma sem volt róla, hogy mi a sorszáma, melyik ügyintézőhöz és mikor kellene mennie. A másikuk beszámolt róla, hogy majdnem elsírta magát, nem tudott idegenektől segítséget kérni, így saját társát kérte meg, hogy cseréljenek, mert nem bírta tovább és dolga végezetlenül nagyon letörtén érkezett vissza. A „vakok” dolgának megnehezítése céljából előzetesen külön felhívtam a segítők figyelmét, hogy egy kicsit hagyják magukra társaikat az érintőképernyő előtt, hiszen ha helyettük elvégzik a feladatot, nem szerezhettek megfelelő tapasztalatokat. A „siketeknek” nem volt ennyire nehéz dolguk, de azért az üzletben és a postán hallható nyüzsgés és a füldugó hatékonysága miatt nem igazán értették az ügyintézőket, meg kellett kérniük őket, hogy adjanak írásos információt. A beszámolók alapján le tudtam szűrni, hogy a résztvevők nagyon komolyan vették a feladatukat.

A hangulat oldására, a letört résztvevők kedélyállapotának javítása érdekében vettem be ezek után a „Nem érzem a kezeimet!” játékot, mely ismételten nagyon jól sikerült, olyannyira belefeledkeztek a játékba a résztvevők, hogy az ebédszünetet fél óras csúszással kezdtük meg. Itt is sokféle különböző feladatmegoldás született. Ugyanúgy, mint az előző alkalommal most is volt, akinek a kenés, volt, akinek az irányítás okozott nehézséget.

A visszaérkezés után a „Korról-korra” játékkal folytatódott a tréning. A negyedik csapat számára nem találtam ki új feladatot, hanem az újkori feladatleírást kapták meg ők is. A kronológiai sorrendet betartva kezdtük el most is a megoldások ismertetését, beszélgetéssel fűszerezve a fogyatékosok vélhető megítélését illetően. A középkori történetet kapó, zöld csapatban nem merültek fel azok a gondolatok, hogy a gyermek rossz hatással lenne a közösségre, vagy, hogy ő okozta volna a tüzet, minden feltétel nélkül befogadták őt és előre megbeszélte szempontok alapján vállalkoztak a gondozására (mikor ki ad neki enni, kinél mit dolgozhat, hol alhat stb.), felvetették, hogy régebben megszokott volt a „falubolondja” jelenség. A sárga és a piros csapat

kapta ugyanazt a feladatot, az előbbinek nem, de a pirosaknak sikerült kitalálniuk a megoldást.

Mivel több résztvevő volt ezen a tréningen több időt vettek igénybe a beszélgetések is, hiszen több ember mondott több véleményt, így az előző feladat is hosszabbra sikeredett, ideje volt kicsit megmozgatni a társaságot az „Emberi labirintus” játékkal. Kipróbáltuk több változatát is és a játék után felszabadultan tértek vissza helyükre a résztvevők, hogy átbeszélhessük az ajánlott szavak listáját a „Hogyan nevezzetek?” feladatban. A gyakorlatok teljesítése közben szerzett lufik kidurrantása nagy örömet okozott még a rangidős résztvevőknek is. A három önkéntes kiválasztása után megkezdődhetett az oszlopokba rendeződés. Tanulva a korábbiakban elkövetett hibámból, most én határoztam meg a résztvevők sorrendjét, így nem fulladt káoszba a játék vége. Egyetlen személy rontotta el a saját kifejezésének besorolását, ezt korrigálva már ő is beállhatott a megfelelő helyre.

Közvetlenül a játékok befejezését követően töltötték ki a résztvevők a 2. számú kérdőíveket, majd ennek végeztével néhányan még személyesen is odajöttek hozzám, hogy elmondják a pozitív véleményüket a tréninggel kapcsolatban. Volt egy résztvevő, aki megjegyezte, hogy nem is gondolta volna, hogy egy ilyen komoly témával kapcsolatos tréning lehet ennyire felszabadult és jó hangulatú. Amikor a társa felvette a tréning lehetőségét, ő arra készült, hogy egy egész napos „agytagításon”, kicsit unalmas előadáson ülve gyarapíthatja tudását a fogyatékkal élőkkel kapcsolatban, ehhez képest teljesen mást kapott, mint amit várt.

## 6. Kérdőívek elemzése

### 6.1. A kérdőívek összeállításának szempontjai

Hipotézisem igazolása érdekében a tréning hatékonyságának vizsgálatát kérdőíves kutatással is kiegészítettem. A tréningeket megelőzően és utána is kérdőíveket<sup>16</sup> tölttettem ki a résztvevőkkel, melyekben egyaránt használtam zárt és nyílt kérdéseket is.

A kérdőív összeállításánál az elsődleges szempontom az volt, hogy a lehető legösszintébb válaszokat kapjam a feltett kérdéseimre, ezért találtam ki a jeligét, mivel a változás nyomon követése miatt az összehasonlításhoz szükségem volt valamilyen beazonosíthatóságra. Erre a kérdőívben is felhívtam a kitöltők figyelmét:

*„Nagyon fontos (!), hogy az anonimitás megőrzése érdekében kérem, adjon meg egy szabadon választott jeligét, amelyet csak Ön ismer, és amelyet **sem a tréningen, sem az azt megelőző illetve az azt követő időszakban senkinek nem kell elárulnia!** Erre csak a tréning hatékonyságának mérése miatt van szükség. Mivel Önön kívül ezt a jeligét senki sem ismeri a személye nem lesz beazonosítható, csak a kérdőívekben megadott válaszai lesznek összehasonlíthatóak.”*

Ezt a fajta beazonosíthatóságot segítőnek tettem fel a demográfiai kérdéseket is, mert felkészültem az elfelejtett jeligéből következő kellemetlenségekre is. Mint később bebizonyosodott szükséges is volt, ugyanis voltak olyanok, akik eltérő jeligét adtak meg, és volt olyan is, aki nem írt oda semmit.

A „*Kapcsolatban áll-e Ön fogyatékossgal élő személlyel?*” kérdéssel arra voltam kíváncsi, hogy a kitöltők állnak-e valamilyen kapcsolatban ilyen személyekkel és, ha igen milyenben. Ez a kérdés mindkét kérdőívben is szerepel, mert előfordult olyan a tesztelések során, hogy valakinek a beszélgetés hatására jutott eszébe, hogy mégis van fogyatékos ismerőse.

A résztvevők előítéleteinek, sztereotípiáinak előzetes feltérképezése céljából kértem, hogy sorolják be magukat valamelyik kategóriába a „*Melyik jellemző Önre leginkább?*” kérdésnél. Egyrészt azért, hogy megtudjam a saját magukról alkotott képüket, másrészt, hogy a későbbi kérdésekre adott válaszaikkal össze tudjam hasonlítani, harmadrészt

---

<sup>16</sup> 3. és 4. melléklet

pedig azért, hogy a tréning hatására történt-e változás az önmagukról alkotott képük tekintetében.

Az „*Ön szerint melyik kifejezés lehet sértő?*” kérdésnél húsz szó, illetve kifejezés közül kellett kiválasztaniuk azokat, amelyeket diszkriminatívnak éreztek. Mivel ez a kérdés szerepelt a záró kérdőívben is, mérhetővé vált, hogy a „Hogyan nevezzetek?” tréningfeladat hatására történt-e változás a helyes válaszok tekintetében.

Megadtam hat szót is, abból a célból, hogy kiderítsem a résztvevők gondolatvilágában az adott szavak milyen asszociációval párosulnak, illetve tisztában vannak-e a jelentésükkel. A kérdőívben szereplő szavak: *nyomorék, fogyatékos, Taigetosz, világtalan, előítélet, esélyegyenlőség.*

Feltettem olyan provokatív kérdéseket is, amelyekkel egyszerre több célom is volt.

- Képzeljék magukat már a tréning megkezdése előtt is a fogyatékkal élők helyzetébe.
- A tréning hatására történt-e változás?
- Megjelennek-e a saját magukról állított előítéleteik és sztereotípiáik a válaszaikban, és ha igen vajon ugyanabban a mértékben-e?

*„Milyen dolgokról kellene lemondania, ha kerekesszéke kényszerülne?”*

*„Ön szerint mi lenne az első gondolata abban az esetben, ha az orvos közölné Önnel, hogy egy betegség következtében elveszíti a látását?”*

*„Képzelve el, hogy már nagyon régóta szeretne gyermeket, hosszú ideje próbálkoznak a párjával, és amikor végre sikerül, az orvos közli, hogy súlyos fogyatékossgal jönne a világra. Az orvos felajánlja az abortusz lehetőségét, miként döntene és miért?”*

Különböző fogyatékossgal élő embereket ábrázoló képeket is tettem a kérdőívembe. A képek segítségével szintén arra voltam kíváncsi, hogy mire asszociálnak, amikor meglátják azokat. A különféle élethelyzeteket bemutató képek mellett a mozgáskorlátozott Tanja Kiewitz modelltől készült (1-es és 2-es számú) képeket részben provokatív célzattal, részben pedig azért szerkesztettem a kérdőívembe, hogy rádobbenjenek a résztvevők, hogy nem minden olyan, mint amilyenek egy bizonyos nézőpontból látjuk.



1. kép  
Tanja Kiewitz egy bizonyos aspektusból



2. kép  
A Tanja Kiewitzről készült eredeti kép<sup>17</sup>

Természetesen kíváncsi voltam a résztvevők tréningemmel kapcsolatban kialakult véleményére is, ezért a második kérdőívem végén feltettem négy kérdést is:

1. *„Kérem, írja le a véleményét a tréninggel kapcsolatban.”*
2. *„A tréning feladatai, játéakai a célnak megfelelőek voltak?”*
3. *„Mit változtatna meg?”*
4. *„Van-e ötlete a tréninggel kapcsolatban?”<sup>18</sup>*

<sup>17</sup><<http://neon.hu/karrier/gyonyoru-kez-nelkuli-modell-gyujtott-milliokat-a-fogyatekkal-elok-szamara-182232>> [2012.07.01.]

<sup>18</sup> CSERNÉ, 1999. 70-80 p.

## 6.2. A második próba kérdőíveinek kiértékelése

A kérdőíveket 24 fő töltötte ki. A döntő többségében női résztvevők átlagéletkora 20 év. A társaság harmada nem ismer fogyatékos személyt, kettőnek a munkahelyén, egynek pedig a családjában is van, de a közeli barátai között senkinek sincs ilyen személy.

A résztvevők több mint a fele törekszik arra, hogy ne ítélkezzen külsőségek, vagy sztereotípiák alapján, nyolcuknak vannak bizonyos csoportokkal szemben előítéletei. Egy személy vallotta magát kifejezetten előítéletesnek, az ő válaszainak nagy része értékelhetetlen volt, nagyon sok obszcén kifejezést írt a kérdőívbe, bár a részvétel önkéntes volt, a tréninget mégis kellemetlennek tartotta, de ennek ellenére nem hagyta abba, ezenkívül nem rejtette véka alá véleményét a kérdőív kitöltésével kapcsolatban sem. Szerencsére a tréning során mindezt nem hozta nyilvánosságra, így nem rontotta el a többiek jó hangulatát. Volt olyan kitöltő is, aki magát úgy jellemezte, hogy nincsenek előítéletei senkivel szemben azonban a fogyatékos modellről készült 1. képhez ezeket a szavakat írta: „természetellenes, mű, ideál”. A 2. kép láttán már megváltozott a véleménye, ekkor a „megdöbbenés, küzdelem és siker” szavakat írta. A sajátmagáról alkotott kép tekintetében nem történt változás, a 2. kérdőív kitöltésekor is előítéletektől mentesnek jellemezte saját magát.

A **nyomorék** szó hallatán a kitöltők közül sokaknak nem a fogyatékos emberekkel szembeni negatív, diszkriminatív kifejezés jutott eszükbe, hanem a köznyelvben használt sértő kifejezés: „Olyan személy, aki nehezen kezelhető, rendbontó rebellis, de rossz értelemben.” A két kérdőív összehasonlítása során több esetben is érezhető volt a tréning hatására bekövetkezett változás, melyet az alábbi három példával kívánok bemutatni:

| Az első kérdőívben adott válaszok                          | A második kérdőívben adott válaszok                                |
|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| „Fizikailag erősen korlátozott ember.”                     | „A fizikai tevékenységben korlátozott emberre használt sértő szó.” |
| „Ember karok és lábak nélkül, vagy azok deformálódásával.” | „Nem mondunk ilyet másokra!”                                       |
| „Tolósékhoz kötött személy.”                               | „Sértő kifejezés.”                                                 |

1. Táblázat

A **fogyatékos** kifejezésre nagyon sokan a résztvevők közül kizárólag az értelmi képességeiben akadályozott személyekre asszociáltak.

| Az első kérdőívben adott válaszok                  | A második kérdőívben adott válaszok                                         |
|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| „Szellemileg korlátozott ember.”                   | „Elfogadott kifejezés a fizikailag vagy mentálisan akadályozott emberekre.” |
| „Értelmi fogyatékos, nem tudok kommunikálni vele.” | „Kifejezés arra a személyre, aki értelmileg, vagy mozgásában korlátozott.”  |
| „Kisegítő osztályba járt.”                         | „Fogyatékossgal élő személy.”                                               |

2. Táblázat

A **Taigetosz** szót öten nem hallották még a kitöltők közül, mivel ennek a megbeszélésére ezen a tréningen nem került sor (amelyet az előzőek tudatában már nagyon sajnállok) nem történhetett változás a kezdetihez képest. Azok, akiknek voltak előzetes ismereteik általában ilyesmiket írtak: „Igazságtalanság, zsarnokság, az esélyek megtagadása.”; „Csecsemő gyilkosság.”

A **világtalan** kifejezést, mint ahogyan a tréning során is kiderült a résztvevők közül sokan nem érezték sértőnek és annak ellenére, hogy ezt megvitattuk a feladat során többen a második kérdőívben is a vakok szinonimájaként értelmezik, vagy kicsit kétkedve fogadták el annak diszkriminatív tartalmát.

| Az első kérdőívben adott válaszok                  | A második kérdőívben adott válaszok                                 |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| „A vak kifejezés emberibb hivatalosabb változata.” | „Mint kiderült, nem túl elfogadott kifejezés a vak emberekre.”      |
| „Vak.”                                             | „Eredetileg egy finom meséből származó szónak tűnt, nem sértésnek.” |
| „Vak ember.”                                       | „Céltalan, nincs sok minden, amit kockáztathat.”                    |

3. Táblázat

Az **előítéletről** alkotott vélemények között az ezekhez hasonló válaszok fordultak elő a leggyakrabban: „Ismeret nélküli gondolat”; „Gyakori a mai világban.”; „Megalapozatlan negatív megkülönböztetés.”.

Az **esélyegyenlőséget** sokan tekintik egy szép, de nehezen megvalósítható gondolatnak: „Egy fogalom, amely nem vagy nagyon nehezen megvalósíthatónak tűnik, de mindenkor törekedni kell rá, hogy amennyire lehet, megvalósuljon.” Egy kitöltő az első kérdőívben a következőket írta: „Előítéletek nélkül a saját képességeit beleadva vesz részt a közösségben.”, a tréning után pedig már ez volt a véleménye: „Mindenkinek joga van megkapni a lehetőséget!”.

A fogyatékossgal élő modellről készült első képhez a leggyakrabban a *mű, nem természetes, plasztik, utcalány, modell* és a *szép* szavakat írták a résztvevők. A második (teljes) kép láttán sokak változtattak a véleményükön és a következő szavakat írták: *döbbenet, elfogadás, öntudatosság, szépség, boldogság, ez igen!, orvos, más, testi fogyatékossg*. Volt olyan is, aki csak minimális változtatást eszközölt válaszáin a 2. kép láttán: „csinos, boldog, egészséges” „csinos (még mindig), mosoly, teljes”.

A többi képnél a leggyakrabban előforduló szavak a következők voltak:



3. kép<sup>19</sup>

- szeretet,
- elfogadás,
- odaadás,
- figyelem,
- lehetőség,
- törődés,
- aranyos



4. kép<sup>20</sup>

- magány,
- kirekesztés,
- bánat,
- szomorúság,
- korlátok,
- unalom

<sup>19</sup> <<http://www.mixonline.hu/Cikk.aspx?id=20385>> [2012.07.01.]

<sup>20</sup> <<http://tv2.hu/ability>> [2012.07.01.]



5. kép<sup>21</sup>

- *öröm,*
- *boldogság,*
- *felszabadultság,*
- *nevetés,*
- *paralimpia,*
- *játék*



6. kép<sup>22</sup>

- *barátság,*
- *összetartozás,*
- *hűség,*
- *gondoskodás,*
- *társ,*

A „**Milyen dolgokról kellene lemondania, ha kerekesszékebe kényszerülne?**” kérdésnél elsősorban a sportolásról való lemondást írták a legtöbben. Volt, aki az akadálymentes közlekedést említette és akadt olyan is, aki a mindkettőt: „*A sétálásról, a sport és csapatjátékokról, hogy nagyobb nehézségek nélkül eljussak akárhova.*”

Érdekesesek voltak a válaszok az „**Ön szerint mi lenne az első gondolata abban az esetben, ha az orvos közölné Önnel, hogy egy betegség következtében elveszíti a látását?**” kérdésnél. Voltak, akik azt emelték ki, hogy mennyire letörnének a hír hallatán: „*Először biztosan teljesen elkeserednék, átgondolnám ez mi mindennel fog járni.*”; „*Kétségbe lennék esve és a rám váró nehézségek miatt aggódnék.*” Volt, aki a másokkal való kapcsolattartás miatti aggodalmát fejezte ki: „*Hogy fogom tartani a kapcsolatot azokkal, akikkel csak írásban kommunikálok?*” Volt olyan is, aki megpróbálna a vizuális élmények megőrzésével is: „*Kihasználnám, amennyi időm még van, és memorizálni próbálnám a nekem kedves látványt, színeket. Gondolatban felkészülnék arra, mi vár rám.*”

<sup>21</sup> <[http://www.sikerado.hu/magyarorszag/2011/07/10/Fogyatekos\\_gyerekek\\_Bukkszentkereszten](http://www.sikerado.hu/magyarorszag/2011/07/10/Fogyatekos_gyerekek_Bukkszentkereszten)> [2012.07.01.]

<sup>22</sup> <<http://www.kiskegyed.hu/kikapcsolodas/szabadido/kutyaval-az-emberert-uj-torveny-a-segitokutyakrol-101918>> [2012.07.01.]

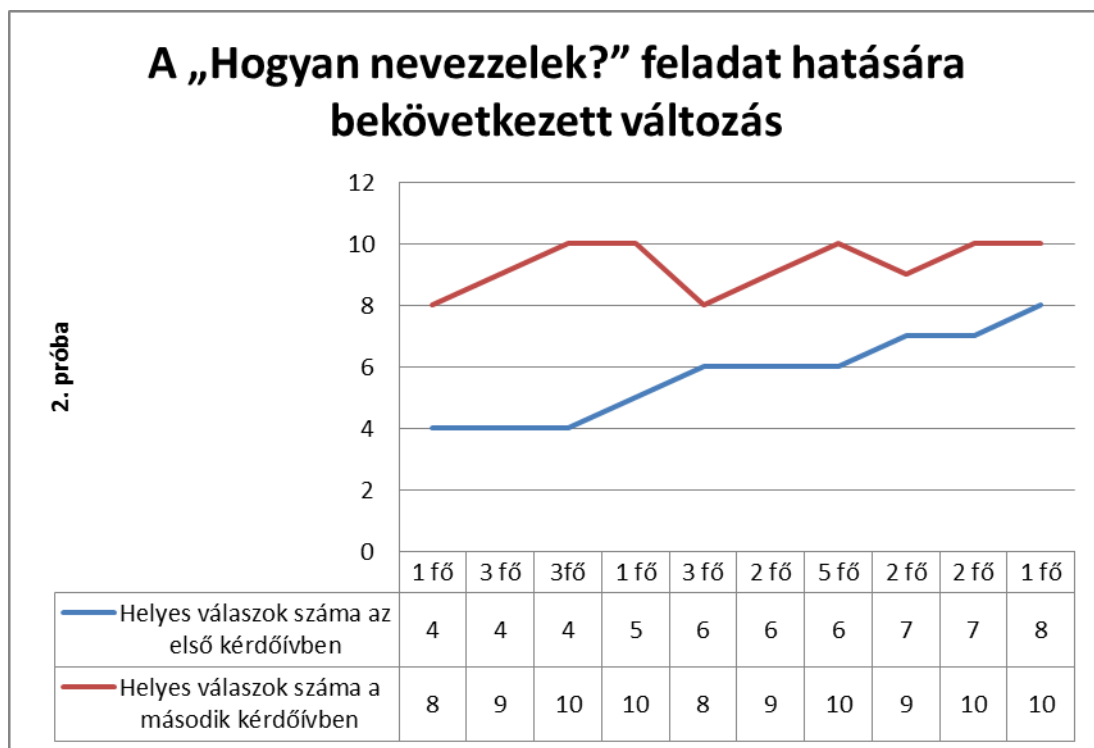
A **„Mi a véleménye a fogyatékossgal élő gyermekek integrált (ép gyermekekkel együtt történő) oktatásáról?”** kérdésre adott válaszok nagyon különbözőek voltak. Az egyszerű „jó” vagy éppen „rossz dolog” válaszoktól kezdődően a részletesebb kifejtésig, sok mindent olvashattam. *„Ha meg tudják oldani, hogy a fogyatékkal élő gyermek megkapja a szükséges figyelmet, de ne a másik gyermek rovására, akkor nagyon is jó dolognak tartom, hisz így a gyermekek megtanulják kezelni a helyzetet és, ha megértik mi is az a fogyatékossg, jobban megérthetik az ilyen embereket is.”* A tréning hatása az egyik válaszadónál kifejezetten jól érzékelhető volt: *„Szerintem jó dolog, mert hozzászoknak a normális emberekkel való együttéléshez.”* A második kérdőívben már az integrált oktatásnak az ép gyerekekre való jótékony hatását írta le: *„Jó, mert az ép gyerekek toleránsabbá válnak.”*

A **„Képzelve el, hogy már nagyon régóta szeretne gyermeket, hosszú ideje próbálkoznak a párjával, és amikor végre sikerül, az orvos közli, hogy súlyos fogyatékossgal jönne a világra. Az orvos felajánlja az abortusz lehetőségét, miként döntene és miért?”** kérdésre adott válaszadók döntő többsége, tizenhét kitöltő az abortusz mellett voksolt, négyen semmilyen körülmények között nem élnének a felajánlott lehetőséggel. A többiek csak bizonyos feltételektől függően, mint például az a 19 esztendőes résztvevő, aki ezt írta: *„Nem vetetném el, mert úgy gondolom, hogy meg kell adni minden születendő gyermeknek a lehetőséget az élethez. Akkor gondolkodnék el az abortuszon, ha az orvos szerint a gyermeknek olyan betegsége lenne, amitől csak szenvedne.”*

A **„Tudna együtt dolgozni fogyatékos személlyel?”** kérdésre többségében megnyugtató válaszok születtek. Mindenki tudna, egy kitöltő kivételével, aki csak bizonyos feltétellel: *„Amennyiben nem akadályozzuk egymás munkáját, igen.”*; illetve egy résztvevőnek nem menne könnyen: *„Nehezen, de megoldanám.”*, a hozzáállásában azonban a tréning hatására bekövetkezett valamiféle változás, mert a második kérdőívben már ezt írta: *„Törekednék rá, hogy tudjak.”*

A kérdőívek összehasonlításakor több válasznál érzékelhető volt a résztvevők szemléletének változása, de az **„Ön szerint melyik kifejezés lehet sértő?”** kérdésnél bizonyos tekintetben mérhetővé is vált mindez. Míg az első kérdőívben nem volt olyan, aki hibátlanul mind a tíz diszkriminatív kifejezést bejelölte volna, a tréning hatására a

második kérdőívben már tizenketten oldották meg hibátlanul a feladatot, ami a kezdetihez képest nagy előrelépés, főleg azért, mert ezt a gyakorlatot nem sikerült a terveim szerint megvalósítani. Az 1. diagramon jól látható, hogy a tréninget követően minimum 8 helyes választ sikerült bejelölniük a résztvevőknek.



1. diagram

**A tréninggel kapcsolatban az alábbi véleményeket írták a résztvevők:**

„Nagyon tetszett, néhány feladat különösen. Szerintem hatásosan érzékeltette a fogyatékossgal élők helyzetét. Sokat tanultunk az elfogadásukról, átérezhettük a helyzetüket, segített a megértésben.”

„Hasznosnak tartottam a tréninget, mert játékosan sikerült megismernünk az adott témát. Érdekes volt mikor különböző szituációkban (középkori faluban leégett ház esete) megismertük a felmerülő problémákat, és ezt meg is vitathattuk a csoporttársainkkal.”

„Örülök, hogy részt vehettem ezen. Érdekes és tanulságos volt. Ezekről a dolgokról még nem beszéltek nekem ilyen nyíltan.”

„A tréning emlékeztetett arra, hogy a világunk mennyire zárt a nem ép emberek előtt, mennyire nem ismerjük őket.”

*„Örülök, hogy részese lehettem. Egyrészt csapatépítő jellege volt, másrészt többet megtudhattam ezekről az emberekről.”*

*„Számomra nagyon hasznos és érdekes valamint elgondolkodtató volt. A programok is nagyon tetszettek.”*

*„Sajnos rövid volt.”*

**„A tréning feladatai, játéka a célnak megfelelőek voltak?”** kérdésemre a legtöbben igennel válaszoltak, illetve egy valaki ezt írta: *„Igen, amennyiben a cél a problémákra való rávilágítás volt.”*

Javaslatokat vártam a **„Mit változtatna meg?”** kérdésnél, azért hogy megtudjam a résztvevőknek esetleg volt-e olyan feladat, ami nem tetszett. Kritikaként az egyik kitöltő az alábbiakat fogalmazta meg: *„Jó lenne több vakos, siketes, mozgáskorlátozott játék.”*, melyben igazat is adok neki, hiszen mint már említettem a helyszín nem volt megfelelő a *„Próbáld ki!”* gyakorlatra, amely szerintem a legalkalmasabb annak megtapasztaltatására, hogy milyen nehézségekkel kell megküzdeniük a fogyatékos embereknek egy-egy átlagos, mindennapi helyzet megoldása során. Másvalaki a szubjektivitásomat kifogásolta *„Párszor elfogultságot éreztem benned.”*.

A **„Van-e ötlete a tréninggel kapcsolatban?”** kérdésnél ketten tettek javaslatot. Egyikük a jelnyelvbe való bevezetést tartaná jó ötletnek, erre azonban a rendelkezésemre álló idő rövideje miatt nincs lehetőség, illetve nem specifikusan egy-egy fogyatékoságot kiemelve szeretném a tréning feladatokat kidolgozni, azt azonban elképzelhetőnek tartom, hogy készítek egy olyan gyakorlatot is, amelyben a kommunikáció kerül előtérbe és ennek részeként egy-két szó jelnyelven történő bemutatása, megtanulása megoldható lesz. A másik résztvevő csak ennyit írt: *„Kerekesszék”*, amellyel nyilván arra próbált utalni, hogy jó lett volna kipróbálni. Ez pedig a korábban már kifejtett okok miatt nem került a programba.

### 6.3. A harmadik próba kérdőíveinek kiértékelése

A kérdőíveket 12 fő töltötte ki, átlagéletkoruk 20 év. Négyen nem ismernek fogyatékos személyt, kettőnek van ilyen ismerőse. Egy kitöltőnek dolgozik a munkahelyén, kettőnek pedig a baráti körében is van ilyen személy. Három résztvevő pedig azt az opciót jelölte be, hogy a családjában is van/vannak fogyatékossgal élők.

A résztvevők közül heten törekednek arra, hogy ne ítélkezzen külsőségek, vagy sztereotípiák alapján, négyen vállalják, hogy vannak bizonyos csoportokkal szemben előítéleteik. Senki sem vallotta magát kifejezetten előítéletesnek, azonban egy valaki úgy érzi, hogy előítéletektől mentesen éli az életét és a kérdőívekben adott válaszaiból is ez tükröződött.

A **nyomorék** szó hallatán legtöbbször a testi fogyatékos emberekre asszociálnak, de voltak olyan kitöltők is, akik a szlengben a tapló személyekre használt szinonimaként gondoltak rá.

| Az első kérdőívben adott válaszok | A második kérdőívben adott válaszok                          |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| „Bunkó ember.”                    | „Az a személy, aki kimondja, jellemzi magát ezzel a szóval.” |
| „Olyan ember, aki nem normális.”  | „Nem használjuk fogyatékos emberekre.”                       |
| „Tolókocsis”                      | „Sértő szó.”                                                 |

4. Táblázat

A fogyatékossgal élő modellről készült első képhez a leggyakrabban a *Push-up*, *szép*, *vonzó*, *önbizalom* szavakat írták a résztvevők. A második (teljes) kép láttán sokak változtattak a véleményükön és a következő szavakat írták: *kitartás*, *továblépés*, *küzdés*, *kampány*. A többi képnél a leggyakrabban előforduló szavak a következők voltak:

- **3. kép:** *szeretet, boldogság, elfogadás, összetartás*
- **4. kép:** *kiközösítés, szomorúság, (nekem nagyon tetszett a következő gondolat: én játszánék vele, nem közösíteném ki)*
- **5. kép:** *sport, játék, öröm, boldog*
- **6. kép:** *hűség, barátság, segítség, megértés, bizalom*

A **„Milyen dolgokról kellene lemondania, ha kerekesszékebe kényszerülne?”** kérdésnél itt is a sportolásról való lemondást írták a legtöbben, de többen emelték ki az akadálymentesítés hiánya miatti félelmüket is: *„A mindennapi életben sok dolgot megnehezítene, mert sok helyet sajnos nehéz lenne megközelíteni kerekesszékkal.”*; *„Nem tudnék olyan helyekre elmenni, ahol nincs kialakítva kerekesszékeseknek eljutási lehetőség.”*

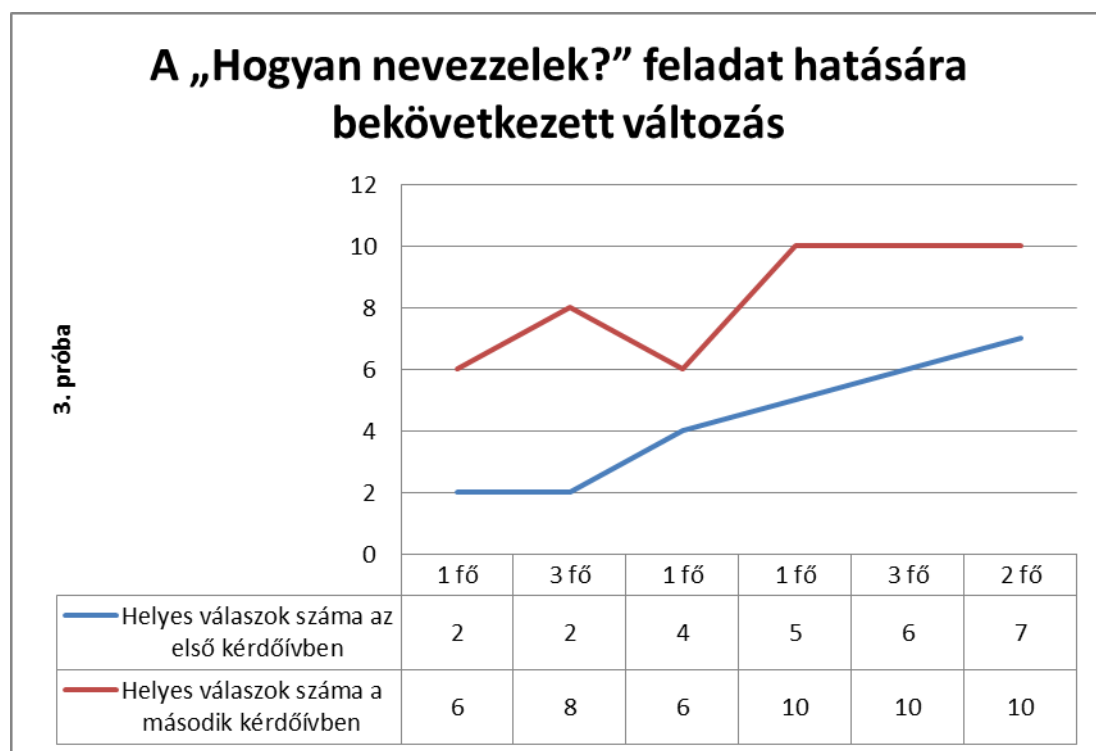
Az **„Ön szerint mi lenne az első gondolata abban az esetben, ha az orvos közölné Önnel, hogy egy betegség következtében elveszíti a látását?”** kérdésnél egy kivétellel kétségbeesnének és hasonló válaszokat adtak: *„Miért pont én?”*. Egy kitöltő pedig ezt írta: *„Szeretném megélni az álmaimat és annyit lenni a szeretteimmel, hogy biztos ne felejtsem el az arcukat soha.”*

A **„Mi a véleménye a fogyatékossgal élő gyermekek integrált (ép gyermekekkel együtt történő) oktatásáról?”** kérdésre adott válaszok között fele-fele arányban oszlottak meg a vélemények. A csoport egyik fele feltételek nélkül jónak gondolja: *„Szerintem ez az oktatás csakis jó kimenetelű lehet. A tolerancia aspektusából nagyon nagy segítség is.”*; a másik fele különbséget téve a testi és a szellemi fogyatékossgok között, csak a testi fogyatékossg esetén tartja elfogadhatónak: *„Attól függ, milyen fogyatékossgról van szó, ha testi, akkor semmi gond vele.”*

A **„Képzelve el, hogy már nagyon régóta szeretne gyermeket, hosszú ideje próbálkoznak a párjával, és amikor végre sikerül, az orvos közli, hogy súlyos fogyatékossgal jönne a világra. Az orvos felajánlja az abortusz lehetőségét, miként döntene és miért?”** kérdésre adott válaszadók fele az abortusz mellett voksolt, négyen semmilyen körülmények között nem élnének a felajánlott lehetőséggel, ketten pedig attól a körülményektől tették függővé a választást, hogy testi vagy szellemi fogyatékossgal születne-e a gyermek, és csak az előbbi esetén tartanák csak meg születendő gyermeküket.

A **„Tudna együtt dolgozni fogyatékos személlyel?”** kérdés válaszaiból kiderült, hogy senkinek sem okozna gondot a közös munka, sőt egy kitöltő ezt írta: *„Igen, ha kell, segíték is neki.”*

A kérdőívek összehasonlításakor nem nagyon volt érzékelhető volt a résztvevők szemléletének változása, de az „**Ön szerint melyik kifejezés lehet sértő?**” kérdésnél azért a fejlődés kimutathatóvá vált. Itt sem volt olyan, aki az első kérdőívben hibátlanul mind a tíz diszkriminatív kifejezést bejelölte volna, a tréning hatására a második kérdőívben már hatan oldották meg hibátlanul a feladatot, de mint már említettem többeknek nem sokkal a befejezés előtt el kellett menniük és nem tudták végigcsinálni a „Hogyan nevezzek?” feladatot. A 2. diagramon is láthatóak a kevésbé jó eredmények, de mindenkinek a kérdőívében történt pozitív változás a helyes válaszok tekintetében.



2. diagram

**A tréninggel kapcsolatban az alábbi véleményeket írták a résztvevők:**

*„A tréning nagyon hasznos, hisz az interaktív programok által megismertetett minket a fogyatékos emberek életével. Toleranciára, együttélésre tanított minket a röpké másfél óra alatt.”*

*„Tetszett a tréning. Sajnos nagyon sokan előítéletekkel rendelkeznek a fogyatékos emberekkel szemben, pedig nem is ismerik a helyzetüket, a tréning segítségével egy kicsit jobban át lehet érezni, jobban meg lehet érteni a helyzetüket.”*

*„Érdekes volt számomra, hisz egy olyan szituációba kerültem, ami kapcsán sok dolgot kellett újraértékelnem.”*

A „**Van-e ötlete a tréninggel kapcsolatban?**” kérdésnél itt is ketten tettek javaslatot. Egyikük csak ennyit írt: „*Persze lenne!*”, de bővebben nem fejtette ki, és az anonimitás miatt nem is tudom kideríteni, hogy ki az és milyen ötlete lenne. A másik résztvevő pedig még több játékot szeretett volna, de úgy gondolom, hogy másfél órába ennél többet nem lehetett volna belesűriteni.

#### 6.4. A negyedik próba kérdőíveinek kiértékelése

A kérdőíveket 34 fő töltötte ki, átlagéletkoruk 32 év. Közülük mindössze hatan voltak olyanok, aki nem ismernek fogyatékos személyt. Egy résztvevőnek van fogyatékkal élő munkatársa, háromnak a közeli barátai között, négynek pedig a családjában is van ilyen személy.

A résztvevők több mint a fele törekszik arra, hogy ne ítélkezzen külsőségek, vagy sztereotípiák alapján, tizennégy kitöltőnek vannak bizonyos csoportokkal szemben előítéletei. Senki sem vallotta magát kifejezetten előítéletesnek vagy előítéletektől mentesnek.

A **nyomorék** szó hallatán legtöbben a testi fogyatékos emberekre asszociálnak, szinte mindenki tudta azt is, hogy ez egy diszkriminatív szó, de volt olyan kitöltő is, aki szerint „*Sértő megjegyzés valakire, aki alapján nem is él fogyatékkal.*”, majd a második kérdőívben már csak ezt írta: „*Sértő kifejezés.*”

A **fogyatékos** kifejezésre a résztvevők közül hatan gondoltak értelmi képességeiben akadályozott személyekre. Volt olyan, aki először azt írta, hogy „*Mentálisan sérült, hátrányos helyzetű személy.*”, majd a második kérdőívében már ez szerepelt: „*Hátrányokkal induló, teljes értékű személy.*”

Az **esélyegyenlőségről** alkotott vélemények között az ezekhez hasonló válaszok fordultak elő a leggyakrabban: „*Diszkrimináció nélkül minden egyén az őt megillető alapvető jogok alapján és képességei szerint érvényesülhet.*”; „*Fontos, hogy minél nagyobb hangsúlyt kapjon.*”

A fogyatékossgal élő modelltől készült első képhez a leggyakrabban a *mű, hivalkodó, smink, könnyűvérű, szép, jó test* szavakat írták a résztvevők. A második (teljes) kép láttán sokak változtattak a véleményükön és a következő szavakat írták: *bátorság, magabiztosság, tudatos élet, elismerés, példamutatás, nehézségek*. Volt olyan is, aki jelentősen korrigált a válaszáin a 2. kép láttán. Elsőként a „*ráncos, divat, reklám*” szavakat írta, majd azt, hogy „*erős, büszke, kitartó*”.

A többi képnél a leggyakrabban előforduló szavak a következők voltak:

- **3. kép:** szeretet, együttlét, törődés, megértés, nehéz sors, aranyos
- **4. kép:** kirekesztés, bánat, nélkülözés, elfordulás, fájdalom, szomorúság
- **5. kép:** öröm, győzelem, siker, játék, kitartás, szívmengető
- **6. kép:** barátság, feltétel nélküli szeretet, hűség, gondoskodás, társ, empátia

Az „**Ön szerint mi lenne az első gondolata abban az esetben, ha az orvos közölné Önnel, hogy egy betegség következtében elveszíti a látását?**” kérdésnél tizenketten voltak, akik kétségbeesnének és hasonló válaszokat adtak: *„Megijednék, és arra gondolnék, miért pont velem történik ez, és hogy mennyi mindent nem láttam még.”* Többeknek a családjuk miatti aggodásuknak jelent meg a válaszukban: *„Arra gondolnék, hogy a családomnak milyen változtatásokat kellene végrehajtania miattam, és hogyan fognak telni a mindennapjaim. Ez egy hatalmas változás lenne.”*; *„Hogyan fogok gondoskodni a gyerekeimről?”*

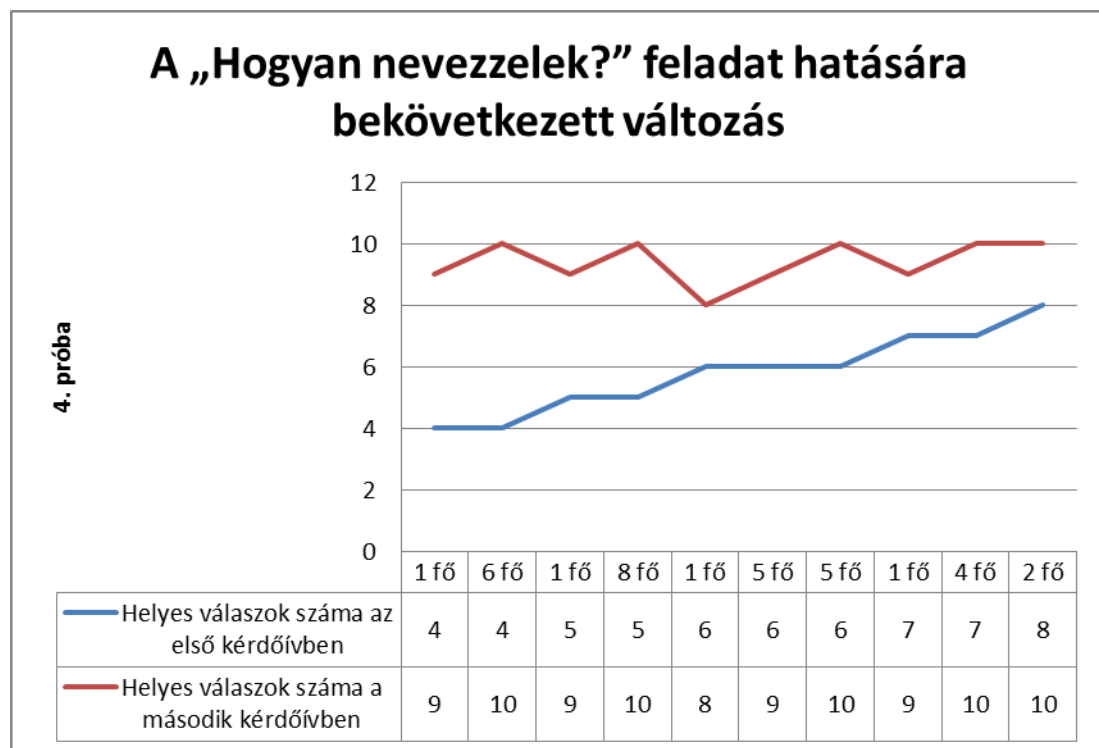
A **„Képzeld el, hogy már nagyon régóta szeretne gyermeket, hosszú ideje próbálkoznak a párjával, és amikor végre sikerül, az orvos közli, hogy súlyos fogyatékossgal jönne a világra. Az orvos felajánlja az abortusz lehetőségét, miként döntene és miért?”** kérdésre adott válaszadók döntő többsége, huszonöt kitöltő az abortusz mellett voksolt, közülük egy valaki változtatta meg a véleményét: *„Az abortuszt választanám, mégpedig nem azért, mert terhet okozna a felnevelése, hanem mert nem kívánnék neki ilyen életet.”*, a tréning hatására azonban megfontolná a lehetőséget: *„Attól függ milyen fogyatékossgal születne, ha teljesen másra utalt lenne, csak akkor döntenék az abortusz mellett.”* Kilencen semmilyen körülmények között nem élnének a felajánlott lehetőséggel.

Az **„Ön szerint a fogyatékossgal élők számára mi lehet a legfontosabb?”** kérdésre adott válaszokat tükrözi az alábbi kettő: *„A szeretet, hogy megértik őket, segítik és emberként, egyenrangú félként tekintenek rájuk.”*; *„A megfelelő családi háttér, támogatás, társadalmi elfogadás.”*

A **„Tudna együtt dolgozni fogyatékos személlyel?”** kérdés válaszainál ennél a tréningnél is az derült ki számomra, hogy a többségnek (két kivétellel) nem okozna

gondot a közös munka: „Abszolút, sőt!”; „Természetesen.”; „Most is együtt dolgozom egy fogyatékos személlyel.”. Volt, akinek még nem volt hasonló tapasztalata és ezt írta: „Azt hiszem, amíg nem próbáltam, addig csak üres szavak, bármit nyilatkozom.”. Egy valaki pedig a tréning elején még bizonytalan volt: „Talán.”, majd a második kérdőívében írt egy határozott igent.

A kérdőívek összehasonlításakor több válasznál itt is érzékelhető volt a résztvevők szemléletének változása, de az „**Ön szerint melyik kifejezés lehet sértő?**” kérdésnél bizonyos tekintetben mérhetővé is vált mindez. Míg az első kérdőívben nem volt olyan, aki hibátlanul mind a tíz diszkriminatív kifejezést bejelölte volna, a tréning hatására a második kérdőívben már huszonötön oldották meg hibátlanul a feladatot, és csak egyetlen kitöltőnek volt két hibája. A 3. diagramon is jól látható a helyes válaszokban bekövetkezett pozitív irányú változás, mely annak köszönhető, hogy a feladatot a terveknek megfelelően sikerült végrehajtani, így megfelelően rögzülhettek a szavak.



3. diagram

**A tréninggel kapcsolatban az alábbi véleményeket írták a résztvevők:**

*„Nagyon sok mindent megtudtam a tréning során. Érdekes új feladatok voltak, amelyekkel eddig még nem találkoztam.”*

*„Tetszettek a feladatok. Sok új dolgot tanultam, és bizonyos dolgok új megvilágításba kerültek.”*

*„Tanulságos és érdekes volt. Sok új dolgot tartogatott.”*

*„Érdekes volt, mert az embereknek meg kell ismerniük a másikat, át kell érezniük a helyzetüket.”*

*„Figyelemfelkeltő volt, tanulságos, érdekes, nem szokványos, nem unalmas.”*

*„Tanulságos volt, pár dolgot megtanultam belőle, amiket azelőtt nem tudtam.”*

Volt olyan, aki azt írta, hogy: *„Tetszett, érdekes volt, de a véleményem alapvetően nem változtatta meg.”*, de kérdőíveinek összehasonlításánál kiderült számomra, hogy azért nála is történt változás. Például a korábbi négy diszkriminatív szó helyett már nyolcat felismert, és a fogyatékos szó hallatán már nem egy *„egyedül elboldogulni nem képes”* valakire, hanem egy *„értelmileg/testileg akadályozott személy”*-re asszociál.

A célom a fogyatékossgal élő emberek helyzetével kapcsolatos figyelemfelkeltés, melyet a tréninget megelőzően világosan meg is fogalmaztam a résztvevőknek, a javaslatoknál az egyik kitöltő kívánsága az volt, hogy *„nem csak a fogyatékos személyekkel, hanem az idősök helyzetével kapcsolatban is lehetnének toleranciafejlesztő feladatok.”* Valószínűleg a környezetében tapasztaltak miatt írta ezeket a sorokat és nyilván van helye társadalmunkban az erre a problémakörre való figyelemfelhívásnak is, de én egy olyan tréning létrehozását tűztem ki célomul, amely kifejezetten és kizárólagosan a fogyatékos emberekkel kapcsolatosan próbál szemléletformálást kialakítani. Annak azonban nagyon örültem, hogy a többiek teljes mértékben meg voltak elégedve és semmin nem változtatnának.

## 7. Összegzés

A fogyatékos emberek életét nem csak egészségi állapotuk, hanem a kedvezőtlen társadalmi körülmények is megnehezítik. Sokszor az épek számára természetes, alapvető tevékenységek hozzáférhetetlenek számukra, a magyar társadalom leghátrányosabb helyzetű csoportjai közé tartoznak. Az emberek egy részének fogalma sincs arról, hogy hogyan kezelje az olyan helyzeteket, amelyben valamilyen kapcsolatba kerül velük. Azonban még ha a jó szándék meg is van bennük, sokan nem tudják, hogy miként segíthetnének vagy, hogy az illető egyáltalán szorul-e bármiféle segítségre. Nem győzőm hangsúlyozni, hogy sok, de semmiképpen sem elég azon programok száma, amelyek célja a fogyatékos emberek mindennapi életének bemutatása. Szükség van egy olyan tréningre is, amelyben a résztvevők megismerkedhetnek a fogyatékkal élők mindennapi problémáival egyszerű, mindenki számára elérhető eszközök és feladatok segítségével, ezáltal nyitottabbá és toleránsabbá válhatnak velük szemben.

A tréningfeladatok kidolgozásánál fontosnak tartottam, hogy a résztvevőknek bemutassam a fogyatékos személyek sajátosságait, nehézségeit. Törekedtem arra, hogy átérezzék, megtapasztalják a problémáikat, mert úgy vélem, hogy az információhiány és az előítélet az elutasítás melegágya. Tapasztalatok mutatják, hogy a csoporthelyzetekben létrejött élmények hatására a negatív attitűdök pozitív irányba mozdíthatók, és a személyiségben a család, a szűk és a tágabb környezet hatására kialakult magatartásformák megváltoztathatók, fejleszthetők. A tréninggel nem az a célom, hogy fogyatékosügyei szakembereket képezek, hanem, hogy a résztvevők érdeklődését felkeltsem a fogyatékos emberekkel, a fogyatékossgal kapcsolatban, valamint az, hogy megmutassam, szükség esetén miként tudnak segíteni a fogyatékos embereknek, hogyan közeledjenek feléjük és kommunikáljanak velük.

Hipotéziseim: Az egyszerű, hétköznapi eszközök és feladatok is alkalmasak a fogyatékossgal élők mindennapi problémáinak ismertetésére. Az általam kidolgozott tréning feladatok szemléletformáló hatással bírnak. Hipotéziseim igazolására induktív kutatási stratégiát alkalmaztam, mely során használtam a leíró, az összefüggés feltáró és a kísérlet módszerét is.

Négy alkalommal próbáltam ki a tréning feladatokat összesen hetvennyolc fő részvételével, míg a kérdőíveimet hetvenen töltötték ki. A próba lehetőségek nagyon sok tanulságot szolgáltatnak számomra a későbbiekre nézve. Megtanultam, hogy ami számomra egyértelmű, másoknak nem biztos, hogy az. A feladatokkal a résztvevők a tréningen találkoznak először, így azok részletes elmagyarázása, a szabályok pontosítása a cél elérésének érdekében nagyon fontos (pl. 2. próba: „Hogyan nevezzetek!” feladat végrehajtása). Inkább legyen kevesebb a feladatok száma, de azokra maradjon elég idő. A javaslattetelek között volt olyan ötlet (a jelnyelv megismertetése), amelynek megvalósításán hamarosan el kezdek dolgozni. Az mindenképpen megkönnyíti a további munkámat, hogy a próbák során bebizonyosodott a pozitív visszajelzéseknek köszönhetően, és a kérdőívek kiértékelése alapján, hogy az elképzeléseim teljes mértékben megvalósíthatóak és a hipotézisem is helytállónak bizonyultak. Az általam kidolgozott gyakorlatok, feladatok egyszerű, hétköznapi eszközök segítségével alkalmasak arra, hogy a résztvevők érdeklődését felkeltse a téma iránt, és a tréning során létrejött élmények hatására a negatív attitűdök pozitív irányba mozduljanak el.

## **Felhasznált irodalom**

ALLPORT, Gordon W.: Az előítélet. Budapest: Oziris Kiadó, 1999.

ARONSON, Elliot: A társas lény. Budapest: Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, 1978. 251 p.

CSERNÉ dr. Adermann Gizella: A tanulás- és kutatómódszertan alapjai. Pécs: JPTE FEEFI, 1999. 70-80 p.

DR. KOVÁRIK Erzsébet: A hátrányos megkülönböztetés felismerése és kezelése. Budapest: Magyar Közigazgatási Intézet, 2006. 9-11. p.

FORINTOS Klára: A tréningek szerepe. In: Tudásmenedzsment, 2006. 1. szám, 56-59. p.

GAZDAG Miklós: Tréningmódszer a vezetési tanácsadásban In: Humánpolitikai Szemle, 1991. 6. szám, 12-23. p.

JAKAB Julianna: Gondolatok a készségfejlesztő képzési módszerekről. In: Tudásmenedzsment, 2001. 2. szám, 108-110. p.

KISZTER István: Tréning. In: Benedek András – Csoma Gyula – Harangi László (szerk.): Felnőttoktatási és -képzési lexikon. Budapest: Magyar Pedagógiai Társaság – OKI Kiadó – Szaktudás Kiadó Ház, 2002. 550. p.

LÉGRÁDINÉ Lakner Szilvia: Tréningmódszer a felsőoktatásban. In: Tudásmenedzsment, 2006. 1. szám, 60-67. p.

LITAVECZ Anna (szerk.): „KÖZVETÍTÉS” Fogyatékosügy és média Magyarországon. Budapest: Pixelgraf – Print 2000 Nyomda, 2004. 153-154 p.

RUDAS János: Delfi örökösei. Önismereti csoportok – elmélet, módszer, gyakorlat. Budapest: Lélekben Otthon Kiadó, 2007. 16-23p.

VAJDA Zsuzsanna: Kompetencia. In: Benedek András – Csoma Gyula – Harangi László (szerk.): Felnőttoktatási és -képzési lexikon. Budapest: Magyar Pedagógiai Társaság – OKI Kiadó – Szaktudás Kiadó Ház, 2002. 301. p.

### **Elektronikus irodalmak**

DR. POÓR Ferenc: Tréning. [2012.09.03.]

<<http://www.hrportal.hu/index.phtml?page=feature&id=33415>>

Egyenlő Bánásmód Hatóság: [2012.09.01.]

<<http://www.egyenlobanasmod.hu/jogesetek/jogesetek>>

Fogyatékosügyi Kommunikációs Intézet: Akadálymentesítés. [2012.10.01.]  
<<http://www.fokom.hu/site/tevekenyseg/temakor/akadalymentesites.php#tovabb>>

KÖNCZEI György: Honnan ered a fogyatékossgal élő emberrel szembeni előítélet? In: A fogyatékossgügy hazai és nemzetközi története [2012.06.18.] 208 p. <[http://e-oktatas.barczi.hu/extra/tudasbazis/jegyzet/jegyzet\\_fogytort.pdf](http://e-oktatas.barczi.hu/extra/tudasbazis/jegyzet/jegyzet_fogytort.pdf)>

#### **A kérdőívekben használt képek forrásai**

<<http://neon.hu/karrier/gyonyoru-kez-nelkuli-modell-gyujtott-milliokat-a-fogyatekkal-elok-szamara-182232>> [2012.07.01.]

<<http://www.mixonline.hu/Cikk.aspx?id=20385>> [2012.07.01.]

<<http://tv2.hu/ability>> [2012.07.01.]

<[http://www.sikerado.hu/magyarorszagon/2011/07/10/Fogyatekos\\_gyerekek\\_Bukkszentkereszt-en](http://www.sikerado.hu/magyarorszagon/2011/07/10/Fogyatekos_gyerekek_Bukkszentkereszt-en)> [2012.07.01.]

<<http://www.kiskegyed.hu/kikapcsolodas/szabadido/kutyaval-az-emberert-uj-torveny-a-segitokutyakrol-101918>> [2012.07.01.]

## Mellékletek

### Sztereotípiák, előítéletek feladatlap<sup>23</sup>

#### Sztereotípiák

A(z) ..... olyan általánosítás, amely a csoport egyes tagjainak tulajdonságait a csoport egészére kiterjeszti. Például: az olaszok szeretik az operát, az oroszok szeretik a balettet, a kopasz fiatal emberek neonácik, stb.

A(z) ..... lényege a kategorizálás.

A(z) .....-k társadalmi csoportoknak vagy rétegeknek tulajdonított jellemzőket foglalnak magukba, amelyek társadalmilag elfogadott hiedelemrendszereket alkotnak. Ebben a szűk értelemben tehát a(z) ..... csak és kizárólag emberek csoportjaira vonatkozó strukturált információhalmazt jelöl, amely tartalmazhat többek között személyiségvonásokat, fizikai tulajdonságokat, társadalmi szerepeket vagy akár sajátos viselkedésformákat is.

Alapulhatnak mások által közölt információkon, lehet torz valóság alapjuk (amikor elszigetelt esetekből vonunk le messzemenő következtetéseket), de előfordulhat, hogy létező, kis különbségeket nagyítunk fel. A stigmatizáció ezzel szorosan összekapcsolható fogalom: „A stigma olyan viszony, mely egy jellemvonás és egy sztereotípiák között áll fenn”.

Három típusa:

- a testi fogyatékoság,
- a jellemhibák (akaratgyengeség, szenvedélyek), illetve
- a faji, nemzeti, vallási hovatartozás.

#### Az előítéletek

A(z) ..... hibás és rugalmatlan általánosításon alapuló ellenszenv. Megmaradhat az érzések szintjén, de kifejezésre juthat a viselkedésben. Irányulhat egy-egy csoport egésze, de egyetlen egyén ellen is, azon az alapon, hogy az illető a szóban forgó csoport tagja. Tudásunk akkor válik ilyenné, ha úgy gondoljuk, hogy tudásunk bizonyosság, hiszen többnyire ésszerűeknek, megalapozottnak tartjuk.

Egy 1995-ben megjelent tanulmány a(z) .....-k kétféle típusát különbözteti meg:

- Az egyik az úgynevezett „nyilvánvaló” (blatant) .....  
Az ilyen .....-k hevesek, direkttek, tradicionálisak.  
Akiknek ilyen .....-ik vannak, azok fenyegetettséget éreznek, az outgroup-ot genetikailag alsóbbrendűnek determinálják, tagadják a diszkrimináció létét, elutasítják a másik csoporttal való intim érintkezés bármely formáját (szexuális érintkezés, beházasodás).
- A „finom” (subtle) .....-k körmönfontak, távolságtartók, indirektek.  
Három olyan összetevőjük van, amelyek kifejezési módja teljesen elfogadott a nyugati társadalmakban.
  1. A tradicionális értékek védelme.
  2. A kulturális különbségek eltűlése.
  3. A pozitív érzelmek tagadása, ami valójában az outgroup iránti negatív érzelmek burkolt formája.

<sup>23</sup> DR. KOVÁRIK, 2006: 9-11

## Ajánlott kifejezések listája fogyatékos emberekkel kapcsolatban<sup>24</sup>

Gyűjtőfogalmak: fogyatékos ember, személy; fogyatékossgal élő ember, személy; akadályozott, sérült ember, személy.

Kerülendő: fogyatékkal élő, rokkant, beteg

| AZ ÉRINTETTEK MEGNEVEZÉSE      |                                                                                            |                          |                                                              |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------------|
| ÁLLAPOT                        | AJÁNLOTT KIFEJEZÉS<br>a jelző után mindig főnevet<br>téve (pl. gyermek, ember,<br>személy) | ELFOGADHATÓ<br>KIFEJEZÉS | DISZKRIMINATÍV,<br>SÉRTŐ KIFEJEZÉS                           |
| beszéd                         | beszédfogyatékos                                                                           | beszédfhibás             | hallónéma                                                    |
| értelem                        | értelmi fogyatékos,<br>tanulásban akadályozott,<br>értelmileg akadályozott                 | értelmi sérült           | hülye, elmebeteg,<br>bolond,<br>gyengeelméjű                 |
| hallás                         | siket<br>nagyothalló                                                                       | hallássérült             | süket, süketnéma                                             |
| látás                          | vak<br>gyengénlátó                                                                         | látássérült              | világtalan                                                   |
| mozgás                         | mozgáskorlátozott<br>mozgássérült                                                          |                          | béna, nyomorék                                               |
| több<br>fogyatékossg<br>együtt | halmozottan sérült,<br>halmozottan fogyatékos                                              |                          | béna, nyomorék,<br>hülye, elmebeteg,<br>bolond, gyengeelméjű |
| szervi                         | szervátültetett                                                                            | transzplantált           | beteg                                                        |

| AZ ÉRINTETTEK ÁLTAL HASZNÁLT SEGÉDESZKÖZÖK<br>MEGNEVEZÉSE |                         |
|-----------------------------------------------------------|-------------------------|
| AJÁNLOTT KIFEJEZÉS                                        | KERÜLENDŐ KIFEJEZÉS     |
| hallókészülék                                             | nagyothalló készülék    |
| kerekesszék                                               | tolókocsi, rokkantkocsi |

| EGYÉB SZAKKIFEJEZÉSEK                                         |                                              |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| AJÁNLOTT KIFEJEZÉS                                            | KERÜLENDŐ KIFEJEZÉS                          |
| jelnyelvi tolmács                                             | süketnéma tolmács                            |
| jelnyelv                                                      | jelbeszéd, mutogatás                         |
| kerekesszékekkel közlekedő                                    | tolókocsihoz kötött                          |
| halló (siket ellentettje)                                     | beszélő                                      |
| látó (látássérült ellentettje)                                |                                              |
| ép (fogyatékos ellentettje)                                   | egészséges                                   |
| többségi iskola                                               | normál iskola                                |
| személyi segítő                                               | gondozó, ápoló<br>(az egészségügyben helyes) |
| Braille-írás (pontírás)                                       |                                              |
| síkírás (pontírás ellentettje)                                |                                              |
| fogyatékosok szervezetei                                      | fogyatékos szervezetek                       |
| „Esélyegyenlőségi Törvény”                                    | fogyatékos törvény                           |
| fogyatékosok sportja,<br>sportoló fogyatékosok                | fogyatékos sport                             |
| paralimpia                                                    | paraolimpia                                  |
| megváltozott<br>munkaképességű személy (a<br>munka világában) | csökkent munkaképességű személy              |

<sup>24</sup> LITAVECZ, 2004. 153-154 p.

## Kérdőív(1),

az „Akadálymentesítsd” magad! tréning résztvevői számára.

A kitöltés önkéntes és anonim, de nagyon fontos számomra.

Kérem, hogy **őszinte** válaszaival segítse munkámat.

**Nem:**

☐ Nő

☐ Férfi

**Életkor:**

.....

**Legmagasabb iskolai végzettsége:**

- ☐ 8 általános
- ☐ Befejezetlen szakképzés
- ☐ Szakközépiskola
- ☐ Szakmunkásképző/ szakiskola
- ☐ Gimnázium
- ☐ Bachelor képzés
- ☐ Postgraduális képzés
- ☐ Master fokozat
- ☐ Egyéb, és pedig.....

**Lakóhely:**

- ☐ Falu/község
- ☐ Kisváros
- ☐ Nagyváros
- ☐ Megyeszékhely
- ☐ Főváros

**Kapcsolatban áll-e Ön fogyatékossgal élő személlyel? (Több választ is bejelölhet)**

- ☐ Nem
- ☐ Igen, ismerek fogyatékossgal élő embert/embereket.
- ☐ Igen, a munkahelyemen is dolgozik fogyatékossgal élő személy.
- ☐ Igen, közeli barátaim között is van/vannak fogyatékossgal élők.
- ☐ Igen, a családomban is van/vannak fogyatékossgal élők.

**Melyik jellemző Önre leginkább?**

- ☐ Nincsenek előítéleteim senkivel szemben.
- ☐ Töreksem arra, hogy ne ítélkezzek külsőségek, vagy sztereotípiák alapján.
- ☐ Vannak bizonyos csoportok (nép, vallási, stb.), amelyekkel szemben előítéleteim vannak.
- ☐ Több olyan csoport (nép, vallási, stb.) is van, amelyekkel szemben előítéleteim vannak.
- ☐ Kifejezetten előítéletes embernek tartom magam.

**Ön szerint melyik kifejezés lehet sértő? (Több választ is bejelölhet)**

- |                                            |                                                  |                                       |                                 |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> hallónéma         | <input type="checkbox"/> elmebeteg               | <input type="checkbox"/> gyengeelméjű | <input type="checkbox"/> süket  |
| <input type="checkbox"/> süketnéma         | <input type="checkbox"/> értelmi fogyatékos      | <input type="checkbox"/> nagyothalló  | <input type="checkbox"/> vak    |
| <input type="checkbox"/> mozgáskorlátozott | <input type="checkbox"/> tanulásban akadályozott | <input type="checkbox"/> mozgássérült | <input type="checkbox"/> bēna   |
| <input type="checkbox"/> világtalan        | <input type="checkbox"/> értelmileg akadályozott | <input type="checkbox"/> siket        | <input type="checkbox"/> hülye  |
| <input type="checkbox"/> nyomorék          | <input type="checkbox"/> gyengénlátó             | <input type="checkbox"/> fogyatékos   | <input type="checkbox"/> bolond |

**Kérem, írja le az első gondolatot, ami eszébe jut, amikor meghallja a következő szót:**

- Nyomorék:

.....

- Fogyatékos:

.....

- Taigetosz:

.....

- Világtalan:

.....

- Előítélet:

.....

- Esélyegyenlőség:

.....

**Milyen dolgokról kellene lemondania, ha kerekesszékekbe kényszerülne?**

.....

.....

.....

**Ön szerint mi lenne az első gondolata abban az esetben, ha az orvos közölné Önnel, hogy egy betegség következtében elveszíti a látását?**

.....

.....

.....

**Mi a véleménye a fogyatékossgal élő gyermekek integrált (ép gyermekekkel együtt történő) oktatásáról?**

.....

.....

.....

**Képzeld el, hogy már nagyon régóta szeretne gyermeket, hosszú ideje próbálkoznak a párjával, és amikor végre sikerül, az orvos közli, hogy súlyos fogyatékossgal jönne a világra. Az orvos felajánlja az abortusz lehetőségét, miként döntene és miért?**

.....

.....

.....

**Ön szerint a fogyatékossgal élők számára mi lehet a legfontosabb?**

.....

.....

.....

**Van-e tabu téma az Ön életében?**

.....

.....

**Tudna együtt dolgozni fogyatékos személlyel?**

.....

**Ön szerint képesek megfelelő munkavégzésre?**

.....

**Kérem, írja le az első három szót, ami a kép láttán az eszébe jut. Ne gondolkodjon sokat!**



.....

.....

.....

25

<sup>25</sup> <<http://neon.hu/karrier/gyonyoru-kez-nelkuli-modell-gyujtott-milliokat-a-fogyatekkal-elok-szamara-182232>> [2012.07.01.]

Kérem, írja le az első három szót, ami a kép láttán az eszébe jut. Ne gondolkodjon sokat!



26



27



28



29



30

**Nagyon fontos (!),** hogy az anonimitás megőrzése érdekében kérem, adjon meg egy szabadon választott jeligét, amelyet csak Ön ismer, és amelyet **sem a tréningen, sem az azt megelőző illetve az azt követő időszakban senkinek nem kell elárulnia!** Erre csak a tréning hatékonyságának mérése miatt van szükség. Mivel Önön kívül ezt a jeligét senki sem ismeri a személye nem lesz beazonosítható, csak a kérdőívekben megadott válaszai lesznek összehasonlíthatóak.

**Jelige:**

<sup>26</sup> <<http://www.mixonline.hu/Cikk.aspx?id=20385>> [2012.07.01.]

<sup>27</sup> <<http://tv2.hu/ability>> [2012.07.01.]

<sup>28</sup> <[http://www.sikerado.hu/magyarorszagom/2011/07/10/Fogyatekos\\_gyerekek\\_Bukkszentkeresztben](http://www.sikerado.hu/magyarorszagom/2011/07/10/Fogyatekos_gyerekek_Bukkszentkeresztben)> [2012.07.01.]

<sup>29</sup> <<http://www.kiskegyed.hu/kikapcsolodas/szabadido/kutyaval-az-emberert-uj-torveny-a-segitokutyakrol-101918>> [2012.07.01.]

<sup>30</sup> <<http://neon.hu/karrier/gyonyoru-kez-nelkuli-modell-gyujtott-milliokat-a-fogyatekkal-elok-szamara-182232>> [2012.07.01.]

## Kérdőív(2),

az „Akadálymentesítsd” magad! tréning résztvevői számára.

A kitöltés önkéntes és anonim, de nagyon fontos számomra.

Kérem, hogy **őszinte** válaszaival segítse munkámat.

**Nem:**

☐ Nő

☐ Férfi

**Életkor:**

.....

**Legmagasabb iskolai végzettsége:**

- ☐ 8 általános
- ☐ Befejezetlen szakképzés
- ☐ Szakközépiskola
- ☐ Szakmunkásképző/ szakiskola
- ☐ Gimnázium
- ☐ Bachelor képzés
- ☐ Postgraduális képzés
- ☐ Master fokozat
- ☐ Egyéb, és pedig .....

**Lakóhely:**

- ☐ Falu/község
- ☐ Kisváros
- ☐ Nagyváros
- ☐ Megyeszékhely
- ☐ Főváros

**Kapcsolatban áll-e Ön fogyatékossgal élő személlyel? (Több választ is bejelölhet)**

- ☐ Nem
- ☐ Igen, ismerek fogyatékossgal élő embert/embereket.
- ☐ Igen, a munkahelyemen is dolgozik fogyatékossgal élő személy.
- ☐ Igen, közeli barátaim között is van/vannak fogyatékossgal élők.
- ☐ Igen, a családomban is van/vannak fogyatékossgal élők.

**Melyik jellemző Önre leginkább?**

- ☐ Nincsenek előítéleteim senkivel szemben.
- ☐ Töreksem arra, hogy ne ítélkezzek külsőségek, vagy sztereotípiák alapján.
- ☐ Vannak bizonyos csoportok (nép, vallási, stb.), amelyekkel szemben előítéleteim vannak.
- ☐ Több olyan csoport (nép, vallási, stb.) is van, amelyekkel szemben előítéleteim vannak.
- ☐ Kifejezetten előítéletes embernek tartom magam.

**Ön szerint melyik kifejezés lehet sértő? (Több választ is bejelölhet)**

- |                                            |                                                  |                                       |                                 |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> hallónéma         | <input type="checkbox"/> elmebeteg               | <input type="checkbox"/> gyengeelméjű | <input type="checkbox"/> süket  |
| <input type="checkbox"/> süketnéma         | <input type="checkbox"/> értelmi fogyatékos      | <input type="checkbox"/> nagyothalló  | <input type="checkbox"/> vak    |
| <input type="checkbox"/> mozgáskorlátozott | <input type="checkbox"/> tanulásban akadályozott | <input type="checkbox"/> mozgássérült | <input type="checkbox"/> béna   |
| <input type="checkbox"/> világtalan        | <input type="checkbox"/> értelmileg akadályozott | <input type="checkbox"/> siket        | <input type="checkbox"/> hülye  |
| <input type="checkbox"/> nyomorék          | <input type="checkbox"/> gyengénlátó             | <input type="checkbox"/> fogyatékos   | <input type="checkbox"/> bolond |

**Kérem, írja le az első gondolatot, ami eszébe jut, amikor meghallja a következő szót:**

- Nyomorék:

.....

- Fogyatékos:

.....

- Taigetosz:

.....

- Világtalan:

.....

- Előítélet:

.....

- Esélyegyenlőség:

.....

**Milyen dolgokról kellene lemondania, ha kerekesszékre kényszerülne?**

.....

.....

.....

**Ön szerint mi lenne az első gondolata abban az esetben, ha az orvos közölné Önnel, hogy egy betegség következtében elveszíti a látását?**

.....

.....

.....

**Mi a véleménye a fogyatékossgal élő gyermekek integrált (ép gyermekekkel együtt történő) oktatásáról?**

.....

.....

.....

**Képzelve el, hogy már nagyon régóta szeretne gyermeket, hosszú ideje próbálkoznak a párjával, és amikor végre sikerül, az orvos közli, hogy súlyos fogyatékossgal jönne a világra. Az orvos felajánlja az abortusz lehetőségét, miként döntene és miért?**

.....

.....

.....

**Ön szerint a fogyatékossgal élők számára mi lehet a legfontosabb?**

.....

.....

.....

**Van-e tabu téma az Ön életében?**

.....

.....

**Tudna együtt dolgozni fogyatékos személlyel?**

.....

**Ön szerint képesek megfelelő munkavégzésre?**

.....

**Kérem, írja le az első három szót, ami a kép láttán az eszébe jut. Ne gondolkodjon sokat!**



31



32

<sup>31</sup> <<http://www.mixonline.hu/Cikk.aspx?id=20385>> [2012.07.01.]

<sup>32</sup> <<http://tv2.hu/ability>> [2012.07.01.].



33



34

**Kérem, írja le a véleményét a tréninggel kapcsolatban.**

**A tréning feladatai, játéka a célnak megfelelőek voltak?**

**Mit változtatna meg?**

**Van-e ötlete a tréninggel kapcsolatban?**

**Nagyon fontos (!)**, hogy az anonimitás megőrzése érdekében kérem, adjon meg egy szabadon választott jeligét, amelyet csak Ön ismer, és amelyet **sem a tréningen, sem az azt megelőző illetve az azt követő időszakban senkinek nem kell elárulnia!** Erre csak a tréning hatékonyságának mérése miatt van szükség. Mivel Önön kívül ezt a jeligét senki sem ismeri a személye nem lesz beazonosítható, csak a kérdőívekben megadott válaszai lesznek összehasonlíthatóak.

**Jelige:**

<sup>33</sup> <[http://www.sikerado.hu/magyarorszagom/2011/07/10/Fogyatekos\\_gyerekek\\_Bukkszentkeresztben](http://www.sikerado.hu/magyarorszagom/2011/07/10/Fogyatekos_gyerekek_Bukkszentkeresztben)> [2012.07.01.]

<sup>34</sup> <<http://www.kiskegyed.hu/kikapcsolodas/szabadido/kutyaval-az-emberert-uj-torveny-a-segitokutyakrol-101918>> [2012.07.01.]