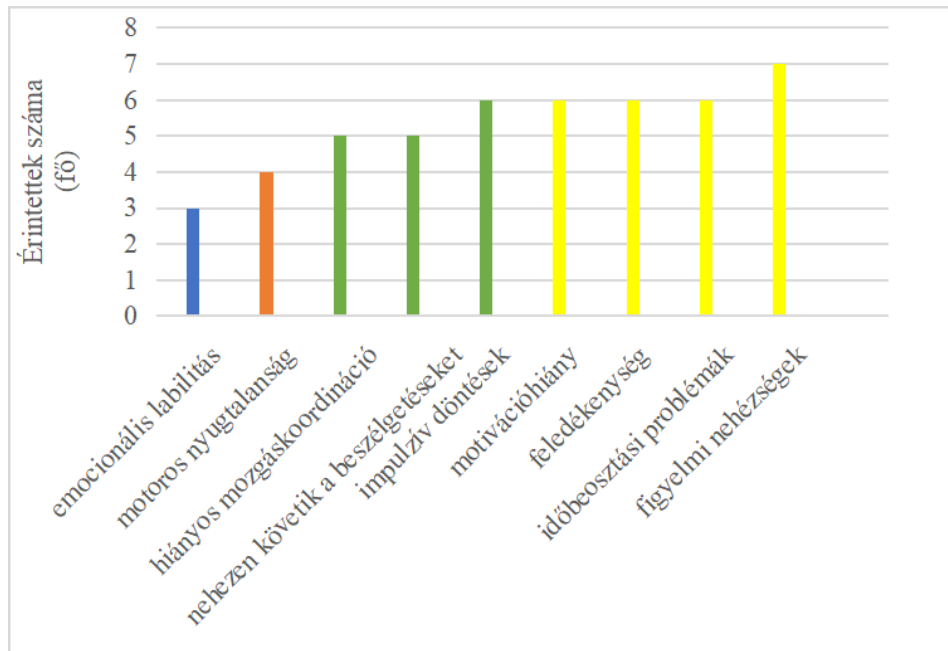
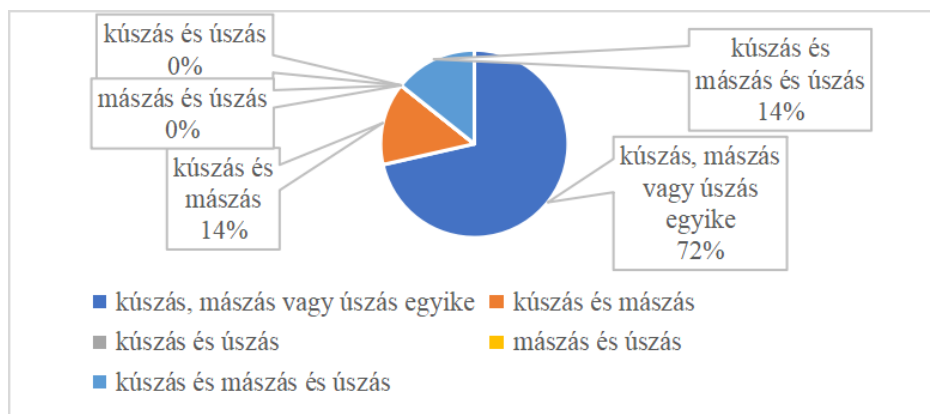


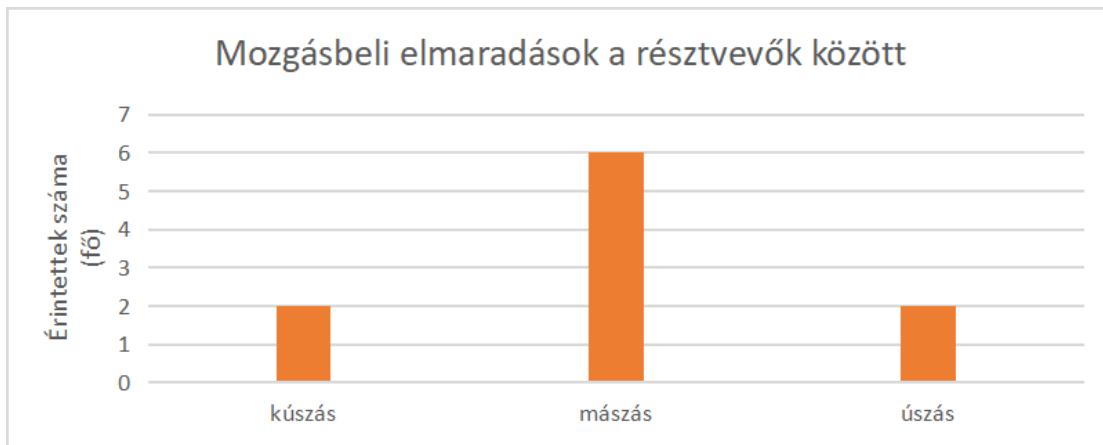
Ábrák



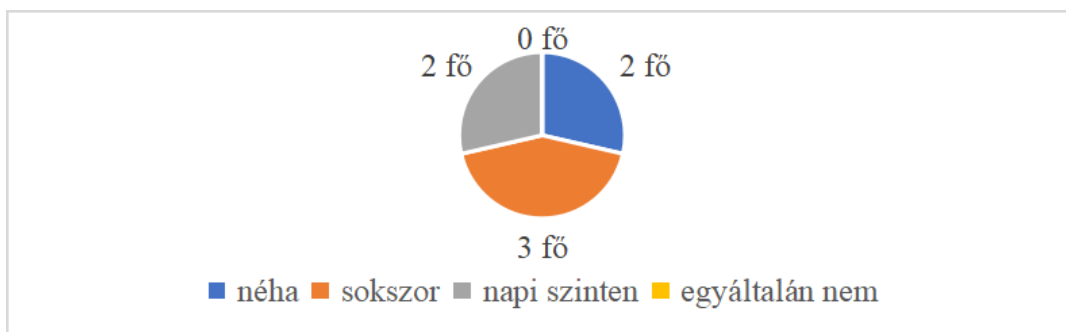
1. ábra: A résztvevők tünetei (Forrás: saját szerkesztés)



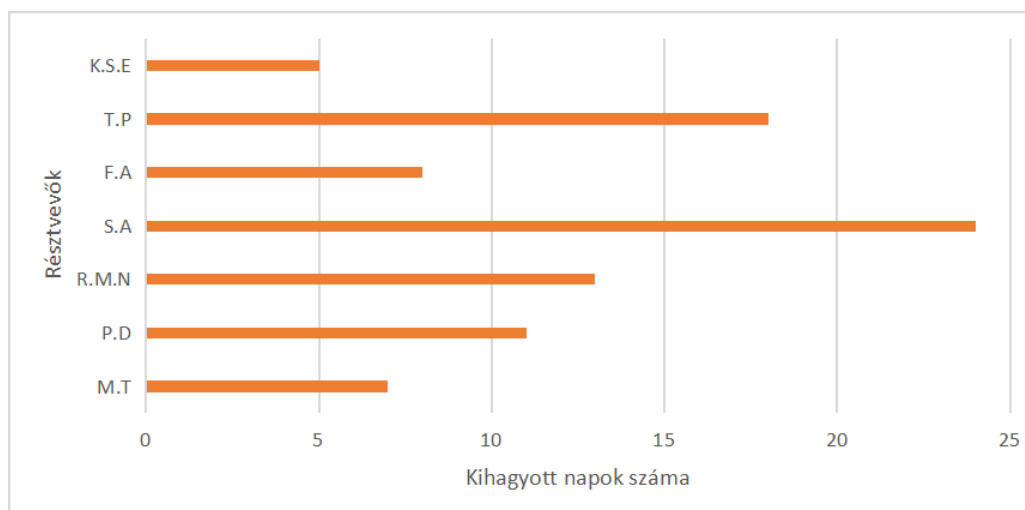
2. ábra: Mozgásbeli elmaradások területeinek eloszlása (Forrás: saját szerkesztés)



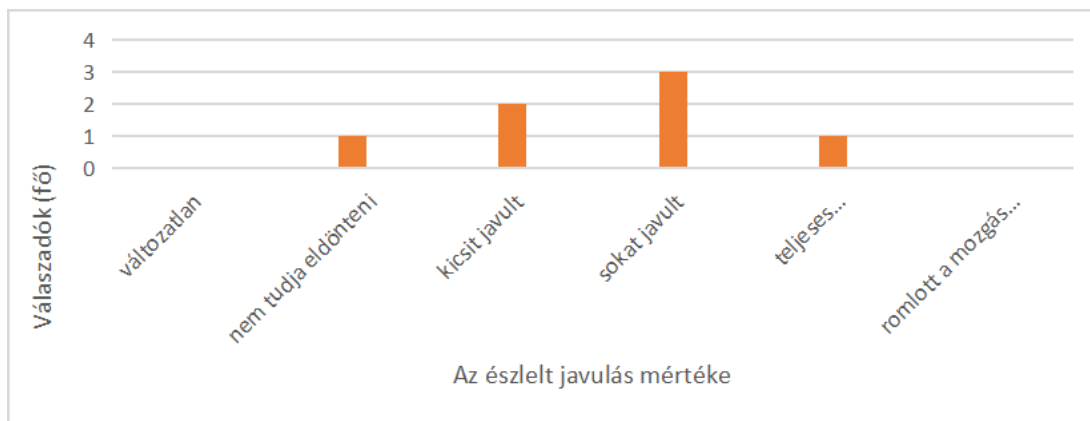
3. ábra: Mozgásbeli elmaradások a résztvevők között (Forrás: saját szerkesztés)



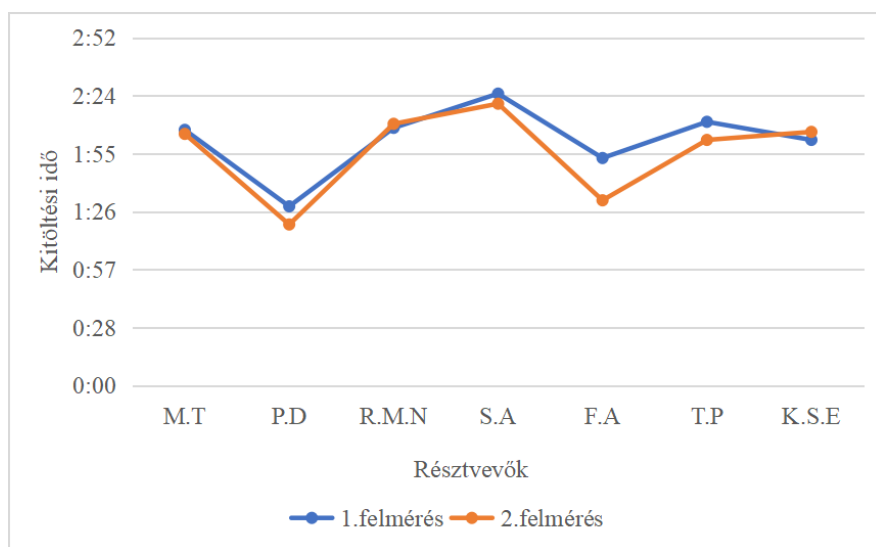
4. ábra: Motivációs szint csökkenés mértéke a 3 hónap alatt (Forrás: saját szerkesztés)



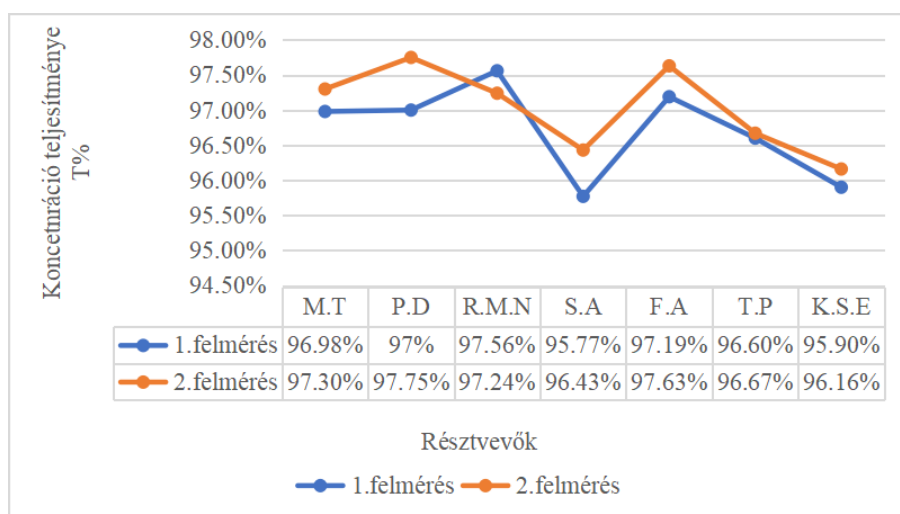
5. ábra: A résztvevők kihagyott napjainak száma (Forrás: saját szerkesztés)



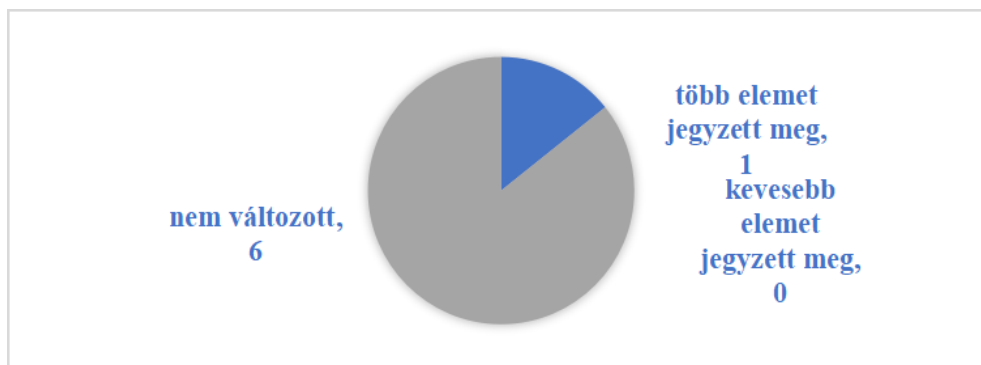
6. ábra: A résztvevők észlelése a mozgásbeli változásokról (Forrás: saját szerkesztés)



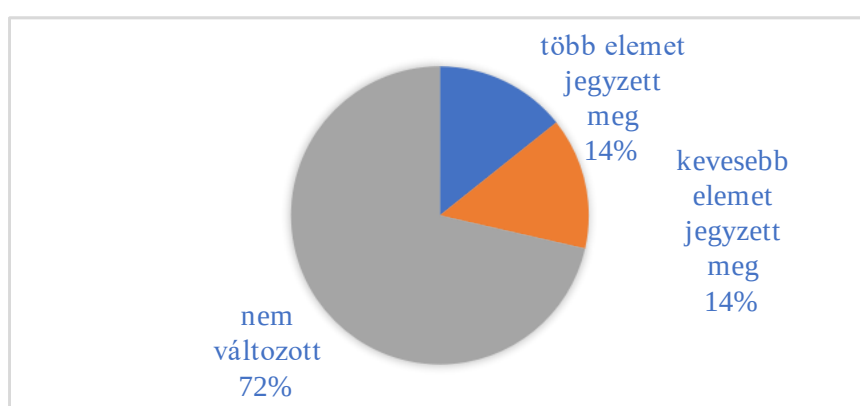
7. ábra: Bourdon-teszt felmérései (Forrás: saját szerkesztés)



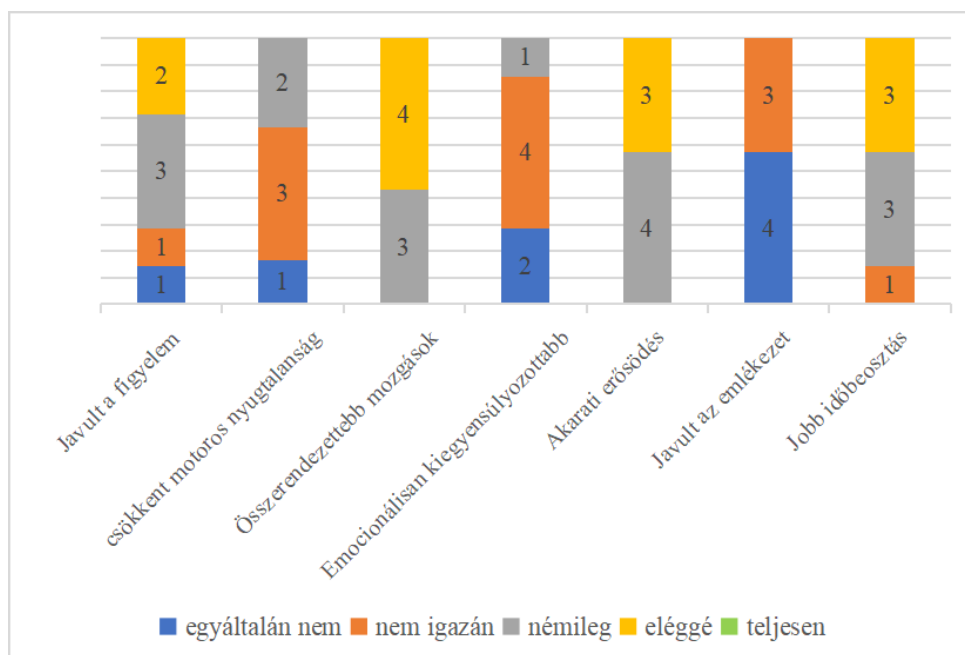
8. ábra: Pieron teszt felmérései (Forrás: saját szerkesztés)



9. ábra: Mechanikus auditív emlékezet változásai (Forrás: saját szerkesztés)



10. ábra: Mechanikus auditív emlékezet változásai (Forrás: saját szerkesztés)



11. ábra: Tünetek változása a 3 hónap elteltével (Forrás: saját szerkesztés)

Mellékletek

1.sz. Melléklet: Anamnézis kérdőív (Forrás: saját szerkesztés)

1. Név:

2. Születési idő:

3. Születés alatt történt-e valamilyen nehézség? (Pl.: nyakra tekeredő köldökzsinór, vákuum, koraszülés, túlhordás stb.)

4. Születése után előfordult-e bármilyen nehézség? (Válaszát „X”-szel jelölje!)

☐ Erős sárgaság

☐ Spontán légzésleállás

☐ Bakteriális fertőzés

☐ Súlygyarapodási nehézségek

☐ Édesanya közelségének hiánya

Egyéb:

5. Mozgásfejlődése, beszédfejlődése

Volt-e olyan az alábbiak közül, amit később kezdett el csinálni az átlagnál?

Aláhúzással jelölje azt a területet , ahol elmaradása volt! Ha meg tudja adni az adott hónapot ,akkor írja az aláhúzott rész mellé!. (pl.: beszéd kezdete)

- Átfordulás
- Kúszás
- Mászás
- Felállás
- Járás
- Beszéd megindulása
- Szobatisztaság

6. Felmerülő nehézségek (jelenre vonatkozóan). (Válaszát a szám bekarikázásával jelölje!)

1. Nehezített családi időbeosztás
2. Feldolgozatlan konfliktusok
3. Válás
4. Feldolgozatlan gyász
5. Önértékelési problémák

7. Az alábbi tünetek közül melyek érvényesek Önre? (Aláhúzással jelölje választát!)

Motoros nyugtalanság (nem képes sokáig egy helyben ülni)

Hiányos a mozgások finom koordinációja

Emocionális labilitás

Impulzív döntések

Motiváció hiány, akarat gyengesége

Időbeosztási problémák-gyakran késik, nem tudja beosztani idejét

Egyszerre több dologgal foglalkozik, kapkod.

Nehezebb esik figyelni másokra, követni a beszélgetést

Figyelemfókusz fenntartási/ váltási nehézségek

Nem szereti a koncentrációt igénylő feladatokat

Napi tevékenységekben gyakran feledékeny, szétszór

8. Vett-e már részt valamilyen terápiában? (Ha igen, miben?)

9. Sportol-e valamit? (Ha igen, mit? Milyen rendszerességgel?)

10. Voltak-e nehézségei az iskolás évek alatt a testnevelés órák feladatainak elvégzésével? (Ha igen, főleg milyen feladatokban?)

11. Voltak-e nehézségei az iskolás éve alatt egyes tantárgyak tanulása során?

(Ha igen, mely területeken?)

12. Rendelkezik-e szakértői véleménnyel az ADHD-ról? (Válaszát aláhúzással jelölje!)

Igen/Nem

13. Rendelkezik-e további szakértői véleménnyel? (Ha igen, nevezze meg, illetve adja meg a kezdeti dátumot)

2.sz. melléklet: A mozgásterápia tapasztalatai-kérdőív (Forrás: saját szerkesztés)

1. A kezdeti, első felmérésnél érzékelte-e, hogy nem összehangolt a mozgása (kúszás, mászás, úszás valamely területén?) Válaszát aláhúzással jelölje!

egyáltalán nem

nem igazán

némileg

eléggé

teljesen

2. A 3 hónapos időszak alatt azt a mozgást kellett gyakorolnia, amit megadott Önnek a vizsgálatvezető. Az időszak leteltével összerendezettebbek érzi azt a mozgást, amire felírták Önnek a gyakorlatsort? (Válaszát bekarikázással jelölje!)

- a) ☐ Úgy érzem, teljesen összerendezett lett és harmonikussá vált a begyakorolt mozgásom. Nem igényel nagy koncentrációt a végrehajtása.
- b) ☐ Úgy érzem, hogy sokat javult a begyakorolt mozgásom, de néha nagyobb koncentrációt igényel a pontos végrehajtás.
- c) ☐ Úgy érzem, hogy kis mértékben javult a mozgásom kivitelezése.
- d) ☐ Úgy érzem, hogy ugyan olyan szinten tudom végrehajtani a mozgásmintát, mint az első felmérés alkalmával.
- e) ☐ Úgy érzem, hogy nehezebben hajtom végre a mozdulatokat, mozgásom még inkább diszharmonikus, mint az első felmérésnél.
- f) ☐ Nem tudom eldönteni, hogy javult-e a mozgásom összerendezettsége.

3. Kérem 1-5-ig terjedő skálán jelölje be, hogy mekkora mértékben igazak Önre az alábbi állítások:

1: egyáltalán nem, 2: nem igazán, 3: némileg, valamennyire, 4: eléggé, 5: teljesen

☐ Kevésbé vagyok szétszórt az elmúlt időszakban

☐ Úgy érzem, hogy javult a mindennapokban a figyelmem

- ☐ Csökkent a motoros nyugtalanságom, az állandó mozgásigényem
- ☐ Azt tapasztaltam, hogy összerendezettebbek lettek a mozgásaim
- ☐ Emocionálisan kiegyensúlyozottabb vagyok
- ☐ Könnyebben ráveszem magam dolgokra, akarati szempontból erősödtem
- ☐ Jobban be tudom osztani az időmet

Minden kérdésre csak 1 választ adjon!

4. Általánosságban véve (nem a mozgásterápia szempontjából) mennyire sikerül fenntartania érdeklődését 1-1 új szokásnál?

- Mindig kihívások elé állok az érdeklődés fenntartása érdekében, sokszor rövid idő után félbehagyom az új tevékenységet.
- Sokszor gondot okoz, hamar elvesztem a motivációt
- Néha elvesztem az érdeklődésem és nem sikerül betartanom az új szokásokat
- Egyáltalán nem okoz problémát az új szokások betartása.

5. Mennyire igényel általánosságban véve külső segítséget, motivációt az új szokások kialakításához?

- Szükségem van folyamatos külső motivációra, hogy fenntartsam az új szokásokat, különben könnyen elvesztem az érdeklődésemet
- Néha van szükségem külső ösztönzésre
- Általában saját belső motivációira támaszkodik, de időnként egy kis külső támogatás is segít, hogy fennmaradjon az elköteleződés

6. Nehezebbre esett napi szinten rávennie magát a gyakorlatokra? (X-szel jelölje választát!)

☐Egyáltalán nem, könnyedén álltam neki a feladatoknak.

☐Néha nehézséget jelentett, hogy rászánjam magam.

☐Sokszor nagy erőfeszítembe került, hogy időt és energiát fektessek bele.

☐Szinte napi szinten meg kellett magam erőltetni, hogy elkezdjem a gyakorlatokat.

7.A vizsgálóval heti 1-szer tartotta a kapcsolatot online formában. Ezen alkalmak után motiváltabbnak érezte magát a gyakorlatok folytatásához? (Aláhúzással jelölje választát!)

Nem Igen

8.Hány napot hagyott ki a 3 hónap alatt? (Ha nem tudja a pontos számot, akkor egy körülbelüli értéket adjon meg)

9.Az első felmérést követően a vizsgálatvezető egyezett Önnel egy olyan időpontot, ami megfelel Önnek , hogy végrehajtsa a gyakorlatokat. A vizsgálatvezető arra kérte Önt, hogy húzza fel ébresztőóráját arra az időpontra és akkor kezdjen neki a feladatoknak. Mennyire tartotta Ön be ezt az időgazdálkodási módszert?

☐Minden nap akkor fogtam neki a gyakorlatoknak, amikor jelzett az óra.

☐Legtöbbször akkor kezdtem el a gyakorlatokat, amikor jelzett az óra

☐Néha betartottam az óra jelzését, de olyan is volt, hogy befejeztem az adott tevékenységet amit éppen végeztem, majd azután fogtam neki a gyakorlatoknak.

☐Nem akkor végeztem a feladatokat, amikor jelzett az óra, sokszor órákkal később.

☐Egyáltalán nem tartottam be az óra jelzését, sokszor lefekvés előtt jutott eszembe, hogy el kell végeznek a feladatokat.

10. Segített Önnek abban az ébresztőóra felhúzása, hogy elérje célját és szokásává tegyen egy olyan tevékenységet, amit minden nap végre kell hajtani? (Igen/Nem)

3.sz. Melléklet: Bourdon figyelmeszt

Cross out the letter 'D' (upper case)																							
1	B	D	G	P	B	O	Q	D	O	P	B	P	G	D	P	B	O	G	Q	P	D	B	1
2	G	P	O	D	Q	G	B	O	D	Q	P	G	O	B	Q	D	P	D	B	O	G	Q	2
3	D	D	P	O	B	D	D	G	O	Q	B	D	O	G	P	B	G	Q	D	Q	P	B	3
4	P	Q	O	B	G	O	P	B	D	P	O	Q	P	D	Q	P	D	O	B	G	P	P	4
5	D	Q	B	P	D	G	B	D	P	D	B	P	D	Q	G	Q	D	P	O	Q	P	Q	5
6	D	B	P	D	Q	O	G	B	Q	O	D	B	G	D	P	O	G	Q	P	O	G	D	6
7	Q	O	D	Q	B	O	Q	D	Q	P	B	O	P	Q	B	O	P	O	O	B	G	O	7
8	O	Q	P	B	P	D	G	O	D	O	G	B	D	Q	O	B	P	D	P	Q	B	D	8
9	B	G	Q	D	Q	P	B	G	O	Q	O	G	O	Q	O	O	Q	P	G	O	B	O	9
10	O	D	D	P	Q	B	O	Q	P	D	O	Q	B	G	Q	B	G	D	O	D	Q	G	10
11	P	Q	G	O	D	O	Q	P	B	Q	P	D	G	O	P	D	O	Q	B	G	O	P	11
12	D	O	Q	O	B	Q	D	G	O	D	Q	B	G	D	B	Q	O	D	B	Q	D	P	12
13	O	P	O	Q	D	P	B	O	B	Q	P	B	O	D	Q	D	Q	B	G	O	B	G	13
14	Q	B	D	Q	O	D	P	B	O	G	Q	G	D	P	Q	G	B	O	D	Q	G	O	14
15	G	P	B	Q	P	O	Q	D	D	B	Q	G	B	O	D	Q	G	D	P	B	O	Q	15
16	D	O	P	O	B	G	O	P	B	Q	D	Q	P	G	Q	B	D	P	O	G	Q	P	16
17	Q	G	O	D	P	D	Q	B	O	D	O	P	Q	B	Q	D	P	D	Q	O	B	D	17
18	P	D	Q	O	P	B	O	P	D	G	B	P	O	D	P	B	Q	P	D	B	O	P	18
19	B	Q	P	D	O	P	D	Q	G	O	Q	D	P	G	O	Q	D	G	Q	D	P	O	19
20	O	Q	B	Q	O	D	G	O	D	B	G	P	D	O	D	Q	P	O	B	G	Q	B	20

Forrás: Fazekasné dr. Fenyvesi Margit főiskolai docens (2013): *A pedagógiai diagnosztika elméleti és gyakorlati tartalmi megújítása*. A figyelem vizsgálata-tesztek. Szeged, Magyarország. Mentor(h)áló program. Letöltés dátuma: 2023.08.10. Forrás: http://www.jgyph.hu/mentorhalo/tananyag/A_pedagogiai_diagnosztika_elmleti_s_gyakorlati_tartalmi_megujitsaV2/942_a_figyelem_vizsgalata_tesztek.html

[illegible]

Letöltés dátuma: 2023.08.10. Forrás: http://www.jgypk.hu/mentorhalo/tananyag/A_pedagogiai_diagnosztika_elmleti_s_gyakorlati_tartalmi_megjtsaV2/942_a_figyelem_vizsglata_tesztek.html