

A pedagógiai és gyógypedagógiai támogatás lehetőségei ADHD-s tanulók esetében

2026. április 22.

Az RRF-1.2.4 pályázat keretében az FMPSZ Székhelyintézmény a Pedagógiai Szakszolgálatok Hete programsorozat részeként 2026. április 22-én 90 perces szakmai workshopot szervezett a székesfehérvári Nemes-Nagy Ágnes Kollégiumban, amelynek címe „A pedagógiai és gyógypedagógiai támogatás lehetőségei ADHD-s tanulók esetében, szenzoros zavarok tükrében” volt. Az esemény előadója Dr. Reményi Tamás gyógypedagógus volt, a programot Bajnok Ildikó főigazgató-helyettes nyitotta meg. A workshopon összesen 16 fő vett részt, akik szakszolgálati, illetve többségi nevelési-oktatási intézményekben dolgozó pedagógusok voltak.

Az előadás középpontjában az ADHD komplex értelmezése állt, amelyet az előadó a végrehajtó funkciók gyengeségeként és az idegrendszer egészének érintettségeként írt le. Rámutatott arra, hogy a hiperaktivitás és a figyelemzavar jól látható viselkedési tünetei mögött minden esetben egyéni idegrendszeri működés húzódik meg, így a külső megnyilvánulások a belső folyamatok leképeződései. Hangsúlyozta, hogy a gyermekek viselkedése jelentősen eltérhet attól függően, hogy elfogadó vagy elutasító környezetben vannak jelen, ezért az elfogadó attitűd kialakítása alapvető, „nulladik lépésnek” tekinthető a pedagógiai munkában.

Az előadó saját intézményi tapasztalatait is bemutatta, ahol kis létszámú (maximum 18 fős) osztályokban, diagnózissal rendelkező – többek között ADHD-val vagy autizmussal élő – gyermekek oktatása zajlik, mintegy 200 fős tanulói létszámmal. Kiemelte, hogy az aktivitási szint szabályozásának nehézsége nem kizárólag az ADHD sajátossága, hanem az autizmus spektrum zavar esetében is gyakran megjelenik. A szenzoros feldolgozás zavarai a teljes populáció 10–14%-át érinthetik, ami különösen indokoltá teszi a téma pedagógiai szempontú feldolgozását.

Részletesen ismertette az ADHD diagnosztikai megközelítéseit a különböző nemzetközi klasszifikációs rendszerek – BNO-11, DSM-5, DC:0–3 és DC:0–5 – összehasonlításán keresztül. Kitért a diagnosztikai kritériumokra, a tünettípusokra és az életkori sajátosságokra is.

Az előadás hangsúlyos eleme volt a szenzoros feldolgozás és a végrehajtó funkciók kapcsolatának bemutatása ADHD esetén. Az érintett gyermekeknél gyakran megfigyelhető a szenzoros szűrés nehézsége, vagyis a zavaró ingerek kiszűrésének elégtelensége, amely állandó belső „zajérzetet” és nyugtalanságot eredményezhet. Ebből fakadóan jellemző a könnyű kizökkenhetőség, illetve az ingerkereső viselkedés megjelenése. Az előadó rámutatott arra is, hogy a szenzoros feldolgozási zavarok sok esetben az ADHD-hoz hasonló tüneteket produkálhatnak, ami a differenciáldiagnosztika jelentőségét erősíti.

A diagnosztikai és intervenciós lehetőségek kapcsán konkrét, gyakorlati példákat is bemutatott. Ismertette többek között a szomatotechnikai eszközök alkalmazását, például az ízületi

nyomásgyakorlást („pumpálás”), amely csökkentheti a gyermek aktivitási szintjét. Bemutatta a vestibuláris rendszer ingerlésének lehetőségeit is, például nagylabdán vagy jógapárnán történő ülés alkalmazásával, illetve a proprioceptív ingerek biztosításának jelentőségét. Kiemelte, hogy bizonyos, pedagógusok által gyakran korrigált viselkedések – például a széken való hintázás vagy a lábra ülés – valójában önszabályozási kísérletek, amelyek támogatása sok esetben indokolt lehet.

Az előadó felhívta a figyelmet arra, hogy nem minden esetben az idegrendszer fejlődése zajlik optimálisan, hanem gyakran kompenzációs mechanizmusok alakulnak ki. Ezek a folyamatok a környezeti elvárásokkal való találkozás során – például iskolába lépéskor – felerősödhetnek, és a figyelemzavar tüneteinek megjelenéséhez vezethetnek.

A workshop során a résztvevők sajátélményű gyakorlatokon keresztül is megtapasztalhatták a vestibuláris rendszer működését, ami hozzájárult a bemutatott jelenségek mélyebb megértéséhez. Az előadó ismertette a legfrissebb, 2024-es kutatási eredményeket is, amelyek szerint az ADHD-val élő gyermekek esetében az atipikus szenzoros feldolgozás és a gyenge végrehajtó funkciók között pozitív korreláció mutatható ki. Ennek alapján hangsúlyozta, hogy a hatékony pedagógiai támogatás csak integrált szemléletben valósítható meg, amely egyaránt figyelembe veszi a szenzoros, viselkedéses és kognitív tényezőket.

Pedagógiai szempontból az ADHD-t viselkedésszabályozási zavarként értelmezte, amelyben a figyelem tartós fenntartása nehezített. Kiemelte a formatio reticularis szűrőfunkciójának elégtelenségét, valamint ennek fejlesztési lehetőségeit. Gyakorlati példaként mutatta be az átfogó jutalmazó-értékelő rendszerek alkalmazását, például az osztályszintű kavicsgyűjtés módszerét, amely segíti a releváns ingerek kiválasztásának tanulását, és egyben a gátló funkciók fejlesztését is támogatja. Hangsúlyozta, hogy a jutalmazás fokozatosan alakítható át a konkrétól az elvontabb, késleltetett formák felé.

Az idegrendszeri feldolgozás szintjeit bemutatva kitért a hippocampus és a limbikus rendszer szerepére, majd a thalamus funkciójára, amely a rutin információk feldolgozásában játszik szerepet, végül pedig az agykérgi működésre, ahol a végrehajtó funkciók szerveződnek.

Az előadás zárásaként konkrét esettanulmányon keresztül szemléltette a figyelemzavar, a túlmozgékonyság és az impulzivitás integrált értelmezési lehetőségeit. Kiemelte, hogy a többségi pedagógusok számára kulcsfontosságú lenne a gyakorlati, azonnal alkalmazható technikák átadása, szemben azzal a gyakorlattal, hogy a gyermekek csupán heti néhány órában részesülnek fejlesztésben. Végezetül ismertette az aktivitási szint szabályozásának támogatását célzó Alert Program alapelveit is, amely további lehetőséget kínál az önszabályozás fejlesztésére.



