



A SPIRIT KERET

KÉZIKÖNYV TANÁROK SZÁMÁRA

Szerzők

Flavio BACCI, Malisse BRAM, Anja DECOSTER, Tibor DŐRI, Katalin Dr. KULMAN, Miklós Dr LEHMANN, Crystal-Jade LERIOS, Enikő Dr. TANKÓ, Imre Dr. TÓDOR

Szerkesztő

Flavio BACCI

Köszönet

Szeretnénk őszinte köszönetünket kifejezni a projekt első szakaszában részt vevő pszichológusoknak, akik kiemelkedő szakmai hozzájárulásukkal segítették a 6 és 10 év közötti gyermekeknél fejleszthető készségek azonosítását és kiválasztását. Külön köszönet illeti: Cintia BUDINSZKI (klinikai pszichológus – HU), Dr. Zoltán DÓSA PhD (pszichológus – RO), Grazia SERANTONI (pszichológus-pszichoterapeuta – IT)

Technikai szerkesztő

Leila SZABÓ, Norbert SZABÓ

Kiadó

Kiadja a Magyar Digitális Oktatásért Egyesület 2025.

ISBN

Jogi nyilatkozat

Ez a munka a **„A holnap készségei a mai gyermekek számára: komplex jövőbeli készségfejlesztés a tanulási tevékenységek, a játékalapú tanulás és a STEAM szinergiájával”** projekt keretében készült. A projektet az Európai Bizottság finanszírozza az Erasmus+ program keretében. (Támogatási megállapodás száma: 2023-1-HU01-KA220-SCH-000154457). A kifejezett nézetek és vélemények azonban kizárólag a szerző(k)éi, és nem feltétlenül tükrözik az Európai Unió vagy az Európai Oktatási és Kulturális Végrehajtó Ügynökség (EACEA) álláspontját. Sem az Európai Unió, sem az EACEA nem tehető felelőssé azokért.

A SPIRIT konzorcium minden tagja elkötelezett a pontos és naprakész információk közzététele mellett, és ennek érdekében a legnagyobb gondossággal jár el. A SPIRIT konzorcium tagjai azonban nem vállalnak felelősséget semmilyen pontatlanságért vagy kihagyásért, sem pedig semmilyen közvetlen, közvetett, különleges, következményes vagy egyéb veszteségért vagy kárért, amely ezen információk felhasználásából származik.

Szerzői jog

(C) 2025, SPIRIT

Ez a mű a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International licenc alapján használható.



Co-funded by
the European Union

Az Európai Unió finanszírozásával. A kifejezett nézetek és vélemények azonban kizárólag a szerző(k) véleményét tükrözik, és nem feltétlenül egyeznek meg az Európai Unió vagy az Európai Oktatási és Kulturális Végrehajtó Ügynökség (EACEA) álláspontját. Sem az Európai Unió, sem az EACEA nem tehető felelőssé azokért.

Tartalomjegyzék

1.	BEVEZETÉS	4
2.	ÁLTALÁNOS ISKOLÁKBAN SZÜKSÉGES ÁTJÁRÓ KÉSZSÉGEK.....	7
2.1.	Meghatározások	7
2.2.	Tudományos bizonyítékok a transzverzális készségek tanítására az általános iskolákban 9	
2.3.	Meglévő modellek.....	10
3.	JÖVŐBELI FORDULATOK	10
4.	A SPIRIT KERET.....	13
4.1	A tíz átfogó készség	13
4.2	A gyermekek életkora és fejlettségi szintje	14
4.3	A modell középpontja: a tanár önismerete	15
5.	A TÍZ KÉSZSÉG.....	18
5.1	Érzelmi tudatosság, szabályozás és kommunikáció	18
5.2	Kreativitás.....	21
5.3	Problémamegoldás.....	25
5.4	Kritikus gondolkodás	29
5.5	Rugalmasság	33
5.6	Rugalmasság	37
5.7	Kíváncsiság, csodálkozás és nyitottság.....	41
5.8	Empátia	44
5.9	Az emberek és a természet értékelése.....	47
5.10	Összekapcsoltság	50
6.	AZ ÉLETKOR.....	52
6.1	Kognitív fejlődés	52
6.2	Érzelmi fejlődés	54
6.3	Fizikai fejlődés.....	55
6.4	Az idegtudomány szemszögéből	55
7.	HOGYAN FEJLESSZÜNK TRANSZVERZÁLIS KÉPESSÉGEKET	58
8.	KÖVETKEZTETÉS	61
9.	HIVATKOZÁSOK	63

1. BEVEZETÉS

Valóban hihetetlen történelmi korszakot élünk át: a futurista Ray Kurtzswail szerint exponenciális korszakot élünk át a változások sebessége miatt, és nem csak a technológiai változások miatt. Ez a történelmi korszak megköveteli az iskolától, hogy valódi „az élet tanítója” legyen, és újragondolja az általa átadott tudást. Az elmúlt 30 évben kultúránk alapvető ismeretei között a klasszikus technikai ismeretek (hard skills) mellett egyre nagyobb teret nyertek az úgynevezett soft skills vagy transzverzális készségek: az önismerettel, a kommunikációval, a kapcsolatokkal stb. kapcsolatos készségek, amelyek fontosságát egyre inkább felismerjük az élet minden területén. A gyermekeknek azoknak a készségeknek a megtanítása, amelyek elkísérik őket a jövőbe, izgalmas és összetett kihívás. A SPIRIT projekt azzal a céllal jött létre, hogy segítse a tanárokat, az iskolavezetőket és a kutatókat ennek a kihívásnak a leküzdésében azáltal, hogy innovatív modellt kínál a soft skill-ek tanítására az általános iskolákban, nevezetesen a K1 és K4 szint között. Ez a kézikönyv az oktatásban és kutatásban vezető európai szervezetek – **a Patrizio Paoletti Alapítvány** (Olaszország), **az Erasmushogeschool Brussel** (Belgium), **a Sapientia Hungarian University of Transylvania** (Románia), **Magyar Digitális Oktatásért Egyesület** (MDOE, Magyarország), **VitaComm Education** (Ciprus) és a Thinking Skills Development Research Group (ELTE Általános és Óvodai Oktatási Kar) mint az MDOE társult partnere – gyakorlati és elméleti útmutató az oktatási átalakulás kezeléséhez.

A „transzverzális készségek” kifejezés az 1970-es években került be az oktatási és szakmai vitákba, amikor az Egyesült Államok Védelmi Minisztériuma megkülönböztette a konkrét feladatok elvégzéséhez szükséges technikai készségeket a komplex helyzetekben a hatékonyságot és az alkalmazkodóképességet támogató kapcsolati és transzverzális készségektől. Az elmúlt évtizedekben a soft skill-ek fontossága ugrásszerűen nőtt, amit a gyors technológiai változásokkal jellemezhető, egyre inkább folyékony, összekapcsolt társadalmi és gazdasági valóság is elősegített.

Egy olyan világban, ahol a robotizálás, a mesterséges intelligencia és a globális átalakulások átalakítják a szakmákat és az emberi interakciókat, az olyan készségek, mint a hatékony kommunikáció, az empátia, a rugalmasság, a kreativitás, a kritikus gondolkodás és az együttműködés, elengedhetetlenek lettek a személyes és kollektív sikerhez. Ezek nem csak a munkában hasznos készségek: a soft skill-ek befolyásolják az érzelmi és társadalmi jólétet, a tartozás érzését, valamint az aktív és felelősségteljes polgári tudatosság kialakulását.

A mai gyermekek, akik holnap felnőttek lesznek, ezeknek a készségeknek az elsajátításával jobban felkészülhetnek a kiszámíthatatlan jövőre. De hogyan tanítsuk meg nekik? Hogyan tegyük őket az általános iskolai oktatás szerves részévé? A SPIRIT projekt egy strukturált és rugalmas keretrendszeren alapuló, egyedülálló megközelítéssel kereste a választ ezekre a kérdésekre, amely képes alkalmazkodni a különböző tanulók, tanárok és kulturális kontextusok igényeihez.

A kézikönyv középpontjában a SPIRIT keretrendszer áll, egy háromdimenziós struktúra, amely a soft skill-ek tanítását három fő tengely mentén szervezi.

- **A 10 átfogó készség** – A SPIRIT kutatócsoport több mint 500 tanár megkérdezésével és fejlődépszichológusokkal készített interjúk alapján 10 olyan készséget azonosított, amelyek elengedhetetlenek a gyermekek jólétéhez és rezilienciájához egy bizonytalanság és technológiai innováció által dominált jövőbeli forgatókönyvben.



- **A gyermekek életkora** – A modell figyelembe veszi a gyermekek kognitív, érzelmi és társadalmi érettségét, és személyre szabott javaslatokat kínál minden fejlődési szakaszra.
- **Tanulási tevékenységek** – A transzverzális készségek tanításának vonzóvá és hatékonyvá tétele érdekében a keretrendszer hagyományos játékok, STEAM (tudomány, technológia, mérnöki tudomány, művészetek és matematika) tevékenységek és egyéb tapasztalati módszerek alkalmazását javasolja.

Ez a kocka-szerű struktúra lehetővé teszi a tanárok számára, hogy a modell különböző dimenziói között navigáljanak, alkalmazkodva az osztályaik sajátosságaihoz és a tanulók igényeihez, és irányítúként szolgál a tevékenységek kiválasztásában. A kézikönyvet egy iskolákban tesztelt tevékenységek katalógusa kíséri, amely példaként szolgál azoknak a tanároknak, akik szeretnék beépíteni a soft skill-eket a tanításukba.

A kézikönyv fejezetekre van felosztva, amelyek célja, hogy kísérik a tanárokat a SPIRIT keretrendszer felfedezésének és alkalmazásának útján:

- Bevezetés – Bevezetés a SPIRIT projektbe és annak kontextusába.
- Átfogó készségek az általános iskolákban – Áttekintés a soft skill-ek fontosságáról az általános iskolai oktatásban.
- Jövőbeli forgatókönyvek – Az átfogó készségeket elengedhetetlenné tevő globális változások elemzése.
- A SPIRIT keretrendszer – A keretrendszer részletes bemutatása.
- A 10 készség – A kiválasztott készségek részletes leírása.
- Az életkor – Hogyan lehet a tanítást a gyermekek különböző fejlődési szakaszaihoz igazítani?
- Hogyan lehet a modellt alapul véve átfogó készségeket tanítani az osztályteremben – Ötletek és gyakorlati javaslatok a puha készségek tanításához az osztályteremben Kolb ciklusa alapján.
- A modell középpontja: a tanár önismerete – A tanár önismeretének és annak a modellben betöltött központi szerepének szentelt fejezet.
- Következtetés – Végző gondolatok és jövőbeli perspektívák.

A SPIRIT modell egyik kulcsfontosságú eleme a tanári tudatosság fontosságának felismerése. A pedagógusok nem csupán tudásátadók: példaképek, a változás motorjai és a jelentőségteljes élmények elősegítői is. A „Tanári önismeret” című fejezet azt vizsgálja, hogy a tanárok puha készségekkel kapcsolatos közvetlen tapasztalatai hogyan alakíthatják át az osztálytermi tanítás módját.

Az empátia, a problémamegoldás vagy a kritikus gondolkodás mindennapi életben való megtapasztalása lehetővé teszi a tanárok számára, hogy teljes mértékben megértsék ezeknek a készségeknek az értékét, és azokat hatékony tanítási gyakorlatokká alakítsák. Iskolai környezetben ez a tudatosság inkluzívabb, stimulálóbb és rugalmasabb tanulási környezetet teremt, ahol a gyerekek és a felnőttek együtt növekednek. A soft skill-ek tanítása azt is jelenti, hogy biztonságos teret kell teremteni a hibázásnak, a kísérletezésnek és a párbeszédnek, és ki tudná ezt a folyamatot jobban irányítani, mint egy tudatos és képzett tanár?

A SPIRIT projekt nem csupán egy modell: ez egy felhívás az oktatás átalakítására. A részt vevő szervezetek hozzájárulásának és a jövőbe tekintő oktatás közös víziójának köszönhetően ez a kézikönyv és a kísérő tevékenységi útmutató arra törekszik, hogy inspirálja a tanárokat és az iskolákat, hogy a

változás motorjává váljanak, és így biztosítsák a mai és a holnap gyermekeinek boldogabb jövőjét. Reméljük, hogy minden oldal, minden javaslat és minden javasolt tevékenység elkíséri Önt egy felfedezésekkel és elégedettséggel teli oktatási úton.



2. ÁLTALÁNOS ISKOLÁKBAN SZÜKSÉGES ÁTJÁRÓ KÉSZSÉGEK

2.1. Meghatározások

A soft skills (lágy készségek) olyan nem technikai interperszonális képességeket és tulajdonságokat jelentenek, amelyek lehetővé teszik az egyének számára, hogy hatékonyan kommunikáljanak, együttműködjenek és kapcsolatba lépjenek másokkal. Példák erre a csapatmunka, az empátia, a kommunikáció, az alkalmazkodóképesség és a problémamegoldás.

A transzverzális készségek sokoldalú kompetenciák, amelyek az élet és a munka több területén is alkalmazhatók, és túlmutatnak az egyes szakmák vagy tudományágak határain. Ide tartoznak a kritikus gondolkodás, a kommunikáció, a digitális írástudás és a tanulás tanulásának készségei, amelyek lehetővé teszik az egyének számára, hogy alkalmazkodjanak a változatos és változó körülményekhez.

Az életvezetési készségek olyan gyakorlati készségek és képességek, amelyek lehetővé teszik az egyének számára, hogy hatékonyan kezeljék a mindennapi kihívásokat és felelősségeket. Ide tartoznak a döntéshozatal, az önismeret, a pénzügyi ismeretek, az érzelmek kezelése és az egészségügyi gyakorlatok. Az életvezetési készségek segítenek az embereknek a személyes és társadalmi helyzetek kezelésében.

A 21. századi készségek egy sor olyan ismeretet, szokást és hozzáállást foglalnak magukban, amelyek elengedhetetlenek a modern, összekapcsolt és gyorsan változó világban való sikerhez. Általában három területre osztják őket: (i) tanulási készségek: kritikus gondolkodás, kreativitás, együttműködés és kommunikáció; (ii) írástudási készségek: információs írástudás, médiatudás és digitális írástudás; (iii) életkészségek: rugalmasság, vezetői készségek, szociális készségek és termelékenység.

A soft skill-ek, a transzverzális készségek, az életkészségek és a 21. századi készségek közös jellemzője, hogy a nem technikai, az élet különböző területein átvihető képességekre helyezik a hangsúlyt. Mindegyikük arra összpontosít, hogy az egyének elsajátítsák azokat a kompetenciákat, amelyek szükségesek a másokkal való hatékony interakcióhoz, a változó környezethez való alkalmazkodáshoz és a problémák kreatív megoldásához. Ezek a készségek átfedik egymást a személyes fejlődés, az interperszonális hatékonyság és a szakmai siker terén, kiemelve szerepüket az alkalmazkodóképesség és az egész életen át tartó tanulás elősegítésében.

Ugyanakkor hatókörük, kontextusuk és fókuszuk eltérő. A soft skill-ek elsősorban az interperszonális tulajdonságokra, például a kommunikációra, a csapatmunkára és az empátiára koncentrálnak, és gyakran szakmai vagy társadalmi környezetben alkalmazzák őket. A transzverzális készségek szélesebb körűek, magukban foglalják a kognitív és digitális kompetenciákat, például a kritikus gondolkodást és a tanulás tanulását, amelyek több tudományágban és szektorban is relevánsak. Az életkészségek inkább a mindennapi kihívások kezeléséhez szükséges gyakorlati, érzelmi és szociális képességekre koncentrálnak, például a döntéshozatalra, az érzelmek szabályozására és a pénzügyi ismeretekre. A 21. századi készségek pedig a modern, összekapcsolt világ igényeihez igazodnak, hangsúlyt fektetve a kritikus gondolkodásra, a kreativitásra, a digitális írástudásra és a globális együttműködésre. Míg a soft,

transzversális és életkészségek időtállóak, a 21. századi készségeket kifejezetten az oktatás, a technológia és a munkaerőpiac jelenlegi kihívásainak kezelésére tervezték.

A főbb jellemzőket az alábbi táblázatban foglaljuk össze:

	Meghatározás	Fókuszterület	Példák	Kontextus
Soft Skills	Nem technikai interperszonális képességek, amelyek hatékony interakciót, együttműködést és kommunikációt tesznek lehetővé.	Interperszonális és szociális	Csapatmunka, empátia, kommunikáció, alkalmazkodóképesség, problémamegoldás	Főként szakmai és társadalmi környezetben
Átfogó készségek	Különböző élet- és munkaterületeken alkalmazható, sokoldalú kompetenciák, amelyek túllépnek az egyes szakmák vagy tudományágak határain.	Kognitív, digitális és interperszonális	Kritikus gondolkodás, kommunikáció, digitális írástudás, tanulás tanulása	Alkalmazható az oktatásban, a munkában, a magánéletben – átvihető a különböző területek között
Életkészségek	Gyakorlati és érzelmi készségek, amelyek segítenek az egyéneknek a mindennapi személyes és társadalmi kihívások hatékony kezelésében.	Személyes és társadalmi	Döntéshozatal, önismeret, pénzügyi ismeretek, érzelmi szabályozás, egészségügyi gyakorlatok	Elsősorban a személyes és társadalmi életben, de az oktatásban és a munkában is releváns
21. századi készségek	A gyorsan változó, összekapcsolt világban a sikerhez elengedhetetlen tudás, szokások és attitűdök.	Tanulás, írástudás és élet	Kritikus gondolkodás, kreativitás, együttműködés, kommunikáció, információs ismeretek, médiatudás, rugalmasság, vezetői képességek, szociális	Hangsúly az oktatáson, a digitális kontextusokon és a globális munkaerőn

			készségek, termelékenység	
--	--	--	------------------------------	--

Fókuszunk a transzverzális készségeken van, mert azok szélesebb értelemben a 21. században alapvető fontosságú kognitív készségeket is magukban foglalnak: ezentúl főként ezt a kifejezést fogjuk használni.

2.2. Tudományos bizonyítékok a transzverzális készségek tanítására az általános iskolákban

A tudományos kutatások támogatják a soft skill-ek oktatásának beépítését az általános iskolákba, kiemelve annak pozitív hatását a diákok tanulmányi eredményeire, társadalmi interakcióira és jövőbeli foglalkoztathatóságára. A soft skill-ek olyan interperszonális képességeket foglalnak magukban, mint a kommunikáció, a csapatmunka, a problémamegoldás és az alkalmazkodóképesség, amelyek elengedhetetlenek a holisztikus fejlődéshez. A tanulmányok azt mutatják, hogy a soft skill-ek korai oktatása javítja a diákok társadalmi és érzelmi kompetenciáit, ami jobb osztálytermi viselkedéshez és tanulmányi eredményekhez vezet. Például a Hanover Research (2018) jelentése hangsúlyozza, hogy a soft skill-ek beépítése a K-12 tantervbe felkészíti a diákokat a felsőoktatásban és a munkaerőpiacon való sikerre. A jelentés kiemeli a soft skill-ek – például a kommunikáció, a csapatmunka és a problémamegoldás – tanításának fontosságát a K-12 oktatásban. Bizonyítékokat szolgáltat arra, hogy ezeknek a készségeknek a korai oktatása pozitív hatással van a diákok tanulmányi eredményeire, osztálytermi viselkedésükre, valamint a felsőoktatásban és a munkaerőpiacon elért hosszú távú sikerükre. A jelentés stratégiákat is felvázol a soft skill-ek fejlesztésének a meglévő tantervekbe való integrálására, hangsúlyozva azok szerepét a diákok felkészítésében a valós világ kihívásaira és az alkalmazkodóképesség elősegítésében.

Ezenkívül a kutatások azt sugallják, hogy a karakterkészségekre összpontosító, magas színvonalú korai gyermekkori és általános iskolai programok tartós és költséghatékony előnyökkel járhatnak. Az Oktatási Tudományok Intézetének (2020) egy tanulmánya azt vizsgálja, hogy az iskolák hogyan mozdítják elő a soft skill-eket és azok kapcsolatát a hosszú távú sikerrel. Olyan stratégiákat azonosít, mint a szocio-emocionális tanulási programok beépítése, az együttműködés előmozdítása csoportos projektek révén, valamint a kommunikációs és problémamegoldó gyakorlatok integrálása a mindennapi órákon. A kutatás kiemeli az iskolai évek alatt elsajátított soft skill-ek és a későbbi szakmai és életbeli siker közötti szoros kapcsolatot, hangsúlyozva, hogy az alkalmazkodóképesség, a csapatmunka és az önszabályozás olyan tulajdonságok, amelyeket a munkáltatók nagyra értékelnek, és amelyek elengedhetetlenek a karrier előrehaladásához.

A gyakorlatban különböző stratégiákat alkalmaznak a puha készségek tanítására az általános iskolákban. Például bebizonyosodott, hogy a puha készségek fejlesztésének beépítése olyan tantárgyakba, mint a természettudományok, a társadalomtudományok és az egészségtan, segít a diákoknak kritikus gondolkodókká és problémamegoldókká válni, és jobban felkészíti őket a jövőbeli kihívásokra. Legújabb tanulmányok (lásd Studies Weekly 2024) hangsúlyozzák a puha készségek – például a kommunikáció, a csapatmunka és a problémamegoldás – tanításának fontosságát az általános iskolákban. A szerzők javasolják ezeknek a készségeknek a társadalomtudományok, a természettudományok és az egészségtan tantárgyakba való integrálását. Például a társadalomtudományok területén a gyakorlati projektek és a kollaboratív tanulás fejleszti az empátiát

és a csapatmunkát, míg a tudományos kutatás elősegíti a kritikus gondolkodást és a problémamegoldást. A speciális egészségügyi tananyag segít a diákoknak a viselkedésük szabályozásában és az érzelmi jólétük javításában. Ezek a stratégiák felkészítik a diákokat az akadémiai, társadalmi és egész életen át tartó sikerre.

Összességében a bizonyítékok alátámasztják annak fontosságát, hogy a soft skill-ek oktatását beépítsék az általános iskolai tantervekbe, hogy elősegítsék a diákok sokoldalú fejlődését és felkészítsék őket a jövőbeli sikerhez szükséges eszközökkel.

2.3. Meglévő modellek

Számos bevált modell létezik a transzverzális készségek fejlesztésére az általános iskolákban. A következőkben három közülük lesz szó: a LifeComp modellről, az UNICEF modellről és a CASEL keretrendszeréről. Az egyik legismertebb modell a transzverzális készségek fejlesztésére a LifeComp, az Európai Bizottság személyes, szociális és tanulási kompetenciákra vonatkozó keretrendszere. A LifeComp keretrendszert elsősorban az oktatás területén alkalmazzák a tanulás különböző szakaszaiban a kulcsfontosságú életkészségek fejlesztésének elősegítésére. Célja, hogy támogassa az oktatókat, a politikai döntéshozókat és az intézményeket ezeknek a kompetenciáknak a különböző oktatási szintek tantervébe való integrálásában.

Az általános iskolai oktatásban a LifeComp-ot arra használják, hogy irányítsa a fiatal tanulók önszabályozási, kommunikációs és kritikai gondolkodási kompetenciáinak fejlesztését. Arra ösztönzi az oktatókat, hogy ezeket a készségeket építsék be a meglévő tantárgyakba, mint például a társadalomismeret, a természettudományok és a nyelvtan, lehetővé téve a tanulók számára, hogy az akadémiai tartalom mellett életkészségeket is elsajátítsanak. A LifeComp az oktatás holisztikus megközelítését ösztönzi, amelyben a személyes, társadalmi és tanulási kompetenciák szorosan összefonódnak a mindennapi tanulással és tevékenységekkel. A keretrendszer rugalmas és alkalmazkodó, lehetővé téve az oktatók számára, hogy azt a tanulók egyedi igényeihez és a tanítás kontextusához igazítsák.

Az UNICEF modellje hangsúlyozza a gyermekek soft skilljeinek fejlesztésének fontosságát, hogy felkészüljenek a 21. század kihívásaira. Ezek a készségek magukban foglalják a problémamegoldást, a kommunikációt, az empátiát és az alkalmazkodóképességet, amelyek elengedhetetlenek a személyes fejlődéshez és az aktív állampolgársághoz.

Az átvihető készségek globális keretrendszerében az UNICEF ezeket a kompetenciákat tartja központi jelentőségűnek a reziliencia építésében és abban, hogy a fiatalok képesek legyenek megbirkózni a személyes, tanulmányi, társadalmi és gazdasági kihívásokkal. A keretrendszer kiemeli, hogy ezek a készségek az alapvető ismeretekkel és értékekkel együtt működnek, összekapcsolják és megerősítik más készségeket a további ismeretek építése érdekében.

Az átvihető készségek fejlesztésére összpontosítva az UNICEF arra törekszik, hogy felhatalmazza a fiatalokat, lehetővé téve számukra, hogy alkalmazkodóképes, reziliens és aktív résztvevőkké váljanak közösségeikben és a globális társadalomban.

A CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, Akadémiai, Társadalmi és Érzelmi Tanulásért Együttműködés) keretrendszer egy széles körben elismert modell, amely a gyermekek és serdülők társadalmi és érzelmi készségeinek fejlesztésére összpontosít. A CASEL



keretrendszere a diákok érzelmi intelligenciájának, interperszonális készségeinek és általános jólétének elősegítésére irányul, amelyek elengedhetetlenek az iskolai és az életbeli sikerhez. Összességében a CASEL keretrendszere támogatja azt az elképzelést, hogy a szociális és érzelmi tanulás szerves része az akadémiai sikernek és az általános személyes fejlődésnek, segítve a diákokat abban, hogy megszerzzék az akadémiai, szociális és érzelmi fejlődéshez szükséges készségeket.

3. JÖVŐBELI FORDULATOK

Az elmúlt évek gyors társadalmi-gazdasági változásai arra utalnak, hogy a változások üteme a következő 10–20 évben tovább fog gyorsulni, amelynek legfontosabb tényezője a technológia ugrásszerű fejlődése lesz. Az előrejelzések nagyjából egyetértenek a várható változások főbb pontjaiban (lásd pl. Pérez & González 2024; Európai Bizottság 2022), és három fő csoportba sorolhatók, amelyek mindegyike erőteljesen befolyásolja a jövőben szükséges készségek és kompetenciák körét.

Technológiai változások. A mesterséges intelligencia (MI) és az automatizálás központi szerepet fog játszani, egyre elterjedtebbé válik, és a munkahelyek jelentős részét automatizálhatja, különösen az ismétlődő feladatokat (de egyre inkább a komplex feladatokat is). Ebben az összefüggésben az emberek és a gépek közötti interakció nemcsak a munkafolyamatok kulcsfontosságú részévé válik, hanem a mindennapi életben is alapvető tényező lesz. A számítástechnika további fejlődése, a kvantumszámítógépek megjelenése lehetővé teszi a különösen összetett problémák gyorsabb modellezését és megoldását, forradalmasítva az adatfeldolgozást és a titkosítást. A fejlett kommunikációs technológiák (pl. a várható 6G hálózatok) még gyorsabb adatátvitelt tesznek lehetővé, az internetes tárgyak (IoT) tovább terjednek, és az alapvető mindennapi tárgyak „intelligenssé” válnak. Ezek a technológiák további folyamatok fejlődését biztosítják, például a biotechnológia, a génszerkesztés (genom-módosítás), az orvostudomány, az energia és – a növekvő környezeti problémákra reagálva – a környezetvédelmi technológiák gyorsan változnak.

Gazdasági változások. Új iparágak és üzleti modellek jelennek meg, amelyek nagymértékben támaszkodnak a mesterséges intelligencia alapú képességekre és szolgáltatásokra. A környezeti kihívások a gazdaság fenntarthatóság felé történő átalakulását ösztönzik. A vállalatoknak egyre nagyobb figyelmet kell fordítaniuk a környezeti, társadalmi és irányítási (ESG) szempontokra. A körforgásos gazdaság modelljei kerülhetnek előtérbe. A szolgáltatások terén az előfizetési modellek válnak dominánssá. A pénzügyek terén decentralizáció várható, és kormányzati szinten bevezethetik a digitális valutákat. A kriptovaluták és a blokklánc-alapú megoldások átalakíthatják a pénzügyi rendszert, ami megköveteli az egyének új pénzügyi ismeretek elsajátítását.

Társadalmi változások. A demográfiai változások elsősorban az idősödő társadalmakat érintik, amelyeknek nagy kihívásokkal kell szembenézniük a nyugdíjrendszerek és az egészségügyi ellátás átalakításában; nem utolsósorban a generációk közötti különbségek és kapcsolatok lesznek a társadalmi képességek bővülésének fő irányai. Az urbanizáció tovább fog növekedni, és digitális infrastruktúrával rendelkező intelligens városok fognak megjelenni. A távmunka és a munkakörnyezet kiterjedt digitális átalakulása lesz a munkaerőpiac átalakulásának fő hajtóereje. A lineáris karrier modellt többszörös karrierváltások váltják fel, amelyek akár radikális életmódbeli változásokhoz is vezethetnek. A gig economy egyre elterjedtebbé válhat: a munkaszerződések egyetlen projektre vonatkoznak, a munka jelentős része online történik, a munkaerő pedig online piactereken jelenik meg. A társadalmi egyenlőtlenségek növekedhetnek, mivel az automatizálás és a technológiai fejlődés növelheti a gazdasági szakadékokat, bár a digitalizáció hozzájárulhat az oktatáshoz és a kulturális javakhoz való hozzáférés bővítéséhez. A kultúrák keveredésével és az interkulturális kapcsolatok bővülésével új kihívások és lehetőségek merülnek fel, amelyek identitásunk és közösségi hovatartozásunk átalakulásához vezethetnek.



A fentiekben vázolt három terület átalakulása fogja meghatározni, hogy milyen készségekre lesz szükség a jövőben. A mai iskoláknak felelősségük, hogy felkészítsék a gyermekeket ezekre a kihívásokra, és megadják nekik a jövőben szükséges készségeket. Ennek érdekében ajánlásokat fogalmaztak meg, amelyek szisztematikusan meghatározzák a fejlesztendő területeket. Az UNESCO ajánlásai egy alkalmazkodó társadalom előmozdítását célozzák, és általános leírást adnak a jövőbeli írástudásról. A társadalmi és technológiai folyamatok összetettsége miatt a komplexitás és a sokszínűség elsődleges fontosságú szempontok (Miller, 2018; UNESCO, 2019; 2020). Az ajánlások hasznosak lehetnek keretként is, amely kulcsfontosságú fogalmakat és fókuszpontokat kínál a jövőbeli pedagógiai feladatok tervezéséhez.

A transzverzális készségek kiemelt helyet kapnak a jövőben szükséges készségek között. Az UNESCO ajánlása hat fő csoportra osztja őket: médiatudatosság, intraperszonális készségek, interperszonális készségek, kritikus és innovatív gondolkodás, globális polgárság, valamint a korábbiakba nem sorolt készségek (Care & Luo, 2016). A keret meghatározza az iskolai fejlesztés prioritási területeit is.

2020-ban az Európai Unió létrehozta a Skills Labot, amely folyamatosan értékeli a munkaerő-piaci igényekre való gyors reagáláshoz szükséges készségeket (European Training Foundation 2020). A Skills Lab elképzelése szerint a jövőben a kihívások leküzdéséhez magas szintű kreativitásra, innovációra, kísérletezésre és újításra lesz szükség; ezek a készségek nagyban támaszkodnak a kollektív intelligenciára is. A jövő társadalmát tagjainak sokszínűsége (a kulturális komplexitás a gondolkodásmódok és az írástudás sokszínűségével párosul) és az együttműködés szükségessége fogja jellemezni. Az EU 2023-at a képességek európai évének nyilvánította, kijelentve, hogy a jövőorientált társadalom elősegíti azoknak a készségeknek és kompetenciáknak a fejlesztését, amelyek hosszú távon hasznosak lesznek tagjai számára (Európai Unió, 2023; Brandi et al., 2023). Ennek érdekében az EU továbbra is koordinálja a kompetenciák tanulmányozásával kapcsolatos kutatásokat, és adaptálja a kompetenciakeret ajánlásait.

A munkaerőpiac igényeire reagálva az Európai Bizottság kidolgozta az európai készségek, kompetenciák, képesítések és foglalkozások (ESCO; Európai Bizottság, 2020) keretrendszerét, amely megkísérli egységesíteni a különböző foglalkozásokhoz és szakmákhoz szükséges készségek fogalmi keretrendszerét azáltal, hogy a készségeket egy egyenértékűségi táblázatban határozza meg, osztályozási kategóriák rendszerét hozza létre és leírja a készségek közötti kapcsolatokat. A rendszer folyamatosan frissül.

A formális keretek mellett számos más javaslat is született a jövőben szükséges készségek meghatározására. Kotsiou és társai (2022) közel 100 jövőbeli készségek keretének vizsgálata után a jövőorientált oktatásban kiemelten kezelendő készségeket kilenc metakategóriába sorolják: magasabb rendű gondolkodási készségek, dialóguskészségek, digitális és STEM-ismeretek, értékek, önmenedzsment, egész életen át tartó tanulás, vállalkozói készségek, vezetői készségek és reziliencia. Szembetűnő, hogy a metakategóriákban szereplő készségek egy része inkább a soft skill-ek területéhez tartozik, és ezek olyan területek, amelyek ismét inkább a munkaerőpiacra és a személyes karrierfejlesztésre összpontosítanak. Érdemes megjegyezni a keretek közötti jelentős átfedéseket is: mindegyik figyelembe veszi a várható sokszínűséget és a gyors technológiai változásokat.

A jövőképpel kapcsolatos általános fókusz ezért elsősorban a munkaerőpiac változásaira irányul, de ugyanolyan fontos az is, hogy olyan készségeket fejlesszünk, amelyek lehetővé teszik az iskoláskorú gyermekek számára, hogy felnőttkorukban mentális és érzelmi egyensúlyt alakítsanak ki,



önmegvalósításra képes identitást alakítsanak ki, személyes kiteljesedést érjenek el, és kiegyensúlyozott, sikeres életet éljenek. Néhány feltételezett változás ezen a területen is releváns.

Mivel a digitalizáció várhatóan kiterjed a mindennapi élet minden területére, a digitális készségek a magánéletben is fontos szerepet fognak játszani. A mesterséges intelligenciára szükség lesz az otthonokban, a közlekedésben, az adminisztrációban és a mindennapi élet szervezésében. A pénzügyi gazdálkodáshoz a digitális pénznemek és a blokklánc-gazdaság megfelelő kezelése lesz szükséges. A kiberbiztonság problémája a személyes adatok kezelésén túl a társadalmi és magánélet minden területére kiterjed.

A kritikus gondolkodás képessége szerepet játszhat a személyes döntések egész sorában, mivel a hatalmas információmennyiség miatt egyre nehezebb lesz kiszűrni a félrevezető információkat. A stresszfaktorok várható növekedése miatt szükség lesz a rugalmasság és a tudatosság készségeire. Ebben az összefüggésben a jövőbeli társadalmak egyre növekvő komplexitása és a változások folyékonyasága miatt elengedhetetlen célkitűzéssé válik az alkalmazkodóképesség fejlesztése: a gyors alkalmazkodás és az új ismeretek és készségek elsajátításának képessége. Szükséges továbbá az identitás folytonosságának fenntartása is, ami a gyakori karrierváltások és a gig-gazdaság térnyerése miatt egyre nehezebbé válhat.

A társadalmi kapcsolatok és a kommunikáció technológiai átalakulása szintén megköveteli az egyének szociális és kommunikációs készségeinek fejlesztését. A mesterséges intelligencia fejlődése mesterséges ügynökök, virtuális társak megjelenéséhez vezethet, amelyek kezelését be kell építeni a szociális készségekbe. A kooperatív munkában, sőt a társadalmi interakcióban is szükség lesz mind emberi, mind mesterséges társakkal való kommunikációra. Ez empátiás készségek és érzelmi szabályozás fejlesztését is megkövetelheti, talán új formában.

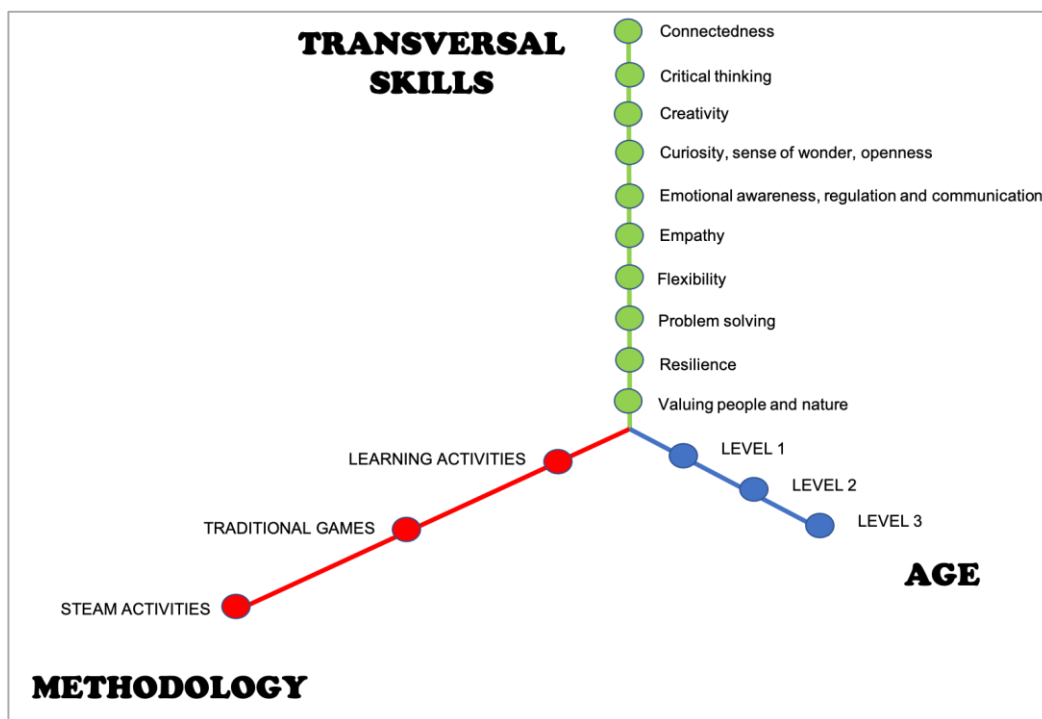
A várható változások mindhárom területe – a technológiai, a gazdasági és a társadalmi – ezért releváns az egyén személyes jólétéhez. Természetesen a jövőbeli előrejelzéseket soha nem lehet biztosra venni; a legtöbb esetben a feltételezések a jelenlegi trendek kiterjesztésén alapulnak. De elég nagy bizonyossággal lehet azonosítani azokat a készségeket, amelyekre a jövőben szükség lesz egy kiegyensúlyozott, egészséges élet eléréséhez, amelyben az egyén ki tudja aknázni a benne rejlő potenciált.



4. A SPIRIT KERET

A **SPIRIT keretrendszer** azért hozták létre, hogy a tanároknak gyakorlati és strukturált modellt nyújtson a transzverzális készségek tanításához az általános iskolákban, főként a K1-K4 osztályokban. A gyors technológiai, társadalmi és gazdasági változások, például a robotizálás és a mesterséges intelligencia által jellemzett történelmi kontextusban a soft skill-ek elengedhetetlennek bizonyultak a gyermekek jólétének elősegítésében és felkészítésében a bizonytalan és komplex jövőre. Megközelítésünk egy **háromdimenziós kocka szerkezeten** alapul, amely három alapvető dimenziót integrál:

1. **A gyermekek jövőbeli jólétéhez kiválasztott 10 transzverzális készség.**
2. **A gyermekek életkora**, minden készség esetében három fejlődési szinttel.
3. **A tanulási tevékenységek**, beleértve az integrált és specifikus módszertanokat, a hagyományos játékokat és a STEAM tevékenységeket (tudomány, technológia, mérnöki tudomány, művészetek és matematika).



4.1 A tíz átfogó készség

A 10 készséget 500 tanár bevonásával végzett felmérés, tanárokból álló fókuszcsoporthok és fejlődépszichológusokkal készített interjúk alapján választották ki. A SPIRIT projekt kutatócsoportja ezután (még hozzá nagy fáradság árán!) kiválasztotta a 10 legfontosabb készséget, amelyek elengedhetetlenek a fiatal felnőttek pszichológiai jólétéhez, és amelyek már 6–10 éves gyermekeknél is megérthetők és fejleszthetők:

- **Kapcsolódás:** Ösztönzi a közösséggel és a természettel való kötődést, elősegíti az ökológiai empátiát és a fenntartható viselkedést.

- **Kritikus gondolkodás:** Fejleszti az információk elemzésének, a problémák azonosításának és a megoldások értékelésének képességét. Ez elengedhetetlen az információtúterhelés és a technológiai átalakulás korában.
- **Kreativitás:** Ösztönzi a divergens gondolkodást és az új ötletek generálásának képességét, ami elengedhetetlen a komplex problémák megoldásához.
- **Kíváncsiság, csodálkozás és nyitottság:** ápolja a tanulási vágyat és a nyitottságot az új élmények iránt, ami elengedhetetlen a kreativitás és az innováció elősegítéséhez.
- **Érzelmi tudatosság, szabályozás és kommunikáció:** Erősíti az önkontrollt és az érzelmek konstruktív kifejezésének képességét, javítva a személyes jólétet és a másokkal való kapcsolatokat.
- **Empátia:** Elősegíti mások érzelmeinek megértését és megosztását, javítva az interperszonális kapcsolatokat és az együttműködést. Egyre inkább összekapcsolt világban elengedhetetlen a konfliktusok megelőzése és a tartalmas kapcsolatok kiépítése.
- **Rugalmasság:** Fejleszti az új és előre nem látható helyzetekhez való alkalmazkodóképességet, ami elengedhetetlen a folyamatosan változó világban.
- **Problémamegoldás:** Fokozza a komplex helyzetek hatékony és kreatív kezelésének és megoldásának képességét, ami elengedhetetlen az új munkahelyi és társadalmi helyzetekhez való alkalmazkodáshoz.
- **Rugalmasság:** Segít a gyermekeknek pozitív hozzáállással szembenézni a kihívásokkal és nehézségekkel. A rugalmasság kulcsfontosságú az érzelmi jólét szempontjából a gyors és kiszámíthatatlan változások közepette.
- **Az emberek és a természet értékelése:** Erősíti a tiszteletet és a hálát, hozzájárulva egy inkluzívabb és felelősségteljesebb társadalomhoz.

4.2 A gyermekek életkora és fejlettségi szintje

Minden készség esetében három fejlődési szintet határoztunk meg a kognitív és szocio-érzelmi fejlődés főbb elméletei (pl. Piaget, Vygotsky és Erikson) alapján. Ezek a szintek lehetővé teszik a tanárok számára, hogy a tevékenységeket a gyermekek képességeihez és igényeihez igazítsák:

- **1. szint:** Kialakuló kompetencia. A gyermekek egyszerű, irányított tevékenységek révén kezdik el felfedezni a soft skill-t.
- **2. szint:** A kompetencia megszilárdítása. A gyermekek fejlettebb megértést mutatnak, és elkezdik alkalmazni a készséget különböző helyzetekben.
- **3. szint:** Fejlett kompetencia. A gyermekek önállóan és kreatívan alkalmazzák a készséget összetett helyzetekben.

Minden szinthez megfigyelhető mutatók tartoznak, amelyek segítenek a tanároknak azonosítani a tanulók fejlődési szakaszait és kiválasztani a megfelelő tevékenységeket. Például:

Empátia:

- 1. szint: Felnőtt irányításával felismeri mások érzelmeit.
- 2. szint: Spontán érdeklődést mutat mások érzései iránt.
- 3. szint: Viselkedésükkel érzelmileg támogatják másokat.

Kíváncsiság és csodálkozás:

- 1. szint: Egyszerű kérdéseket tesz fel arról, amit lát vagy hall.
- 2. szint: Aktívan felfedezni új témákat vagy tevékenységeket.
- 3. szint: Összekapcsolja a kíváncsiságot és a tanulást a problémamegoldás érdekében.

A soft skill-ek tanításának megkönnyítése érdekében integrált megközelítést dolgoztunk ki, amely a következőket tartalmazza:

1. Tanulási tevékenységek

A tanárok kétféle módon fejleszthetik a transzverzális készségeket: kidolgozhatnak speciális tevékenységeket, vagy megfelelő tanulási módszereket alkalmazhatnak olyan alapvető tantárgyak tanítása során, mint a matematika, a természettudományok vagy a történelem (például a problémamegoldást beépíthetik a matematikai feladatok megoldásába vagy a tudományos kísérletek tervezésébe).

2. Hagyományos játékok

A hagyományos játékokat oktatási és társadalmi értékük miatt választottuk. Természetes és élvezetes módon elősegítik az együttműködést, a kreativitást és a szabályok tiszteletben tartását.

3. STEAM (tudomány – technológia – mérnöki tudomány – művészet – matematika) programok

Ez az interdiszciplináris megközelítés ötvözi a kreativitást és a technológiát, felkészítve a gyerekeket komplex problémák megoldására és csapatmunkára. Multidiszciplináris projektek révén ösztönzi a kritikus gondolkodást, a kreativitást és az együttműködést. Például egy művészetet és tudományt ötvöző tevékenység keretében ökológiai modellt építhetnek a gyerekek, ami elősegíti a természethez való kötődés és annak értékelésének kialakulását.

A kézikönyvben bemutatott SPIRIT keretrendszer irányítúként szolgál a tanítási tevékenységek kiválasztásában. A tevékenységek könyvével együtt lehetővé teszi a tanárok számára, hogy a gyermekek számára a legmegfelelőbb képzést tervezzék meg, és a soft skill-ek fejlesztése révén elősegítsék jólétüket.

4.3 A modell középpontja: a tanár önismerete

A SPIRIT projektben a tanár központi és pótolhatatlan szerepet játszik. Bár a keretrendszer struktúrát és erőforrásokat biztosít a soft skill-ek tanításához, a siker nagymértékben attól függ, hogy ki végzi el a feladatot. A tanárok nem csupán tudásátadók, hanem azoknak az értékeknek és kompetenciáknak az élő példái, amelyeket tanítványaikban igyekeznek ápolni. A soft skill-ek tanítása nem csupán a „tudásról” szól, hanem a „létről” is. Ez a kettős szerep, a tudás és a megtestesülés, teszi a tanárokat a SPIRIT modell szívévé.

Az empátia, a reziliencia, az érzelmi tudatosság, az érzelmek szabályozása és a kommunikáció olyan soft skill-ek, amelyek mélyen kapcsolati jellegűek. Ezeket leginkább tapasztalatok és interakciók révén lehet megtanulni, nem pedig mechanikus tanítás útján. Az a tanár, aki megtestesíti ezeket a készségeket, olyan osztálytermi környezetet teremt, ahol ezek természetesen modellezhetők és gyakorolhatók. Például az a tanár, aki aktív hallgatást és empátiát tanúsít, hatékony példát mutat a diákoknak, megmutatva, hogyan működnek ezek a készségek a valós életben.

A tanár központi szerepének legfontosabb okai:

- **Viselkedés mintaképe**

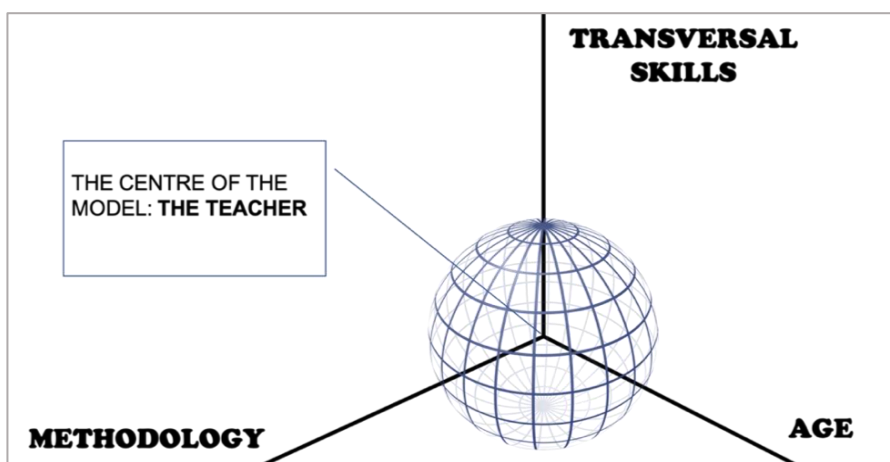
A gyerekek éles szemű megfigyelők. Gyakran többet tanulnak a felnőttek tetteiből, mint a szavaikból. Az a tanár, aki rugalmassággal közelíti meg a kihívásokat, vagy hatékonyan kommunikálja az érzelmeit, nemcsak ezeket a készségeket tanítja, hanem arra is inspirálja a diákokat, hogy utánozzák őket.

- **Biztonságos környezet teremtése**

A soft skill-ek olyan osztályterekben virágoznak, ahol a diákok biztonságban és értékesnek érzik magukat. Az a tanár, aki gyakorolja az érzelmi tudatosságot, szabályozást és kommunikációt, a rugalmasságot és a kapcsolatteremtést, elősegíti a bizalom kialakulását, megkönnyítve a diákok számára ezeknek a kompetenciáknak a felfedezését és fejlesztését.

- **A tudás és a gyakorlat összekapcsolása**

A soft skill-ek tanítása magában foglalja azok integrálását a mindennapi tevékenységekbe, órákon és interakciókba. A tanár képessége ezeknek a készségeknek a megtestesítésére biztosítja, hogy azokat ne absztrakt fogalmakként, hanem a mindennapi élet praktikus eszközeiként kezeljék.



Az ember nem tud hatékonyan tanítani azt, amit nem tapasztalt meg. Ahhoz, hogy a diákokat a soft skill-ek fejlesztésében irányítsák, a tanároknak először magukban kell kialakítaniuk és finomítaniuk ezeket a kompetenciákat. Ez a folyamat magában foglalja az önismeretet, a gyakorlást és a folyamatos személyes fejlődés iránti elkötelezettséget. Ezek azok az okok, amelyek miatt fontos a soft skill-ek megtapasztalása:

- **Hiteleség:** A diákok gyorsan észreveszik, ha az órák nem kapcsolódnak a valósághoz. Azok a tanárok, akik személyesen is gyakorolták a soft skill-eket, hitelesen tudnak beszélni és cselekedni, ami hatékonyabbá teszi tanításukat.
- **A kihívások megértése:** A soft skill-ek fejlesztése nem mindig egyszerű. Azok a tanárok, akik saját empátiájukon vagy rugalmasságukon dolgoztak, jobban megértik a diákjaik előtt álló kihívásokat, és értelmes útmutatást tudnak adni nekik.
- **Az empátia elősegítése:** A soft skill-ek első kézből való megismerése mélyíti a tanárok empátiáját, lehetővé téve számukra, hogy emberi szinten kapcsolódjanak a diákokhoz és foglalkozzanak az egyéni szükségletekkel.

A SPIRIT projekt arra invitálja a tanárokat, hogy kezdjék meg saját tanulási és önfejlesztési útjukat. Ahogy a diákokat is ösztönzik a fejlődésre, a tanároknak is élethosszig tartó tanulókként kell tekinteniük magukra. A soft skill-ek fejlesztése nem egyszeri eredmény, hanem egy folyamatos folyamat, amely gazdagítja mind a személyes, mind a szakmai életet. A tanárok soft skill-ek tanításában egy képzési kurzus segít, de addig is íme néhány tipp a soft skill-ek fejlesztéséhez.

- **Önreflexió**

A tanárok kezdetnek értékelhetik saját erősségeiket és fejlesztendő területeiket a SPIRIT keretrendszerben meghatározott 10 soft skill tekintetében. Az önreflexiót olyan kérdések segíthetik, mint „Hogyan kezelem a kihívásokat?” vagy „Hatékonyan kommunikálok az érzelmeimet?”.

- **Gyakorlás a mindennapi életben**

A soft skill-ek beépítése a napi rutinba természetessé teheti őket. Például a tanárok gyakorolhatják a rugalmasságot azáltal, hogy a kudarcokat fejlődési lehetőségként kezelik, vagy új tanítási módszerek kipróbálásával ösztönözhetik a kíváncsiságot.

- **Együttműködés a kollégákkal**

A kollégákkal való tapasztalat- és stratégiamegosztás értékes betekintést és támogatást nyújthat. Az együttműködésen alapuló gyakorlatok, például szerepjátékok vagy esettanulmányok megbeszélése, mélyíthetik a soft skill-ek megértését és alkalmazását.

- **Szakmai fejlődés**

A SPIRIT keretrendszerhez igazított workshopokon, képzéseken és folyamatos továbbképzéseken való részvétel segíthet a tanároknak készségeik finomításában és a bevált gyakorlatokról való naprakész tájékozódásban.

A soft skill-ek nem csupán az osztálytermi munkához szükséges eszközök, hanem átalakító kompetenciák, amelyek a tanárok életének minden területét javítják. Ezen készségek fejlesztésével a tanárok javíthatják stresszkezelési képességeiket, erősebb kapcsolatokat építhetnek ki és nagyobb elégedettséget találhatnak munkájukban.

Példák arra, hogyan járulnak hozzá a transzverzális készségek a tanárok javához:

- **Empátia:** Lehetővé teszi a tanárok számára, hogy jobban megértsék tanítványaik perspektíváját, elősegítve a bizalom és a kapcsolatok kialakulását.
- **Rugalmasság:** Segít a tanároknak megbirkózni a szakma kihívásaival, a sokszínű osztályterem kezelésétől a váratlan akadályok leküzdéséig.
- **Rugalmasság:** Lehetővé teszi a tanárok számára, hogy alkalmazkodjanak a változó körülményekhez, például az új tantervekhez vagy a diákok sokszínű igényeihez.
- **Kreativitás:** inspirálja az innovatív óravázlatok és megoldások kidolgozását az osztálytermi kihívásokra.

5. A TÍZ KÉSZSÉG

5.1 Érzelmi tudatosság, szabályozás és kommunikáció

A készség meghatározása

Az elmúlt 50 évben egyértelművé vált, hogy az érzelmi kompetencia fejlesztése a gyermekek és felnőttek jólétének előmozdításának alapköve. Az érzelmi kompetenciák széles körűek és sokrétűek, három kulcsfontosságú aspektust ölelnek fel: az érzelmi tudatosságot, az érzelmek szabályozását és az érzelmek kommunikációját. Az érzelmi tudatosság az a képesség, hogy felismerjük és azonosítsuk saját és mások érzelmeit, ami magában foglalja a személyes érzések megértését és azok konkrét élményekhez való társítását. Az érzelmek szabályozása az érzelmek megfelelő és produktív kezelését jelenti, ahelyett, hogy impulzív módon reagálnánk, megtanítva a gyermekeket arra, hogy megnyugodjanak, konstruktív módon fejezzék ki frusztrációjukat, és pozitívan kezeljék az olyan intenzív érzelmeket, mint a harag vagy a szomorúság. Az érzelmek kommunikációja az érzelmek világos és tiszteletteljes kifejezését jelenti, verbálisan és nonverbálisan, lehetővé téve a gyermekek számára, hogy megosszák érzéseiket, elkerüljék a félreértéseket, és mélyebb kapcsolatokat építsenek ki másokkal. Ezek a komponensek együttesen alkotják az érzelmi kompetencia alapját, támogatva a személyes és interperszonális fejlődést.

A készség fontossága az egész életen át tartó jólét szempontjából

Az érzelmi tudatosság, szabályozás és kommunikáció elengedhetetlen a 21. század kihívásainak leküzdéséhez, ahol a gyors változások és az interperszonális együttműködés állandó tényezők. Ezek elengedhetetlenek a stresszkezeléshez és a rezilienciához, mivel azok a gyermekek, akik képesek azonosítani és szabályozni az érzelmeiket, erősebb megküzdési mechanizmusokat fejlesztenek ki, amelyek segítenek nekik alkalmazkodni a kihívásokhoz és megelőzni a szorongást. A jobb társadalmi kapcsolatok egy másik eredmény, mivel azok a gyermekek, akik hatékonyan szabályozzák és kommunikálják az érzelmeiket, jobban építik a bizalmat, jobban együttműködnek és konstruktív módon oldják meg a konfliktusokat. Ezek a készségek elengedhetetlenek az iskolában és a jövőbeli munkakörnyezetben való értelmes kapcsolatok kialakításához. Ezenkívül támogatják a döntéshozatalt és a problémamegoldást azáltal, hogy elősegítik a kiegyensúlyozott és világos gondolkodást, még nyomás alatt is, biztosítva, hogy az impulzivitás vagy a frusztráció ne akadályozza az ítélőképességet. Az érzelmi kompetencia hozzájárul az önbecsülés és az önérzet növekedéséhez is, mivel az érzelmek tiszteletteljes felismerése és kifejezése erősíti az önismeretet és az önbizalmat, amelyek elengedhetetlenek a folyamatosan változó világban való boldoguláshoz.

Ezen készség megnyilvánulása és fejlődése 6-10 éves korban

A 6–10 éves gyermekek egy jelentős fejlődési szakaszban vannak, amikor az érzelmi tudatosság, szabályozás és kommunikáció kezd világosabban megnyilvánulni. 6–7 éves korukban a gyermekek elkezdik felismerni az alapvető érzelmeket, mint az öröm, a szomorúság és a harag, magukban és másokban, és összekapcsolják ezeket az érzelmeket konkrét eseményekkel vagy körülményekkel, például boldogsággal, amikor dicséretet kapnak, vagy szomorúsággal, amikor kirekesztik őket. Érzelmek szabályozásának képessége még alapszintű, felnőttek külső iránymutatására vagy egyszerű



stratégiákra, például vigasz keresésére támaszkodnak, míg érzelmi kommunikációjuk gyakran nem verbális jelekre vagy rövid kifejezésekre, például „szomorú vagyok” mondásra korlátozódik, további részletezés nélkül. 8–9 éves koruk között a gyermekek mélyebb megértést fejlesztenek ki saját és mások érzelmeiről, képesek lesznek felismerni összetettebb érzéseket, mint például a frusztráció vagy a büszkeség, és megérteni olyan vegyes érzelmeket, mint az öröm és az idegesség egy új élmény kapcsán. Kezdenek kísérletezni egyszerű szabályozási stratégiákkal, például mély lélegzetvételekkel vagy tízig számolással, amikor dühösek, és egyre nagyobb hajlandóságot mutatnak arra, hogy beszéljenek az érzelmeikről (), miközben a nonverbális kommunikációjuk is javul, mivel a gesztusok és a hangszín egyre jobban összhangba kerülnek az érzelmeikkel. 10 éves korukra a gyermekek fejlett érzelmi tudatosságot mutatnak, felismerik az érzelmek szerepét a döntéshozatalban és a társadalmi interakciókban. Hatékonyabb szabályozási stratégiákat dolgoznak ki, például a negatív gondolatok átfogalmazását vagy a problémák megbeszélését a megoldások megtalálása érdekében, és az érzelmi kommunikációjuk finomabbá válik, a gyermekek pontosabban fejezik ki magukat, és kommunikációjukat a különböző társadalmi kontextusokhoz igazítják, például konfliktusok során nyugodtan beszélnek, hogy elkerüljék a helyzet eszkalálódását. Ezen készségek fejlesztése érdekében a tanárok és a gondozók szerepjátékokat, történetmesélést és reflektív beszélgetéseket alkalmazhatnak, következetes lehetőségeket biztosítva az érzelmek kifejezésére és a problémamegoldás gyakorlására egy támogató környezetben, hogy elősegítsék a fejlődést.

Megfigyelési paraméterek az osztályszint megállapításához

- 1. szint:** A gyermekek felismerik saját és mások alapvető érzelmeit, és összekapcsolják azokat az azokat kiváltó eseményekkel. Kezdenek megérteni az érzelmi jelzéseket, például a mosolyt a boldogsággal társítják.
- 2. szint:** A gyermekek kezdeti stratégiákat dolgoznak ki az érzelmek kezelésére, például mély lélegzetet vesznek vagy eltávolodnak, hogy megnyugodjanak. Elkezdenek észrevenni, hogy érzelmi reakcióik hogyan hatnak másokra, ami felelősségérzetet alakít ki bennük.
- 3. szint:** A gyermekek tiszteletteljesen fejezik ki érzelmeiket, és összetettebb szabályozási technikákat alkalmaznak, például a perspektívát váltják, hogy újragondolják a helyzeteket. Empatikusak, megértik az érzelmek szerepét a kapcsolatokban, és ezeket a betekintéseket alkalmazzák a társadalmi interakciók javítására.

Kapcsolatok más készségekkel

Az érzelmi tudatosság, szabályozás és kommunikáció számos más soft skill-lel is összefügg:

- Empátia: Az érzelmi tudatosság, szabályozás és kommunikáció javítja a mások érzéseinek megértését és megosztását, elősegítve az erősebb kapcsolatok kialakulását.
- Rugalmasság: Az érzelmek kezelése segít a kihívásokból való kilábalásban és a mentális erősség kialakításában.
- Asszertivitás: Az érzelmek egyértelmű és tiszteletteljes kommunikálása segít abban, hogy agresszió nélkül álljunk ki magunkért.
- Aktív hallgatás: Az érzelmi kompetencia elősegíti a figyelmes hallgatást, ami elengedhetetlen mások mély megértéséhez.
- Stresszkezelés: Az érzelmek szabályozása segít megelőzni a túlterhelő stresszt, biztosítva az egészséges stresszkezelési stratégiákat.

- **Kritikus gondolkodás:** Az érzelmek felismerése segít a helyzetek objektívebb elemzésében és a kiegyensúlyozott döntések meghozatalában.
- **Együttműködés:** Az érzelmi kommunikáció erősíti a csapatmunkát azáltal, hogy elősegíti a bizalmat és a nyitottságot.
- **Problémamegoldás:** A szabályozott érzelmek elősegítik a racionális gondolkodást és a kreatív megoldásokat kihívásokkal teli helyzetekben.

Didaktikai tippek tanároknak

- Ösztönözze az érzelmek kifejezésére szolgáló szavak használatát, kérje meg a diákokat, hogy nevezzék meg és osszák meg érzéseiket.
- Vezesse őket egyszerű légzőgyakorlatok vagy relaxációs technikák végrehajtásán keresztül, hogy visszanyerjék nyugalmukat.
- Mutasson példát a reflektív hallgatásra azáltal, hogy átfogalmazza az érzelmeiket és érvényesíti tapasztalataikat.
- Vezessen be rövid naplórírási tevékenységeket, amelyek során a gyerekek szavakkal vagy rajzokkal fejezhetik ki érzelmeiket.
- Játsszanak el kihívást jelentő beszélgetéseket, és hangsúlyozzák a tiszteletteljes nyelvhasználatot és hangnemet.
- Ünnepelje a konstruktív érzelmi cserét, és ismerje el a konfliktusok békés megoldására tett erőfeszítéseket.

5.2 Kreativitás

A készség meghatározása

A kreativitás az a képesség, hogy a meglévő konvenciókat újraértelmezzük, kombináljuk vagy bővítsük, hogy újszerű és értékes ötleteket vagy megközelítéseket hozzunk létre. Ez magában foglalja a meglévő ismeretek, tapasztalatok és perspektívák innovatív módon történő kombinálását problémák megoldása, művészet létrehozása, termékek tervezése vagy megoldások kidolgozása céljából. A kreativitás gyakran az együttműködés, a visszajelzések és az iteráció eredménye.

A készség fontossága az egész életen át tartó jólét szempontjából

A kreativitás fejlesztése elengedhetetlen a jövő szempontjából, mert felkészíti az egyéneket és a társadalmakat arra, hogy egyre összetettebb, gyorsan változó világban boldoguljanak. Íme néhány fontos ok, amiért ez fontos:

- A kreativitás lehetővé teszi az egyének számára, hogy különböző szemszögekből közelítsék meg a kihívásokat, elősegítve a különböző területeken felmerülő komplex problémák innovatív megoldásait. A kreatív gondolkodásmód segít az embereknek alkalmazkodni az új helyzetekhez, technológiákhoz és változó környezetekhez azáltal, hogy rugalmasan gondolkodnak és nyitottak az új ötletekre; ez ösztönzi az innovációt és elősegíti a társadalom fejlődését.
- A kreativitás lehetővé teszi az egyének számára, hogy művészet, írás, zene és más személyes és kulturális kifejezési formák révén egyedülálló módon fejezzék ki magukat, hozzájárulva ezzel az érzelmi jóléthez. A kreativitás gazdagabbá teszi életünket, élvezetesebbé és teljesebbé téve tapasztalatainkat.
- Mivel a tudás és a készségek gyorsan elavulnak, a kreativitás támogatja az egész életen át tartó tanulás és a kíváncsiság gondolkodásmódját, biztosítva, hogy az egyének relevánsak és alkalmazkodóképesek maradjanak személyes és szakmai életükben. A jövőben sok rutin feladat automatizálhatóvá válhat, így a kreativitás kulcsfontosságú megkülönböztető tényezővé válik az emberi munkavállalók számára. A kreatív problémamegoldást, a kritikus gondolkodást és az innovációt igénylő munkák
- megoldást, kritikus gondolkodást és innovációt igénylő munkák iránt valószínűleg nagy lesz a kereslet.
- A technológia gyors fejlődésével a kreativitás döntő fontosságú lesz az új kihívások és lehetőségek kezelésében. A jövő társadalmának rugalmasnak kell lenniük a bizonytalanságokkal szemben, legyenek azok gazdasági változások, világjárványok vagy környezeti katasztrófák. A kreatív gondolkodás elősegíti a rugalmasságot és a váratlan körülményekhez való gyors alkalmazkodás képességét.
- A kreatív gondolkodás gyakran jobb együttműködéshez vezet, mivel ösztönzi a különböző ötletek és nézőpontok megosztását, elősegítve a csapatmunkát és az innovációt. A kreatív folyamatokban való részvétel elősegíti az információk újszerű elemzését, értékelését és szintetizálását is, javítva a kritikus gondolkodás képességét.

Ezen készség megnyilvánulása és fejlődése 6–10 éves korban



Ebben a szakaszban a kreativitás gyakran a fantáziadús gondolkodás, a problémamegoldás és az eredeti ötletek generálásának képességének keverékeként nyilvánul meg. A kreativitás megnyilvánulása a 6–8 éves és a 8–10 éves gyermekeknél jelentős különbségeket mutat, amelyek elsősorban a kognitív, érzelmi és társadalmi fejlődés mérföldköveinek köszönhetők.

6–8 éves gyermekek:

- hajlamosak elmosni a valóság és a fantázia közötti határt, kreatív munkáik gyakran szeszélyesek, kevésbé törődnek a realizmussal;
- kíváncsisággal közelítik meg a problémákat, de hiányozhat belőlük a szisztematikus gondolkodás, ami gyakran váratlan és ötletes megoldásokhoz vezet;
- kreativitásukat gyakran játékban fejezik ki, például kitalált helyzetekben, bábjátékokban vagy szerepjátékokban;
- a közös kreativitásuk korlátozott, mivel még tanulják, hogyan kell másokkal együttműködni és ötleteket megosztani.

8–10 éves gyermekek:

- figyelembe veszik mások véleményét, ami együttműködőbb és társadalmilag tudatosabb kreatív projektekhez vezet;
- strukturált problémamegoldásban vesznek részt, és jobban tudják megmagyarázni kreatív döntéseik mögötti érvelést;
- művészetük és történeteik részletesebbé válnak, és megpróbálják utánozni a valós világ tárgyait, eseményeit vagy érzelmeit;
- élvezik a csoportos projekteket, értékelik a társaik visszajelzéseit, és képesek ötleteiket a csoport céljaihoz igazítani.

A osztályszint megállapításának megfigyelési paraméterei

A kreativitás fejlődése különböző szinteken vagy szakaszokon keresztül halad, ahol az egyének az alapvető kreatív gondolkodástól a fejlettebb, kifinomultabb és innovatívabb kreativitásformák felé haladnak. Bár a kreativitás fejlődésének szakaszait leíró modellek sokfélék, egy általános keretrendszer a következő szinteket tartalmazhatja:

1. szint: Ezen a szinten a kreativitás gyakran a meglévő ötletek, formák vagy minták utánzásáról vagy lemásolásáról szól. A diákok ismert módszerekre vagy példákra támaszkodhatnak, apróbb módosításokat végezve, például a tanár példáját szorosan követve festenek képet, vagy egy jól ismert cselekményhez hasonló történetet írnak. Ez egy fontos alapszintű szakasz, amelyben a tanulók gyakorolják az alapvető készségeket és megismerkednek a kreatív folyamatokkal. Ez a szint lényegében a másoláson keresztül történő tanulást jelenti, ami elengedhetetlen a későbbiekben valami eredeti létrehozásához szükséges alapvető készségek elsajátításához.

2. szint: Ezen a szakaszon a diákok elkezdik kipróbálni és felfedezni a különböző ötleteket vagy megközelítéseket, kombinálva a különböző forrásokból származó elemeket, tesztelve a határokat és rugalmasabbá válva gondolkodásukban, például megírva egy történetet, amelyet egy elolvasott könyv ihletett, de hozzáadva saját csavarokat a cselekményhez és a szereplőkhöz. Ezt a szakaszt az jellemzi, hogy az egyén képes a tanultakat magáévá tenni, új elemeket hozzáadni vagy a meglévőket megváltoztatni.



3. szint: A legmagasabb szinten a kreativitás eléri a mesteri szintet, ahol az egyének képesek rendkívül eredeti, innovatív és kifinomult munkákat létrehozni. Összetett, kifinomult ötleteket tudnak generálni, és új kereteket vagy tudásterületeket hoznak létre, például egy környezetvédelmi problémát megoldanak hagyományos vagy nem hagyományos módszerek alkalmazásával, például újszerű anyagok felhasználásával a víz tisztítására. A transzformációs kreativitás olyan úttörő vagy forradalmi innovációk létrehozását jelenti, amelyek megkérdőjelezzik a bevett normákat vagy perspektívákat.

Kapcsolatok más készségekkel

- **Kritikus gondolkodás:** a kritikus gondolkodás magában foglalja az ötletek elemzését és értékelését, míg a kreativitás újszerű megoldásokat generál. Együttesen lehetővé teszik az egyének számára, hogy finomítsák ötleteiket és értékeljék az innovatív megoldások megvalósíthatóságát.
- **Problémamegoldás:** a kreativitás elősegíti a problémamegoldást, mivel lehetővé teszi az egyének számára, hogy különböző perspektívákból gondolkodjanak, új megközelítéseket vizsgáljanak és többféle megoldást találjanak.
- **Érzelmi intelligencia:** az érzelmi intelligencia (EI) kiegészíti a kreativitást azzal, hogy segít az egyéneknek kezelni az érzelmeiket, empátiát érezni mások iránt, és inspirációt meríteni személyes és társadalmi tapasztalataikból. Emellett elősegíti a kreatív kihívások során szükséges rugalmasságot.
- **Együttműködés és kooperáció:** a kreativitás együttműködésen alapuló környezetben virágzik, mivel a különböző perspektívák új ötleteket és megoldásokat szülnek a közös célok eléréséhez.
- **Alkalmazkodóképesség:** az alkalmazkodóképesség magában foglalja a változások iránti nyitottságot és az új körülményekhez való alkalmazkodást, ami elengedhetetlen a kreativitáshoz. A kreatív gondolkodóknak alkalmazkodniuk kell megközelítésükhöz, amikor az eredeti ötletek nem működnek, vagy váratlan kihívások merülnek fel.
- **Kíváncsiság:** a kíváncsiság ösztönzi a kreativitást, mert bátorítja a felfedezést, a kérdések feltevését és az új ismeretek megszerzését. Motivációt ad az inspiráció keresésére és az ismeretlen ötletek kipróbálására.
- **Rugalmasság:** a kreativitás gyakran kísérletezéssel és hibákkal jár, ami frusztrációhoz vagy kudarchoz vezethet. A rugalmasság segít az egyéneknek kitartani a kudarcok ellenére, finomítani ötleteiket és folytatni a kreatív folyamatot a kihívások ellenére.

Didaktikai tippek tanároknak

- Ösztönözzék a nyitott végű tevékenységeket, mint például a rajzolás, a mesemondás vagy a blokkokkal való építkezés, amelyeknek nincs egyetlen helyes megoldása.
- Hozzon létre egy biztonságos kifejezési teret, ahol a diákok nyugodtan megoszthatják ötleteiket, anélkül, hogy félnének az ítélektől.
- Integrálja a játékalapú tanulást, pl. szerepjátékot, dramatizálást vagy fantáziadús játékot.
- Vegyen fel divergens gondolkodási gyakorlatokat olyan kérdések/problémák felhasználásával, amelyek többféle választ vagy megoldást ösztönöznek.
- Hagyja, hogy a diákok válasszák ki a témákat, tevékenységeket vagy a munkájuk bemutatásának módját.

- Integrálja a művészeteket a tantervbe, ötvözze a kreatív művészeteket, mint a zene, a képzőművészet, a rajz vagy a dráma olyan tantárgyakkal, mint a matematika vagy a természettudományok.
- Ösztönözze a kíváncsiságot azáltal, hogy a diákokat kérdések feltevésére és saját válaszaik keresésére bátorítja.
- Használjon szabadidő tevékenységeket és a korosztálynak megfelelő forrásokat a kreatív gondolkodás ösztönzésére.
- Tanítsa meg a diákoknak, hogy a hibákat tanulási lehetőségnek tekintsék, amelyek jobb ötletekhez vezethetnek.
- Ünnepelje a kreativitást azáltal, hogy a diákok kreatív munkáit kiállítja az osztályteremben, és nyilvánosan elismeri erőfeszítéseiket.



5.3 Problémamegoldás

A készség meghatározása

A problémamegoldási folyamat magában foglalja a probléma megoldásának megtalálását több lépés szisztematikus végrehajtásával (= eljárások vagy stratégiák). Ez egy strukturált megközelítés a probléma azonosítására, elemzésére, valamint egy hatékony megoldás megtalálására és megvalósítására. Ez a készség általában több tudományágot is átfog, és különböző kontextusokban alkalmazható. Ez a készség magában foglalja a kritikus gondolkodást, a kreativitást és a képességet, hogy szisztematikusan leküzdjük az akadályokat. A problémamegoldáshoz alkalmazkodóképességre is szükség van, mivel nem minden megoldás működik a várt módon, ami kiigazításokat és további alternatívák keresését teszi szükségessé.

A problémamegoldás lépései:

- A probléma meghatározása: Ebben a szakaszban pontosan megfogalmazzuk, mi is a probléma. Kérdéseket teszünk fel: Mi a probléma? Mikor és hol jelentkezik? Kit vagy mit érint? Miért jelent problémát?
- A fő megoldás kritériumainak meghatározása: mikor oldódik meg a probléma valóban?
- A lehetséges alproblémák azonosítása
- Számos lehetséges megoldás kidolgozása az összes alproblémára (divergens fázis, amely kreativitást igényel)
- Az összes alprobléma megoldása (konvergens fázis, amely KRITIKUS GONDOLKODÁST igényel):
- Értékelje a lehetőségeket: Vizsgálja meg az egyes lehetséges megoldások előnyeit és hátrányait. Vegye figyelembe olyan tényezőket, mint a korlátozások és a megvalósíthatóság, a költségek, az idő és a lehetséges kockázatok vagy akadályok.
- A következmények mérlegelése: vegye figyelembe az egyes megoldások lehetséges rövid és hosszú távú következményeit. Melyik megoldás kínálja a legtöbb előnyt és a legkevesebb hátrányt?
- Döntés meghozatala: Az elemzés alapján válassza ki a legjobb megoldást. Ez lehet egyetlen megoldás vagy több megoldás kombinációja.
- Integrálja a részleges megoldásokat az összes alproblémára: hajtsa végre a fő probléma megoldását
- Tesztelje, értékelje és módosítsa/optimalizálja az átfogó megoldást. Ebben a fázisban ismét szerepet kap a kritikus gondolkodás.

A készség fontossága az egész életen át tartó jólét szempontjából

A problémamegoldás egy alapvető, átvihető készség, amely javítja az egyén különböző területeken való sikerességét. Az erős problémamegoldó készségekkel rendelkező emberek általában kreatív, kritikus gondolkodók, akik kitartást tanúsítanak. Ezek a tulajdonságok lehetővé teszik számukra, hogy magabiztosan és rugalmassággal álljanak szembe a jövőbeli kihívásokkal.

Ezenkívül a kiváló problémamegoldó készségek javítják az egyén együttműködési és hatékony kommunikációs képességét. Ez segít az ötletek megosztásában, a feladatok delegálásában és az erőfeszítések összehangolásában a közös cél elérése érdekében.

A szakmai környezetben a munkáltatók nagyra értékelik azokat a munkavállalókat, akik képesek felismerni a problémákat, kezdeményezni és hatékony megoldásokat kínálni, hozzájárulva ezzel a szervezetek hatékonyságának és innovativitásának növeléséhez.

A problémamegoldó képességek alkalmazása számos pozitív eredményhez vezet:

- **Megnövekedett hatékonyság és termelékenység:** A jól végrehajtott problémamegoldás racionalizálja a folyamatokat, csökkenti a felesleges munkát és időt takarít meg az akadályok gyors kezelésével.
- **Innováció és növekedés:** A problémák kreatív megoldásai új növekedési lehetőségekhez vezethetnek, legyen szó üzleti, oktatási vagy személyes fejlődésről.
- **Csökkentett konfliktusok és jobb döntéshozatal:** A problémamegoldó képességek segítenek a konfliktusok vagy komplex döntések kezelésében azáltal, hogy azonosítják a kiváltó okokat és elősegítik a tényeken és megoldásokon alapuló racionális megbeszéléseket, ahelyett, hogy az érzelmekre támaszkodnának.
- **Folyamatos fejlődés:** A problémamegoldás rendszeres alkalmazása személyes és szakmai fejlődéshez vezet. Az egyének minden megoldott problémából tanulva fejlesztik képességeiket, ami idővel jobb teljesítményhez vezet.

Ezen készség megnyilvánulása és fejlődése 6-10 éves korban

6-10 éves korban kezd kialakulni a problémamegoldó képesség. Az ebben a korcsoportban lévő gyermekek már képesek önállóan azonosítani és megoldani egyszerű problémákat, különösen akkor, ha konkrét és vizuális eszközök állnak rendelkezésükre. Például képesek megoldani egy kirakós játékot.

Bár az ebben a korban lévő gyermekek gyakran még mindig konkrét, gyakorlati megközelítéseket alkalmaznak, már kezdenek absztraktabban gondolkodni, és egyszerűbb megoldásokat tervezhetnek komplexebb problémákra. A problémamegoldás ebben a korban tehát már felismerhető, de tovább fejlődik. Ezt a folyamatot tovább lehet ösztönözni olyan tevékenységekkel, amelyek arra készítik őket, hogy különböző megoldási stratégiákról gondolkodjanak, és kreatív és rugalmas gondolkodásra ösztönzik őket. Ez a készség fejlesztésének különböző szintjei lehetnek:

A 6-8 éves gyermekek

- egyszerűen felismerik a problémát és egyszerű megoldást találnak rá.
Megtanulják, mi is az a probléma, és hogy a kísérletezés megengedett (anélkül, hogy félnének a hibáktól). Megtanulnak együttműködni és megosztani ötleteiket másokkal.
- megtanulják különböző stratégiák alkalmazását a megoldások megtalálásához.

8-10 éves gyermekek

- önállóbban dolgoznak, több lépést követnek a megoldás eléréséhez, ösztönzik a kritikus gondolkodást, és megértik, miért működik az egyik megoldás, a másik pedig nem.
- Kreatívakban közelítik meg a problémákat.

Olyan problémákat oldanak meg, amelyekre nem mindig van egyetlen megoldás.



Megfigyelési paraméterek az osztályszint megállapításához

1. szint (kezdő): Problémafelismerés: Segítségre szorul a problémák felismerésében. Megoldások kidolgozása (kreativitás): Egy egyszerű megoldást javasol. Stratégiák alkalmazása: Véletlenszerű megközelítés, segítségre szorul. Kitartás és rugalmasság: Gyorsan feladja, frusztrált lesz. Reflektálás és értékelés: Ritkán reflektál, nehezen értékeli. Önállóság: Nagyon függ a segítségtől.

2. szint (középhaladó): Problémafelismerés: Önállóan felismeri az egyszerű problémákat, néha segítségre szorul. Megoldások kidolgozása (kreativitás): Több megoldást is kidolgoz. Stratégiák alkalmazása: Stratégiákat alkalmaz, néha útmutatással. Kitartás és rugalmasság: Kitartó, néha elbátortalanodik. Reflektálás és értékelés: Néha reflektál, javítási javaslatokat tesz. Önállóság: Egyre önállóbb, megerősítést keres.

3. szint (szakértő): Problémafelismerés: Önállóan felismeri az összes problémát. Megoldások kidolgozása (kreativitás): Kreatív és logikus megoldásokat kínál. Stratégiák alkalmazása: Önállóan alkalmazza a fejlett stratégiákat. Kitartás és rugalmasság: Erős rugalmasság, kudarcok esetén módosítja a megközelítést. Reflektálás és értékelés: Rendszeresen reflektál, mélyreható elemzéseket végez. Függetlenség: Teljesen független, segítség nélkül kezdeményez és alkalmazkodik.

Kapcsolatok más készségekkel

- **Kritikus gondolkodás:** Mindkét készség magában foglalja az információk elemzésének, értékelésének és szintetizálásának képességét. A problémamegoldás gyakran a kritikus gondolkodás gyakorlati alkalmazása a döntéshozatalban és a cselekvésben.
- **Kreativitás:** A problémamegoldás a kreativitásra támaszkodik, hogy újszerű és innovatív megoldásokat találjon. A dobozon kívüli gondolkodás képessége javítja az ember hatékony problémamegoldó képességét.
- **Együttműködés:** Sok probléma csapatmunkával oldható meg. A hatékony problémamegoldók gyakran jól együttműködnek másokkal, és a legjobb megoldás elérése érdekében kihasználják a különböző nézőpontokat. A hatékony kommunikációs készségek elengedhetetlenek a közös problémamegoldásban.
- **Döntéshozatal:** A problémamegoldás a döntéshozatal előfeltétele. A megoldások értékelése után elengedhetetlen a legjobb lehetőség kiválasztásának és a cselekvés elkötelezettségének képessége.
- **Rugalmasság és alkalmazkodóképesség:** A problémamegoldás iteratív folyamata gyakran kísérletezést és hibázást jelent, ami megköveteli az egyénektől, hogy alkalmazkodjanak, ha a kezdeti megoldások kudarcot vallanak. A rugalmasság elengedhetetlen a kihívások leküzdéséhez és a siker eléréséhez.

Didaktikai tippek tanároknak

A tanárok úgy támogatják a gyerekeket, hogy arra ösztönzik őket, gondolkodjanak el cselekedeteik következményeiről, mérlegeljenek többféle megoldást, és motiválják őket, hogy ne adjanak fel a kudarcok ellenére.

Íme néhány konkrét tipp a tanárok számára, amelyek segítenek a gyermekek problémamegoldó képességeinek fejlesztésében:



- Zárt kérdések helyett nyílt kérdéseket tegyenek fel (ez arra ösztönzi a diákokat, hogy mélyebben gondolkodjanak és a probléma különböző aspektusait vegyék figyelembe).
- Használjon játékokat, rejtvényeket és konkrét problémás helyzeteket, amelyekben a diákoknak gondolkodniuk kell és megoldásokat kell találniuk.
- Támogassa a problémát vizuálisan (használjon diagramokat, táblázatokat vagy gondolattérképeket, hogy segítsen a diákoknak megszerezni gondolataikat).
- Ösztönözze a diákokat a kreatív gondolkodásra és a problémák különböző megközelítéseinek kipróbálására.
- Ösztönözze a diákok közötti együttműködést ($1 + 1 = 3$), hogy megmutassa, hogyan vezethet a csapatmunka jobb megoldásokhoz.
- Rendszeresen gyakorolja a problémamegoldó készségeket, hogy önbizalmat és folyékonyt építsen.
- Integrálja a problémamegoldó tevékenységeket olyan tantárgyakba, mint a matematika, a nyelv vagy a természettudományok (pl. „Hogyan hozhatunk létre egy kertet, amely vonzza a méheket?”).

Ezek a stratégiák nemcsak a problémamegoldásban segítenek a gyerekeknek, hanem olyan gondolkodásmód kialakításában is, amely lehetővé teszi számukra, hogy kreativitással és rugalmassággal közelítsenek a kihívásokhoz.

5.4 Kritikus gondolkodás

A készség meghatározása

A kritikus gondolkodás az objektív és logikus érvelés, az információk elemzése és értékelése, a különböző perspektívák figyelembevétele, valamint a bizonyítékokon és logikán alapuló következtetések levonásának képessége. Lehetővé teszi számunkra, hogy az információkat objektív és szisztematikus módon értékeljük és mérlegeljük.

A kritikus gondolkodás tehát kettős képesség:

- magában foglalja mind 1. az információk kritikus vizsgálatának és értékelésének képességét, mind 2. a komplex problémákról és kérdésekről való független és kreatív gondolkodás képességét.
- A kritikus gondolkodás segít megalapozott véleményeket és álláspontokat kialakítani, és biztosítja, hogy ne higgyünk el mindent, amit hallunk, látunk, érzünk vagy olvasunk.

A készség fontossága az egész életen át tartó jólét szempontjából

- A kritikus gondolkodás szinte az élet minden területén elengedhetetlen készség, amely önálló és logikus gondolkodási képességet igényel. Több, mint egyszerűen vélemény vagy álláspont kialakítása; magában foglalja azt a képességet is, hogy ezt a nézőpontot alátámasszuk és megvédjük.
- A kritikus gondolkodás ezért elengedhetetlen a egyre összetettebb és gyorsan változó világunkban. Ez az a képesség, hogy aktív és reflektív módon gondolkodjunk, szisztematikus elemezzük és értékeljük a problémákat, és így megalapozott döntésekhez és véleményekhez jussunk.
- A kritikus gondolkodás tehát alapvető és átfogó készség, amelyet az élet minden területén elő kell mozdítani. Segít az embereknek megalapozottabb és felelősségteljesebb döntéseket hozni, és hozzájárul egy kritikus és toleráns társadalom kialakulásához. A kritikus gondolkodás mint átfogó készség fejlesztése ezért elengedhetetlen az egyének és a társadalom számára: a kritikus gondolkodás egyre fontosabbá válik, mert világunk tele van adatokkal, és tudnunk kell, hogyan kell megkülönböztetni és megfelelően kezelni azokat.

E készség megnyilvánulása és fejlesztése 6–10 éves korban

6–7 éves gyermekek esetében:

- Kérdések feltevése: A gyermekek sok „Miért?” és „Hogyan?” kérdést tesznek fel. Ez jelzi kíváncsiságukat és vágyukat, hogy megértsék a dolgokat. Például megkérdezhetik: „Miért kék az ég?”.
- Aktív részvétel: Gyakran aktívan részt vesznek a beszélgetésekben, kíváncsi kérdéseket tesznek fel, és saját válaszaikat is meg akarják adni.
- Spontán gondolkodás: A gyermekek játék közben vagy történetmesélés közben meglepő összefüggéseket tudnak létrehozni. Például egy történet olvasása közben azonnal meg tudják magyarázni, szerintük mi fog történni a folytatásban.



- Konkrét gondolkodás: Hajlamosak konkrétan gondolkodni, és nehezen boldogulnak az absztrakt fogalmakkal. Kritikus gondolkodásuk gyakran azokra a dolgokra összpontosul, amelyeket közvetlenül megfigyelhetnek.
- Ok-okozati összefüggések: Kezdenek megérteni, hogy a cselekedeteknek következményei vannak. Például felhozhatnak egy példát: „Ha nem rakom el a játékaimat, akkor többé nem játszhatok velük.”
- Történetértés és -elemzés: Egyszerű történeteket el tudnak mesélni, és kérdéseket tudnak feltenni a szereplők döntéseiről. Például: „Miért döntött úgy a hős, hogy elmenekül?”
- Egyszerű kijelentések: Kifejezni tudják a gondolataikat, de gyakran egyszerű módon. Például: „Szeretem ezt a könyvet, mert gyönyörűek a képek benne.”
- Személyes preferenciák: Véleményük erősen személyes tapasztalatokon és preferenciákon alapul, anélkül, hogy sokat érvelnének. Elmondják, mit szeretnek és mit nem, de még nem magyarázzák meg sok okot.
- Kreatív gondolkodás: Játék közben gyakran találhatnak ki új játékszabályokat vagy problémamegoldási módszereket, például hogyan lehet leküzdeni egy akadályt a játékban. Ez elősegíti kreatív gondolkodásukat és alternatívák keresését.

8–10 éves gyermekek esetében:

- Aktív beszélgetés: Gyakrabban vesznek részt csoportos beszélgetésekben és vitákban, ahol nemcsak kifejezik, hanem meg is védik ötleteiket és véleményüket.
- Együttműködés: Jobb csapatmunkát végeznek a projektekben, megtanulnak egymásra hallgatni és tiszteletet tanúsítani a különböző nézőpontok iránt.
- Összetett kérdések: Mélyebb kérdéseket kezdenek feltenni a témákkal kapcsolatban, például „Mi lenne, ha...?” Ez azt mutatja, hogy képesek forgatókönyveket átgondolni és a lehetséges kimeneteket elemezni.
- Vélemények kialakítása és érvelés: A gyermekek indokokkal tudják alátámasztani véleményüket könyvekről, filmekről vagy eseményekről. Például egy könyv leírásakor el tudják magyarázni, melyik aspektus tetszett nekik a legjobban és miért.
- Logikai gondolkodás: A gyerekek elkezdik logikusabb összefüggéseket létrehozni és megérteni az absztraktabb fogalmakat. Például elgondolkodhatnak azon, hogy bizonyos döntéseknek milyen hosszú távú következményei lehetnek.
- Hipotetikus gondolkodás: Képesek elképzelni „mi lenne, ha” forgatókönyveket, ami segít nekik feltárni a lehetséges kimeneteket és megoldásokat.
- Problémamegoldó gondolkodás: Több megoldást is kitalálhatnak egy problémára, például hogyan oldjanak meg egy konfliktust egy baráttal, és mérlegelhetik az egyes megoldások előnyeit és hátrányait, mielőtt döntést hoznak.
- Információelemzés: Megtanulják összehasonlítani és értékelni az információkat, például különböző források felhasználásával egy iskolai projektben. Kérdéseket tehetnek fel, például: „Ez helyes?” vagy „Honnan tudjuk, hogy ez helyes?”
- Kritikus értékelés: A gyerekek kritikusabban kezdenek tekinteni az információkra. Olyan kérdéseket tehetnek fel, mint „Ez egyáltalán igaz?” vagy „Mit mondhatna erről más valaki?”. Ez azt mutatja, hogy különböző perspektívákat vesznek figyelembe.
- Egyszerű reflexió és értékelés: Csoportos tevékenységek vagy projektek után reflektálhatnak arra, mi sikerült jól és mi lehetne jobb. Olyan válaszokat fogalmazhatnak meg, mint „Tetszett, hogy együtt dolgoztunk, de korábban kellett volna elkezdenünk a feladatot”.

Megfigyelési paraméterek az osztályszint megállapításához

1. szint (kezdő): A gyerekek egyszerű kérdéseket tesznek fel, például „Miért?” és „Hogyan?”. Megértik az ok-okozati összefüggések alapvető fogalmait, és kifejezhetik személyes preferenciáikat, de mélyebb érvelés nélkül.

Kérdések feltevése és kutatás: Egyszerű kérdéseket tesz fel. Elemzés és értelmezés: Az alapvető tényeket azonosítja. Érvek értékelése: Nehézséget okoz a vélemény és a tény megkülönböztetése. Érvelés és problémamegoldás: Alapvető megoldásokat javasol. Gondolkodási folyamat reflektálása: Ritkán reflektál.

2. szint (középhaladó): A gyerekek összetettebb kérdéseket kezdenek feltenni, és véleményüket indokokkal tudják alátámasztani. Képesek a problémákat különböző perspektívákból megközelíteni, csoportos projektekben együttműködni, és aktívan részt venni a vitákban.

Kérdések feltevése és kutatás: Releváns és összetett kérdéseket tesz fel. Elemzés és értelmezés: Elemezi az információkat, kapcsolatokat teremt. Érvek értékelése: Egyszerű érveket értékel. Érvelés és problémamegoldás: Több megoldást javasol, indoklással. Gondolkodási folyamat reflektálása: Alkalmanként reflektál.

3. szint (szakértő): A gyermekek logikusan gondolkodnak és hipotetikus helyzeteket is figyelembe vesznek. Megalapozott véleményt fogalmaznak meg, kritikus szemmel értékelik az információkat, és hatékonyan használják az érveket és ellenérveket a vitában.

Kérdések feltevése és kutatás: Mélyreható, nyitott kérdéseket fogalmaz meg. Elemzés és értelmezés: Kritikus szemmel elemzi a komplex információkat. Érvek értékelése: Kritikus szemmel értékeli a komplex érveket. Érvelés és problémamegoldás: Megalapozott, innovatív megoldásokat fogalmaz meg. Gondolkodási folyamat reflektálása: Folyamatosan reflektál a gondolkodási folyamatra.

Kapcsolatok más készségekkel

- **Kíváncsiság:** Ösztönzi a kritikus gondolkodást azáltal, hogy kérdéseket, kutatást és magyarázatok keresését ösztönzi.
- **Nyitottság:** Támogatja a kritikus gondolkodást azáltal, hogy szívesen fogadja az új ötleteket és a különböző nézőpontokat.
- **Önismeret:** Segít azonosítani a személyes elfogultságokat, ami objektívebb elemzéshez vezet.
- **Kérdések feltevése:** Ösztönzi az információk mélyebb vizsgálatát, tisztázását és tesztelését.
- **Elemzés és értékelés:** lebontja, összehasonlítja és értékeli az információkat, hogy elkülönítse a tényeket a véleményekről.
- **Érvelés:** Logikusan összekapcsolja az ötleteket, és segít következetes következtetések levonásában.
- **Reflexió:** Elősegíti a saját érvelési folyamat felülvizsgálatát és javítását.
- **Problémamegoldás:** Kritikus gondolkodást alkalmaz a problémák elemzésére és a lehetséges megoldások értékelésére.
- **Döntéshozatal:** Kritikus gondolkodást alkalmaz a átgondolt, jól tájékozott döntések meghozatalához.
- **Kreativitás:** Eredeti ötleteket generál, amelyeket a kritikus gondolkodás értékel és finomít.

Didaktikai tippek tanároknak

- Nyitott kérdéseket tegyen fel: pl. „Miért gondolod ezt?”
- Használjon gondolkodási sémákat: „mi, miért, hogyan?” vagy „előnyök és hátrányok”
- A diákokat problémamegoldó feladatokon dolgoztassa: egyénileg vagy kis/nagy csoportokban?
- Szervezzen vitákat felismerhető témákról, beleértve mind az érveket, mind az ellenérveket.
- Ösztönözze a választások és eredmények átgondolását
- Elemezze a történeteket és a szereplők döntéseit
- Tanuljon meg kritikus szemmel nézni a médiára, az információkra és az aktuális eseményekre
- Használjon játékokat a logikus és kritikus gondolkodás gyakorlásához: pl. rejtvények és találós kérdések
- Biztosítson biztonságos környezetet a hibákhoz: „A hibák megengedettek!”
- Adjon teret az önálló döntéshozatalnak: egy probléma többféle megoldása
- Kapcsolja össze a tananyagot a valós élethelyzetekkel: tantárgyközi együttműködés.



5.5 Rugalmasság

A készség meghatározása

A reziliencia az a képesség, hogy mentális, érzelmi és viselkedési rugalmasság révén alkalmazkodjunk a kihívásokhoz. Ez nem csupán személyes tulajdonság, hanem az egyén és környezete, például a család, a közösség és a társadalom közötti interakcióból fakad. A reziliencia az a folyamat és eredmény, amelynek során sikeresen alkalmazkodunk a nehéz vagy kihívásokkal teli élettapasztalatokhoz, különösen mentális, érzelmi és viselkedési rugalmasságunk, valamint a külső és belső követelményekhez való alkalmazkodásunk révén. Számos tényező hozzájárul ahhoz, hogy az emberek mennyire tudnak alkalmazkodni a nehézségekhez, beleértve azt, hogy az egyének hogyan tekintenek a világra és hogyan viszonyulnak hozzá, a társadalmi erőforrások rendelkezésre állását és minőségét, valamint a konkrét megküzdési stratégiákat.

A készség fontossága az egész életen át tartó jólét szempontjából

A reziliencia szinte minden felnőttkori élethelyzetben elengedhetetlen, mivel a kihívások különböző területeken jelentkeznek. A munkahelyen:

- Segít a stressz kezelésében.
- Segít alkalmazkodni az új technológiákhoz vagy szerepekhez hasonló változásokhoz.
- A munka és a magánélet egyensúlyának megteremtésével elkerüli a kiégést.

A családi életben:

- A reziliencia támogatja a hatékony szülői nevelést.
- Segít a kapcsolati nehézségek kezelésében.
- A nehézségek, például pénzügyi problémák vagy egészségügyi válságok leküzdése.

Emellett kulcsszerepet játszik a fizikai és mentális egészség megőrzésében betegségek vagy érzelmi nehézségek idején, miközben erős társadalmi kapcsolatokat ápol és segít megbirkózni az elszigeteltséggel vagy a közösségi konfliktusokkal. A reziliencia kritikus fontosságú válságok idején, a természeti katasztrófáktól és háborúktól a gazdasági instabilitásig, mivel segít a traumák feldolgozásában és az élet újjáépítésében. Az oktatásban és a személyes fejlődésben segít az egyéneknek leküzdeni a tanulási kihívásokat, alkalmazkodni a karrier bizonytalanságaihoz, elérni a céljaikat és önbizalmat építeni a nehézségek ellenére. A reziliencia alapvető tényezői közé tartozik az optimizmus, az elfogadás, a problémamegoldó képesség, az önkontroll, a felelősségvállalás, a kapcsolatépítés és a jövőorientált gondolkodásmód, amelyek mind gyermekkortól kezdve fejleszthetők.

Ennek a készségnek a megnyilvánulása és fejlődése 6-10 éves korban

A reziliencia már a 6-10 éves gyermekeknél is jelen van, mivel ez egy fejlődési folyamat része, amely gyakran már korábban, az óvodáskorban kezdődik. A reziliencia szintje nagymértékben függ a gyermek temperamentumától, családi hátterétől és a környezet által nyújtott támogatástól.



Ebben a korban a reziliencia különböző formákban jelentkezhet, például:

- Érzelmi szabályozás: a gyermekek képesek megnyugodni, miután frusztrációt vagy kudarcot éltek át (pl. vesztek egy játékot vagy megoldottak egy konfliktust).
- Önkontroll: a kudarcok és az érzelmi buktatók leküzdése érdekében a gyermekeknek képesnek kell lenniük a jövőre vonatkozó elképzelés kialakítására (jövőorientált gondolkodásmód), gondolatuk és cselekedeteik kontrollálására a céljaik elérése érdekében, valamint képesnek kell lenniük kizárni azokat a tényezőket, amelyek megzavarhatják őket céljaik elérésében. Ehhez nagyfokú kitartás, önkontroll és célorientáltság szükséges.
- Problémamegoldás: megoldásokat keresnek az akadályok leküzdésére, például önállóan elvégzik a házi feladatot.
- Támogató társadalmi kapcsolatok fenntartása: támogató barátságokat vagy családi kötelékeket építenek ki és ápolnak, hogy segítsenek nekik a nehéz helyzetekben.
- Jövőorientált gondolkodásmód és optimista szemlélet: még nehézségek esetén is reménykednek a pozitív kimenetelben.
- Optimista szemlélet: nehézségek esetén is reménykednek a pozitív kimenetelben.
- Rugalmasság: gyorsan alkalmazkodnak a változásokhoz, például egy új tanárhoz vagy osztálytársakhoz.

A rugalmasság fejlesztése ebben a korban megalapozza a gyermekek számára, hogy felnőttkorukban sikeresen alkalmazkodjanak az élet kihívásaihoz.

A 6-10 éves, rezilienciával rendelkező gyermekek képesek kezelni a kihívásokat és magabiztosan alkalmazkodni a különböző helyzetekhez.

- Képesek szabályozni az érzelmeiket, megnyugtatni magukat olyan kudarcok után, mint egy elvesztett játék vagy egy csalódás, ami segít nekik elkerülni, hogy túlterheltek legyenek.
- Képesek önállóan megoldani a problémákat, kritikus gondolkodással teljesítik a feladatokat vagy oldják meg a konfliktusokat társaikkal.
- Ezek a gyermekek támogató kapcsolatokat tudnak kiépíteni és fenntartani, nehéz időkben érzelmi támaszként támaszkodnak a társadalmi kapcsolataikra, és konstruktív módon oldják meg a nézeteltéréseket.
- Optimista szemléletükkel képesek motiváltak és reményteliek maradni, még akkor is, ha kihívásokkal szembesülnek vagy kudarcot élnek át. A kudarcokat nem akadálnak, hanem tanulási lehetőségnek tekintik.
- Képesek alkalmazkodni a változásokhoz is, például új rutinokhoz, környezethez vagy új osztálytársakhoz. Rugalmasságuk segít nekik nyugodtnak maradni ismeretlen helyzetekben. A kihívásokat magabiztosan, kitartóan és szükség esetén segítséget kérve közelítik meg, egyensúlyt teremtve az önállóság és a támogatás között.

Összességében ezek a gyerekek érzelmi, szociális és kognitív képességeiket használják az élet nehézségeinek leküzdésére. Rugalmasságuk lehetővé teszi számukra, hogy megbirkózzanak a jelenlegi kihívásokkal és felkészüljenek a jövőbeliakra, így növekedhetnek és elérhetik céljaikat.

A osztályszint megállapításának megfigyelési paraméterei

1. szint: Az alacsony rugalmasságú gyermekek gyakran frusztrációval vagy érzelmi kitörésekkel reagálnak kisebb kihívásokra. Hajlamosak elkerülni a nehéz feladatokat, nem bíznak problémamegoldó képességeikben, és nehezen kérnek segítséget. Társas kapcsolataik törékenyek lehetnek, és nehezen heverik ki a konfliktusokat. Például elkerülhetik a csoportmunkát, vagy hibák elkövetése után feladják a feladatot.

2. szint: A közepes rezilienciájú gyermekek támogatással kezelik a frusztrációt, és hajlandóak szembenézni a kihívásokkal, bár gyakran bátorításra szorulnak. Segítséget kérnek, de megnyugtató támogatásért felnőttekre támaszkodhatnak. Bizalmuk a helyzettől függően változik, és nehézséget okozhat számukra a komplex feladatok elvégzése vagy a konfliktusok önálló megoldása. Például segítségre szorulhatnak új vagy nehéz feladatok elvégzéséhez.

3. szint: A magas rezilienciájú gyermekek jól kezelik a frusztrációt, és a hibákból tanulnak anélkül, hogy szorongásuk lenne. Lelkesedéssel vállalják a kihívásokat, önállóan találnak megoldásokat, és könnyen alkalmazkodnak a változásokhoz. Magabiztosak, kitartanak a nehézségek ellenére, stabil kapcsolatokat ápolnak, és konstruktív módon oldják meg a konfliktusokat. Például önállóan javítják ki a hibákat, és lelkesen állnak hozzá a feladatokhoz.

Kapcsolatok más készségekkel

- Érzelmi szabályozás: a kihívásokra adott érzelmi reakciók kezelése, a koncentráció és a nyugalom fenntartása a kudarcok során.
- Problémamegoldás: megoldások keresése az akadályokra, közvetlenül támogatva a kihívások leküzdésének képességét.
- Önbizalom: a saját képességeiben való hit, ami kitartást és pozitív hozzáállást tesz lehetővé a kihívásokhoz.
- Optimizmus: reménykedés és motiváció a nehézségek ellenére, kitartás és pozitív szemlélet elősegítése.
- Alkalmazkodóképesség: alkalmazkodás a változásokhoz és az új helyzetekhez, elősegítve a kiszámíthatatlan környezetben való boldogulást.
- Növekedési szemlélet: a kihívások tanulási lehetőségként való megközelítése, ami a folyamatos önfejlesztésen keresztül növeli a rugalmasságot.
- Önismeret: a saját erősségek és gyengeségek megértése, ami segít a stressz kezelésében és a hatékony alkalmazkodásban.
- Stresszkezelés: stresszkezelési technikák alkalmazása, a kiégés megelőzése és az általános rugalmasság növelése.
- Kitartás: a célok kitartó követése a kudarcok ellenére, ami közvetetten támogatja a hosszú távú rugalmasságot.

Kommunikációs készségek: konfliktusok megoldása és erős kapcsolatok építése, ami nehéz időkben nyújt támogatást.



Didaktikai tippek tanároknak

- Használjon érzelmi kereket, hogy segítsen a diákoknak azonosítani és megérteni az érzéseiket, elősegítve az érzelmi tudatosságot, szabályozást és kommunikációt.
- Ösztönözze a diákokat, hogy a hibákat tanulási lehetőségnek tekintsék, elősegítve ezzel a fejlődésorientált gondolkodásmód kialakulását.
- Rendszeresen ösztönözze a diákokat, hogy reflektáljanak eredményeikre, hogy önbizalmat építsenek („Mit csináltam jól” napló).
- Teremtse lehetőségeket a diákoknak, hogy megosszák tapasztalataikat és gyakorolják az empátiát (Empátia kör).
- Vegyen fel rövid tudatosság- vagy légzőgyakorlatokat, hogy segítsen a diákoknak a stressz kezelésében.
- Ösztönözze a rugalmasságot azáltal, hogy bátorítja a diákokat, hogy a kudarcok után is kitartóak legyenek.
- Használjon történetmesélést, hogy a diákok megértsék és kreatív módon leküzdjék a kihívásokat.
- Mutassa meg a diákoknak, hogyan lehet konstruktív módon kezelni a kihívásokat, és ezzel példát mutasson a rugalmasságra.
- Hozzon létre dicséretalapú osztálytermi kultúrát, és szisztematikusan dicsérje a folyamatot, ne az eredményeket. Tanítsa meg a gyerekeknek, hogyan kell dicsérni és fogadni a folyamatot.
- Integrálja a növekedési gondolkodásmódra irányuló tevékenységeket az órába.



5.6 Rugalmasság

A készség meghatározása

A rugalmasság az új helyzetekhez és változásokhoz való alkalmazkodás képessége. A változásra való hajlandóság. Magában foglalja a különböző ötletek iránti nyitottságot, a váratlan eseményekhez való alkalmazkodást és a problémamegoldás új módjainak megtalálását. A rugalmasság azért fontos, mert az élet folyamatosan változik, és a rugalmasság lehetővé teszi számunkra, hogy nyugodtan és hatékonyan megbirkózzunk a kihívásokkal. Nem csak a változás elfogadásáról van szó, hanem arról is, hogy képesek legyünk gondolataikat, érzelmeiket és cselekedeteiket az új követelményekhez vagy körülményekhez igazítani, legyen szó személyes életünkről, munkánkról vagy társadalmi környezetünkről. A rugalmasság segít előrehaladni és a legjobbat kihozni a nehéz helyzetekből. Három készség van, amelyek jelentése nagyon hasonló. Néha felcserélhetőek, de a köztük lévő különbséget tisztázni kell. Ez a három készség a következő: rugalmasság, alkalmazkodóképesség és rugalmasság.

A rugalmasság az a képesség, hogy gyorsan felépüljünk a nehézségekből.

A rugalmasság a változásra való hajlandóság, az a képesség, hogy könnyen módosítsuk gondolkodásmódunkat és viselkedési stratégiáinkat, miközben szem előtt tartjuk alapvető értékeinket.

Az alkalmazkodóképesség az a képesség, hogy gondolkodásunkat és viselkedésünket új körülményekhez tudjuk igazítani.

A készség fontossága az egész életen át tartó jólét szempontjából

A rugalmasság a felnőtt élet minden területén elengedhetetlen, mivel lehetővé teszi az egyének számára, hogy hatékonyan alkalmazkodjanak az élet állandó változásaihoz és kihívásaihoz. A munkahelyen:

- A rugalmasság segít a felnőtteknek új szerepek, technológiák és munkakörnyezetek elfogadásában, megkönnyítve az változó elvárásokhoz vagy előre nem látható körülményekhez való alkalmazkodást.
- Emellett lehetővé teszi a problémák hatékonyabb megoldását váratlan kihívások esetén, legyen szó a munkaterhelés változásáról vagy a szervezeti átszervezésről.

A családi életben:

- A rugalmasság támogatja a kapcsolati dinamikák kezelésének képességét.
- Egyensúlyba hozza a szülői feladatokat.
- És megbirkózni az élet változásaival, mint például a költözés vagy a család szerkezetének változása.

Fontos szerepet játszik a személyes jólét kezelésében, mivel segít megbirkózni a kihívásokkal, csökkenti a stresszt és növeli a rugalmasságot. A társadalmi interakciókban támogatja az erős kapcsolatokat azáltal, hogy megkönnyíti a kommunikációban és a konfliktusok megoldásában való alkalmazkodást. Válságok idején a rugalmasság lehetővé teszi az egyének számára, hogy alkalmazkodjanak, feldolgozzák az érzelmeiket és új utakat találjanak. Emellett elősegíti a személyes fejlődést azáltal, hogy ösztönzi a hibákból való tanulást, új dolgok kipróbálását és a célok elérését az



akadályok ellenére. A rugalmasság fejlesztése javítja az élet bonyolultságainak kezelését és az egyensúly fenntartását.

Ennek a készségnek a megnyilvánulása és fejlesztése 6-10 éves korban

A 6-10 éves gyermekek rugalmassága a folyamatos növekedési folyamat részeként kezd kialakulni. Ebben a korban a gyermekek egyre jobban képesek alkalmazkodni az új helyzetekhez és változásokhoz, bár rugalmasságuk mértékét olyan tényezők befolyásolják, mint a temperamentumuk, a családi támogatás és a környezeti hatások.

Ebben a korban a rugalmasság különböző formákban nyilvánulhat meg, például:

- Változásokhoz való alkalmazkodás: a gyermekek képesek gyorsan alkalmazkodni új helyzetekhez, például új tanárhoz, osztálytevékenységek változásához vagy más napi rutinhoz.
- Stratégiák váltása: nehézségekkel szembesülve, például egy feladat megoldásával küzdve, a gyermekek rugalmasságot mutatnak azzal, hogy különböző megközelítéseket próbálnak ki a problémák megoldására, ahelyett, hogy feladnák.
- Új környezet kezelése: képesek alkalmazkodni ismeretlen helyzetekhez, például új helyre menni vagy új emberekkel találkozni anélkül, hogy túlságosan idegesek vagy zaklatottak lennének.
- A szociális viselkedés alkalmazkodása: a gyermekek képesek viselkedésüket különböző szociális helyzetekhez igazítani, megértik, hogyan kell viselkedni társaikkal vagy felnőttekkel a kontextus és a szociális normák alapján.
- Növekedési gondolkodásmód és kreatív gondolkodás: A rugalmas gyermekek képesek divergens módon gondolkodni, sokféle, újszerű/szokatlan megoldást keresve egy helyzetre, ahelyett, hogy egyetlen „jó” válaszra gondolnának. Más szavakkal, fantáziájukat használják, hogy új és váratlan összefüggéseket fedezzenek fel, és nem hagyományos megközelítéseket alkalmazzanak.
- Érzelmek és csalódások kezelése: ha a dolgok nem a várt módon alakulnak, a gyermekek rugalmasságot tanúsítanak azzal, hogy megbirkóznak a helyzettel, módosítják elvárásaikat, és továbbra is foglalkoznak a feladattal vagy a helyzettel.

A rugalmasság fejlesztése segít a gyermekeknek nyitott gondolkodásmódjuk megőrzésében, a társadalmi változásokhoz való alkalmazkodásban, valamint a barátságok és konfliktusok könnyed kezelésében. Új kihívásokkal kíváncsisággal közelítenek, megértve, hogy a változás növekedéshez vezethet. A rugalmas gyermekek magabiztosan kezelik az élet bizonytalanságait, pozitívak és koncentráltak maradnak, ami támogatja érzelmi jólétüket, problémamegoldó képességeiket és társadalmi sikereiket, felkészítve őket a jövőbeli kihívásokra.

A osztályszint megállapításának megfigyelési paraméterei

1. szint: Az alacsony rugalmasságú gyermekek nehezen alkalmazkodnak a rutin, a feladatok vagy a környezet változásaihoz. Frusztrációval vagy szorongással reagálhatnak váratlan helyzetekre, például új órarendre vagy ismeretlen tevékenységekre. Gyakran ellenállnak a változásoknak, nehezen váltanak stratégiát, és jelentős támogatásra szorulnak az átmenetek kezeléséhez.

2. szint: A közepes rugalmasságú gyermekek képesek kezelni bizonyos változásokat, de alkalmazkodáshoz támogatásra szorulhatnak. Kezdetben frusztráltak vagy vonakodónak érezhetik



magukat, de bátorítással alkalmazkodni tudnak. A rutin változásokat jobban kezelik, mint a komplex változásokat, és útmutatásra szorulhatnak, hogy teljes mértékben be tudjanak kapcsolódni az új feladatokba vagy környezetbe.

3. szint: A nagyfokú rugalmassággal rendelkező gyermekek gyorsan alkalmazkodnak az új helyzetekhez, a rutin változásaihoz és a váratlan kihívásokhoz. Pozitívan állnak hozzá az új feladatokhoz, különböző stratégiákat próbálnak ki, és könnyen alkalmazkodnak a környezetükben bekövetkező változásokhoz. Minimális stresszel kezelik az átmeneti időszakokat, motiváltak maradnak, és rugalmasságot mutatnak a kihívásokkal szemben.

Kapcsolatok más készségekkel

- **Érzelmi szabályozás:** az érzelmi reakcióknak a változó körülményekhez való hozzáigazításának képessége, amely segít megőrizni a nyugalmszintet és higgadtságunkat új helyzetekben.
- **Alkalmazkodóképesség:** közvetlen kapcsolatban áll a rugalmassággal, mivel a rugalmasság azt jelenti, hogy alkalmazkodunk az új információkhoz, környezetekhez vagy a várakozások változásaihoz.
- **Problémamegoldás:** a rugalmasság lehetővé teszi az egyének számára, hogy új stratégiákat vagy alternatív megoldásokat találjanak, amikor a dolgok nem a tervek szerint alakulnak.
- **Nyitottság:** hajlandóság különböző perspektívák vagy megközelítések figyelembevételére, ami támogatja a rugalmas gondolkodást és cselekvést dinamikus helyzetekben.
- **Önbizalom:** hit a változások kezelésére való képességben, ami ösztönzi a pozitív hozzáállást és a alkalmazkodási hajlandóságot.
- **Növekedési szemlélet:** a kihívások tanulási lehetőségként való megközelítése, amely támogatja a rugalmasságot azáltal, hogy ösztönzi a különböző megközelítések vagy stratégiák kipróbálására való hajlandóságot.
- **Stresszkezelés:** a stressz hatékony kezelése lehetővé teszi, hogy az ember nehéz helyzetekben is rugalmas maradjon, megelőzve az túlterheltséget.
- **Kitartás:** a változásokkal vagy bizonytalansággal szembeni folyamatos erőfeszítéseket a rugalmas gondolkodásmód támogatja, amely lehetővé teszi az emberek számára, hogy alkalmazkodjanak és tovább haladjanak előre.
- **Rugalmasság:** a rugalmasság támogatja a rugalmasságot, segítve az egyéneket abban, hogy talpra álljanak és alkalmazkodjanak az új vagy váratlan helyzetekhez.
- **Együttműködési készségek:** a másokkal való együttműködés és a csoportdinamikához való alkalmazkodás képessége növeli a rugalmasságot a csapatalapú feladatokban vagy helyzetekben.

Didaktikai tippek tanároknak

- Hangsúlyozza az erőfeszítés és a tapasztalatokból való tanulás fontosságát, ne csak a végeredményt.
- Használjon szerepjátékos gyakorlatokat, amelyekben a diákoknak alkalmazkodniuk kell a változó helyzetekhez, elősegítve ezzel a gondolkodás rugalmasságát.
- Ösztönözze a diákokat, hogy egy adott problémára többféle megoldást találjanak, kiemelve, hogy a siker elérésének többféle módja is létezik.

- Hagyja, hogy a diákok különböző nézőpontokat vizsgáljanak meg és vitassanak meg, hogy megértsék és megbecsüljék a sokszínű ötleteket.
- Mutasson be befejezetlen történeteket vagy problémákat, és kérje meg a diákokat, hogy ötleteljenek lehetséges befejezéseket vagy megoldásokat, segítve őket abban, hogy megbarátkozzanak a bizonytalansággal.
- Tanítsa meg a diákoknak, hogy használjanak olyan kifejezéseket, mint „megpróbálhatok egy másik módszert”, hogy rugalmas és alkalmazkodó gondolkodásmódot alakítsanak ki.
- Adjon csoportos feladatokat, amelyekben a diákoknak együtt kell működniük, és a csapat véleménye és a változó helyzetek alapján kell módosítaniuk a megközelítésüket.
- Mutasson rugalmasságot azáltal, hogy megmutatja a diákoknak, hogyan alkalmazkodik a váratlan változásokhoz vagy kihívásokhoz az osztályteremben.



5.7 Kíváncsiság, csodálkozás és nyitottság

A készség meghatározása

A kíváncsiság, a csodálkozás és a nyitottság olyan alapvető készségeket alkotnak, amelyek ösztönzik a világ felfedezésére, megismerésére és megértésére irányuló vágyat. Ez a készség az aktív érdeklődés és lelkesedés gondolkodásmódját jelenti, amelynek keretében az ember új dolgokat tapasztal meg, kérdéseket tesz fel és nyitott marad a különböző nézőpontokra. Ez a hajlam arra, hogy a helyzeteket inkább tanulási vágyakozással, mint ítélezéssel közelítsük meg, nyitott szívvel és elmével párosulva. Ez a készség lehetővé teszi a gyermekek számára, hogy felfedezzék, értékeljék és reflektáljanak a körülöttük lévő egyediségre és komplexitásra, elősegítve a tanulás és a felfedezés iránti tartós szeretetet.

A készség fontossága az egész életen át tartó jólét szempontjából

- A gyorsan változó világban a kíváncsiság, a csodálkozás és a nyitottság elengedhetetlenek az alkalmazkodóképesség és a mentális agilitás szempontjából. Ezen tulajdonságok korai fejlesztése hozzájárul a következőkre: rugalmasság és folyamatos tanulás; fokozott érzelmi elégedettség és jólét; jobb problémamegoldás, empátia és alkalmazkodóképesség. A kíváncsiságot és a nyitottságot magukévá tevő felnőttek boldogulnak a tudás bővülő és a karrierutak változó világában. Ezek a tulajdonságok elősegítik a tanulás örömet, az innovációt és a pozitív kapcsolatokat.
- A tanulmányok továbbá hangsúlyozzák, hogy ezeknek a tulajdonságoknak a gyermekkori ösztönzése hozzájárul a hosszú távú eredmények javulásához. Azok a felnőttek, akiknek erős alapjaik vannak a kíváncsiság és a nyitottság terén, nagyobb elégedettséget jelentenek az élet kihívásainak kezelésében, és magasabb szintű alkalmazkodóképességet és empátiát mutatnak személyes és szakmai kapcsolataikban.
- A kutatások kiemelik a gyermekek kíváncsiságának, csodálkozásának és nyitottságának ápolásának hosszú távú előnyeit. A tanulmányok azt mutatják, hogy az ezeken a területeken ösztönzött gyermekek általában erősebb problémamegoldó képességeket, magasabb érzelmi intelligenciát és pozitív hozzáállást alakítanak ki a kihívásokhoz. Például az ezt a képességet támogató osztálytermi környezetben a diákok jobban bevonódnak, több kérdést tesznek fel és nagyobb érdeklődést mutatnak a tanulás iránt. Longitudinális tanulmányok azt is sugallják, hogy azok a felnőttek, akiket gyermekkorukban a kíváncsiságra ösztönöztek, jobban képesek alkalmazkodni a komplex életváltozásokhoz, általában alacsonyabb stresszszintet tapasztalnak, és nyitottságuknak és empátiájuknak köszönhetően erősebb kapcsolati képességeket mutatnak.

Ezen készség megnyilvánulása és fejlődése 6-10 éves korban

A 6-10 éves kor között a kíváncsiság, a csodálkozás és a nyitottság már természetes hajlamok, amelyek gyakran spontán kérdésekben, felfedezésekben és a világ iránti lelkesedésben nyilvánulnak meg. Ez a készség könnyen megfigyelhető a gyermekek interakcióiban, például az állatok, az űr, a történelem vagy a technológia iránti érdeklődésükben, valamint a társaik véleménye iránti természetes

érdeklődésükben. Ebben a korban a gyermekek tovább fejleszthetik ezt a készséget, ha ösztönzik őket a következőkre:

- Nyitott kérdések ösztönzése: ha a gyermekeket arra bátorítjuk, hogy félelem nélkül tegyenek fel kérdéseket, az segít nekik különböző nézőpontokat felfedezni.
- A felfedező játékok és tevékenységek ösztönzése: a mesemondás, a gyakorlati kísérletek és a vezetett természeti séták megtanítják a gyermekeket arra, hogy csodálattal tekintsék a világot.
- A perspektívaváltás gyakorlása: a gyermekek különböző kultúrákkal, ötletekkel vagy történelmi eseményekkel való megismertetése nyitottságot és a különböző nézőpontok megértését eredményezi.

Ezeknek a tevékenységeknek az előnyei a gyermekek tanulás iránti növekvő elkötelezettségében nyilvánulnak meg. A kutatások azt mutatják, hogy azok a diákok, akiket a kíváncsiság, a csodálkozás és a nyitottság fejlesztésében támogatnak, nagyobb valószínűséggel tesznek fel gondolatébresztő kérdéseket és vesznek részt teljes mértékben a tanulási tevékenységekben. Nagyobb lelkesedést tanúsítanak a különböző témák felfedezése iránt, és jobb képességet mutatnak a komplex ötletek megértésében.

A osztályszint megállapításának megfigyelési paraméterei

1. szint: A gyermek alkalmanként érdeklődést mutat új témák iránt, vagy kérdéseket tesz fel, de vonakodik a felfedező tevékenységekben való részvételtől vagy véleményének kifejezésétől.

2. szint: A gyermek rendszeresen mutat kíváncsiságot, gyakran tesz fel kérdéseket, és minimális bátorításra új tevékenységekben vesz részt. Nyitott mások perspektíváira.

3. szint: A gyermek aktívan keresi az új információkat, izgatottan tanul széles körű témákról, és nagyfokú nyitottságot mutat a különböző ötletek iránt. Gondolatébresztő kérdéseket tesz fel, hozzászól a beszélgetésekhez, és teljes mértékben bekapcsolódik a tevékenységekbe, lelkesen kutatva és tanulva.

Kapcsolatok más készségekkel

- Kreativitás: a kíváncsiság ösztönzi az új ötletek felfedezésének vágyát, ami táplálja a kreatív gondolkodást és a problémamegoldást.
- Problémamegoldás: a kíváncsi gondolkodásmód lehetővé teszi a gyermekek számára, hogy nyitottan közelítsenek a kihívásokhoz, kérdéseket tegyenek fel és megoldásokat teszteljenek.
- Kritikus gondolkodás: a nyitottság lehetővé teszi a gyermekek számára, hogy megkérdőjelezzék a feltételezéseket, alternatív nézőpontokat vegyenek fontolóra és kritikusan gondolkodjanak az információkról.
- Rugalmasság: a csodálkozás és a nyitottság érzése érzelmi rugalmasságot alakít ki, mivel a gyermekek megtanulják a félelem helyett kíváncsisággal szembenézni az ismeretlennel.
- Empátia: a mások tapasztalatai és ötletei iránti nyitottság fejleszti az empátiát és segít a gyermekeknek kapcsolatot teremteni azokkal, akiknek eltérő perspektívájuk lehet.

- Ezek az összefüggések aláhúzzák a kíváncsiság és a csodálkozás fontosságát, mint más kritikus életkészségek alapját, ami egy kiegyensúlyozott személyiséget eredményez, aki képes alkalmazkodni és boldogulni egy komplex világban.

Didaktikai tippek tanároknak

A gyermekek kíváncsiságának, csodálkozásának és nyitottságának ápolása érdekében:

- Hozzon létre „csodálkozásfalakat”: engedje meg a gyermekeknek, hogy kifüggeszték a kérdéseiket vagy a témákat, amelyek iránt kíváncsiak, és rendszeresen beszéljék meg őket.
- Tervezzon természet- és tudományfelfedező napokat: szervezzon szabadtéri tevékenységeket vagy kísérleteket, amelyek inspirálják a megfigyelést és a kutatást.
- Vezessen be kulturális csereprogramokat: ossza meg különböző kultúrák történeteit, ételeit vagy művészetét, hogy ünnepelje a sokszínűséget és elősegítse a nyitottságot.
- Ösztönözze a naplóírást: kérje meg a gyerekeket, hogy dokumentálják kérdéseiket, megfigyeléseiket és gondolataikat, hogy elmélyítsék kapcsolódásukat a világgal.
- Mutasson példát a kíváncsiságra: mutasson érdeklődést azzal, hogy kérdéseket tesz fel és a gyerekekkel együtt keresi a válaszokat.



5.8 Empátia

A készség meghatározása

Az empátia az a képesség, hogy megértsük és megosszuk mások érzelmeit és nézőpontjait, érzelmileg és kognitív szempontból is belehelyezkedve a helyükbe. Ez a készség az interperszonális kapcsolatok középpontjában áll, és megalapozza a harmonikusabb és együttműködőbb társadalom létrehozását.

Az empátiának két fő dimenziója van:

- Érzelmi empátia, amely arra utal, hogy képesek vagyunk érezni, amit mások éreznek, és megfelelő érzelmekkel reagálni.
- Kognitív empátia, amely magában foglalja mások perspektívájának vagy mentális állapotának megértését anélkül, hogy feltétlenül osztoznánk az érzelmeikben.

Mindkét aspektus elengedhetetlen a gyermekek számára, akik személyes és tanulmányi életükben komplex társadalmi interakciókban vesznek részt.

A készség fontossága az egész életen át tartó jólét szempontjából

Az empátia tanítása elengedhetetlen ahhoz, hogy a gyermekeket felkészítsük az egyre gyorsabb és változóbb társadalomban való életre, ahol a társadalmi és munkahelyi interakciók erős interperszonális készségeket és alkalmazkodóképességet igényelnek. Az empátia fejlesztésének fő előnyei a gyermekek számára az alábbiak:

- Javítja a szociális készségeket: az empátia felruházza a gyermekeket azzal a képességgel, hogy megértsék másokat, konstruktív módon kezeljék a konfliktusokat és pozitív kapcsolatokat építsenek ki. A globalizált és összekapcsolt társadalomban a különböző csoportokkal való együttműködés elengedhetetlen a sikerhez.
- Elősegíti a befogadást és a toleranciát: az empátikus megközelítés elősegíti a kulturális, etnikai, társadalmi és ideológiai különbségek tiszteletben tartását. Ez a készség elengedhetetlenül fontos, mivel a gyermekek felnőtté válnak, és egyre multikulturálisabb és sokszínűbb környezetben élnek.
- Ösztönzi a kritikus gondolkodást és az alkalmazkodóképességet: mások perspektívájának megértése elősegíti a nyitottságot, segítve a gyermekeket az új helyzetekhez való alkalmazkodásban és a kihívások innovatív megoldásokkal való megközelítésében. Ez a kognitív rugalmasság lehetővé teszi számukra, hogy komplex helyzetekben etikus döntéseket hozzanak.
- Elősegíti a rezilienciát és az érzelmi jólétet: az empátia segít a gyermekeknek kapcsolatba kerülni saját és mások érzelmeivel, és felvértezi őket a stressz, a frusztráció és a kihívások kezeléséhez szükséges eszközökkel. Ez az érzelmi tudatosság alapját képezi az egész életen át tartó mentális egészségnek.
- Felelősségteljes vezetőket és polgárokat nevel: az empátia olyan jövőbeli vezetőket formál, akik érzékenyen vezetnek, figyelembe véve közösségük igényeit. Emellett elősegíti az aktív polgári szerepvállalást, az egyének elkötelezettségét egy igazságosabb társadalom megteremtése iránt.

Ennek a készségnek a megnyilvánulása és fejlődése 6-10 éves korban

A 6–10 éves gyermekek egy kritikus fejlődési szakaszban vannak, amikor az empátia mind érzelmi, mind kognitív formában kezd kialakulni. 6–7 éves korukban a gyermekek alapvető megértést mutatnak mások érzései iránt, de továbbra is elsősorban a konkrét és látható érzelmekre koncentrálnak; például aggodalommal reagálnak, ha egy társuk sír, de nehezükre esik megérteni a finomabb érzelmi jeleket, és gyakran csak utánozzák a felnőttek vagy társaik által mutatott együttérző viselkedést. 8–9 éves korukban kezdik megérteni, hogy mások is lehetnek olyan érzéseik és élményeik, amelyek eltérnek a sajátjaiktól, és kialakul bennük az a képesség, hogy kevésbé nyilvánvaló jelekből, például a testbeszédből vagy a hangszínből következtessenek az érzelmekre, és elkezdhetnek őszinte kedvességet tanúsítani, például anélkül, hogy rájuk kérnék, vigasztalják egy barátjukat. 10 éves korukra a gyermekek fejlettebb empátiát mutatnak, amely magában foglalja mind az érzelmi, mind a kognitív elemeket; megértik a komplex érzelmi helyzeteket, például az egymással ütköző érzelmeket, és előre látják, hogy cselekedeteik hogyan hatnak másokra, tudatosan kerülve a sértő megjegyzéseket, mert megértik azok érzelmi hatását.

A osztályszint megállapításának megfigyelési paraméterei

1. szint: Ezen a szinten a gyermekek elkezdik megkülönböztetni saját érzelmeiket másokétól, és képesek reagálni a nyilvánvaló érzelmi jelekre (például sírásra vagy szomorúságra). Azonban mások helyébe képzelni való képességük látható és konkrét helyzetekre korlátozódik. Egyszerű empatikus viselkedési mintákat követnek, gondossággal és törődéssel reagálnak, amikor látják, hogy egy másik gyermek fájdalmat érez, de általában csak akkor reagálnak, ha a fájdalom nyilvánvaló.

2. szint: Ezen a szinten a gyermekek nagyobb képességet fejlesztenek ki mások „szemszögéből való nézésre”, azaz arra, hogy megértsék, hogy még nyilvánvaló érzelmi kifejezések nélkül is más embereknek lehetnek különböző érzelmeik, és külső tényezők befolyásolhatják őket. Ez az a szakasz, amikor elkezdik megérteni, hogy a cselekedetek befolyásolhatják mások érzelmeit, még olyan kontextusokban is, amelyeket nem lehet közvetlenül megfigyelni.

3. szint: 10 éves kor körül a gyermekek már érettebb formájú empátiát képesek tanúsítani, amely magában foglalja az érzelmi és a kognitív megértést is. Érzékelik mások érzelmeit, még akkor is, ha azok nem nyilvánulnak meg kifejezetten, és empatikus magatartást tanúsítanak, előre látva, hogy cselekedeteik hogyan befolyásolhatják mások érzelmeit. Ez az az életkor is, amikor a gyermekek elkezdik fejleszteni azt a képességüket, hogy érzelmileg támogassák másokat, tanácsot adjanak nekik vagy megoldásokat keressenek problémáikra.

Kapcsolat más készségekkel

- **Aktív hallgatás:** Az empátia javítja a mások valódi meghallgatásának és megértésének képességét, megteremtve ezzel az értelmes kommunikáció alapját.
- **Hatékony kommunikáció:** Az empatikus személyek olyan módon tudják kifejezni magukat, amely rezonál mások érzelmeivel és nézőpontjaival, elősegítve a világosságot és a kapcsolatot.
- **Együttműködés és csapatmunka:** Az empátia elősegíti a kölcsönös megértést, ami elengedhetetlen a hatékony csapatmunkához és az erős, együttműködő kapcsolatok kiépítéséhez.



- **Konfliktuskezelés:** Az empátikus megközelítés segít a konfliktusok megoldásában azáltal, hogy foglalkozik az alapvető érzelmi szükségletekkel és minden fél számára elfogadható megoldásokat talál.
- **Vezetés:** Az empátia lehetővé teszi a vezetők számára, hogy motiválják és inspirálják csapattagjaikat azáltal, hogy megértik azok érzelmeit és igényeit.
- **Alkalmazkodóképesség:** A különböző nézőpontok megértése lehetővé teszi az empátikus személyek számára, hogy könnyebben alkalmazkodjanak az új környezetekhez és kihívásokhoz.
- **Érzelmi intelligencia:** Az empátia az érzelmi intelligencia központi eleme, amely jobb önismeretet és interperszonális kapcsolatokat tesz lehetővé.
- **Tisztelet és befogadás:** Az empátia elősegíti a tisztelet és a befogadás légkörét azáltal, hogy értékeli mások tapasztalatait és nézőpontjait.

Didaktikai tippek tanároknak

Az empátia elősegítése érdekében a felnőttek a következőket tehetik:

- Szerepjátékok vagy történetmesélés révén ösztönözhetik a perspektívaátváltást.
- Megvitathatják azokat az erkölcsi dilemmákat, amelyek mások érzéseinek figyelembevételét igénylik.
- Lehetőséget biztosíthatnak a kooperatív tanulásra és a csoportos tevékenységekre.
- Folyamatosan mutassanak példát az empátikus viselkedésre.
- Használjon szerepjáték-forgatókönyveket, amelyekben a gyerekek különböző érzelmeket játszanak el, majd megbeszéljük az érzéseiket.
- Olvasson fel olyan történeteket, amelyek a szereplők érzelmeit hangsúlyozzák, majd kérje meg a diákokat, hogy vegyék figyelembe ezeket a perspektívákat.
- Ösztönözze a „érzelmi naplók” vezetését, amelyekben a diákok reflektálnak a napi interakciókra és azonosítják mások érzéseit.
- Dicsérje az empátikus reakciókat, és ismerje el, amikor a diákok támogatják egymást.
- Szervezzen kis csoportos tevékenységeket, amelyek elősegítik az együttműködést, a kölcsönös megértést és a figyelmes hallgatást.
- Hozzon létre egy „érzelmeik sarkát”, ahol a gyerekek biztonságosan kifejezhetik érzelmeiket és támogató visszajelzéseket kaphatnak.

5.9 Az emberek és a természet értékelése

A készség meghatározása

Az emberek és a természet értékelése az a készség, amelynek segítségével felismerjük az emberek és a természeti környezet belső értékét. Ez magában foglalja az emberi jólét és a bolygó egészségének összefüggéseinek megértését. Magában foglalja a fenntartható fejlődés fogalmának és eljárásainak megértését, amely elengedhetetlen a virágzó jövőhöz. Ez a készség elősegíti az ökoszisztémák tiszteltetését, a felelősségteljes erőforrás-használatot és az emberek és a természet közötti kiegyensúlyozott kapcsolatot, amelyek elengedhetetlenek a hosszú távú fenntarthatóság és a társadalmi jólét szempontjából. A tudatosságon túl az emberek és a természet értékelése felelősségvállalást és az értékek konkrét cselekvésekbe való átültetését igényli, amelyek ápolják és védik mind az emberiséget, mind a bolygót, biztosítva a fenntartható örökséget a jövő generációi számára.

A készség fontossága az egész életen át tartó jólét szempontjából

Az emberek és a természet értékelése a 21. század alapvető készsége, amely elengedhetetlen a fenntartható és méltányos jövő előmozdításához. Ez a készség felkészíti a felnőtteket a gyorsan változó, összekapcsolt világban való eligazodásra azáltal, hogy összehangolja a személyes jólétet a környezet egészségével.

Környezeti kontextusban:

- Elősegíti a fenntartható életmódot és a rezilienciát olyan kihívásokra adott válaszként, mint az éghajlatváltozás, az erőforrások kimerülése és a biológiai sokféleség csökkenése.
- Ösztönzi a környezetbarát szokásokat és támogatja a természeti erőforrásokat védő politikákat.

Társadalmi kontextusban:

- Erősíti az empátiát, a tiszteletet és a tartalmas kapcsolatokat, elősegítve a közösségi összetartást és az egyéni érzelmi jólétet.
- Fejleszti a felelős állampolgárságot és az etikus vezetést, inspirálva másokat arra, hogy fenntartható és etikus döntéseket hozzanak.

Szélesebb életkörülmények között:

- Javítja az alkalmazkodóképességet és az innovációt, lehetővé téve az egyének számára, hogy komplex problémákat kreatív módon és együttműködve oldjanak meg.
- Célérzetet ad, összehangolva a személyes cselekedeteket az értékekkel, hogy értelmes hozzájárulást nyújtsanak egy jobb világhoz.

Ennek a készségnek a tanításával a felnőttek proaktív gondnokként tudnak fellépni mind a közösségek, mind a környezet érdekében, ami elengedhetetlen a fenntartható és ellenálló jövő építéséhez.

Ennek a készségnek a megnyilvánulása és fejlesztése 6-10 éves korban

A 6–10 éves gyermekek ideális fejlődési szakaszban vannak ahhoz, hogy elsajátítsák az emberek és a természet értékelésének készségét. Irányított tanulás és tevékenységek segítségével haladhatnak előre a LifeComp szakaszaiban: tudatosság, megértés és cselekvés.

Tudatosság és kíváncsiság:

- A gyermekek kezdenek észrevenni a különbségeket és hasonlóságokat az emberek és a természeti világ között.
- Az olyan fogalmak, mint a kedvesség, a tisztesség és az élőlények iránti törődés, erősen rezonálnak bennük.

Megértés és tisztelet:

- A történetek, a szabadtéri felfedezések és a szerepjátékok segítenek a gyermekeknek megérteni mások és a természet tiszteletének fontosságát.
- Elkezdnek magukévá tenni a mások és a környezet iránti együttérzés értékét.

Cselekvés és felelősség:

- A gyakorlati tevékenységek, mint például az újrahasznosítás, a kertészkedés vagy az állatok gondozása, megtanítják a fenntarthatóságot és a felelősségvállalást.
- A gyerekek kezdenek megérteni viselkedésük hatását a világra, ami elősegíti a proaktív gondolkodásmód kialakulását.

Megfigyelési paraméterek az osztályszint megállapításához

A pedagógusok ezeket a paramétereket felhasználva értékelhetik, hogy a gyermekek hogyan alkalmazzák a készséget, amelyet három fejlődési szintre osztottak:

1. szint: Tudatosság és kíváncsiság: Érdeklődést mutat az emberekről és a természetről szóló beszélgetések iránt, de emlékeztetni kell arra, hogy tisztelje társait és a környezetet. Megértés és tisztelet: Alkalmanként kedvességet tanúsít, és útmutatásra szorul, hogy felismerje a természeti erőforrások értékét. Cselekvés és felelősség: Bátorításra szorul, hogy környezetbarát cselekvésekben vegyen részt, és ritkán kezdeményez ilyeneket önállóan.

2. szint: Tudatosság és kíváncsiság: Aktívan részt vesz a beszélgetésekben, egyre jobban megértve a cselekedetek és azok hatásai közötti összefüggéseket. Megértés és tisztelet: Fokozott empátiát és tiszteletet tanúsít osztálytársai és a természet iránt, gyakran kifejezve mások iránti aggodalmát. Cselekvés és felelősség: Kezd kezdeményezni egyszerű, fenntartható cselekvéseket, bár még mindig alkalmanként emlékeztetni kell rá.

3. szint: Tudatosság és kíváncsiság: Megfogalmazza az emberek és a természet értékelésének fontosságát, átgondolt betekintést nyújtva. Megértés és tisztelet: Folyamatosan empátiát és tiszteletet, befogadást és aggodalmat tanúsít a környezet iránt. Cselekvés és felelősség: Önállóan kezdeményez és vezet környezetbarát cselekvéseket, ösztönözve társait a részvételre.



Kapcsolatok más készségekkel

- **Csapatmunka és együttműködés:** Hatékonyan együttműködik másokkal, támogató hálózatokat épít és közös erőfeszítéseket tesz a közös célok elérése érdekében.
- **Kommunikációs készségek:** Ötleteit világosan kifejezi és aktívan hallgat, javítva a csapatmunkát és a megértést csoportos helyzetekben.
- **Empátia és együttérzés:** Megérti és megosztja mások érzéseit, érzelmi támogatást nyújt és bizalmat épít a kapcsolatokban.
- **Társaságiasság és kollegialitás:** Barátságos és professzionális módon viszonyul másokhoz, hozzájárulva a pozitív és támogató munkakörnyezethez.
- **Ésszerű döntéshozatal:** Logika és gondos mérlegelés alkalmazása a döntések meghozatalában, biztosítva, hogy a döntések átgondoltak és előnyösek legyenek.
- **Reflektív gondolkodás:** A tapasztalatok visszatekintése és azokból való tanulás, a jövőbeli döntéshozatali és problémamegoldó képességek fejlesztése.
- **Kreativitás:** Szabványokon túli gondolkodás és innovatív megoldások kidolgozása, új perspektívákkal segítve a kihívások kezelését.
- **Találékonyosság:** A rendelkezésre álló erőforrások hatékony kihasználása, a korlátokhoz való alkalmazkodás és az akadályok kreatív megoldásokkal való leküzdése.

Didaktikai tippek tanároknak

- **Érdeklődés felkeltése:** Mesemondás és természeti séták segítségével ösztönözze az emberek és a környezet iránti érdeklődést.
- **A felelősségvállalás elősegítése:** Adjon olyan feladatokat, mint az újrahasznosítás vagy az osztálytermi növények gondozása, hogy fejlessze a felelősségvállalást.
- **Ösztönözze a reflexiót:** Segítse elő a beszélgetéseket arról, hogy a cselekedeteink hogyan hatnak másokra és a bolygóra.
- **Viselkedési minta:** Mutasson példát a fenntartható szokásokra és az empátiára a mindennapi interakciókban.
- **Hozzon létre együttműködési projekteket:** ösztönözze a csoportos tevékenységeket, például a faültetést vagy a takarítási akciókat, hogy erősítse a csapatmunkát és az empátiát.
- **Ünnepelje az erőfeszítéseket:** ismerje el és jutalmazza a környezetbarát cselekedeteket, hogy megerősítse a pozitív viselkedést.

5.10 Összekapcsoltság

A készség meghatározása

A kapcsolódás az a képesség, hogy felismerjük és bekapcsolódjunk a tágabb közösségbe, mind helyi, mind globális szinten. Túlmutat a társaságiasságon és a kollégialitáson, magában foglalja a közös emberség és felelősség érzését. Ezt a kapcsolódást a kommunikáció, az utazás, a migráció, a kereskedelem és a politikai rendszerek révén kialakult kapcsolatok alakítják. Kognitív szinten a kapcsolódás magában foglalja a globális, regionális, nemzeti és helyi kérdések megértését, miközben felismeri a különböző országok és népességek egymástól való függőségét. Szocio-érzelmi szinten magában foglalja az empátiát, a szolidaritást és a sokszínűség tiszteletben tartását. Viselkedési szinten azt jelenti, hogy olyan cselekvéseket hajtunk végre, amelyek elősegítik a békét, a fenntarthatóságot és a társadalmi kohéziót, és olyan környezetet teremtenek, ahol az emberek törődnek egymással.

A készség fontossága az egész életen át tartó jólét szempontjából

A kapcsolódás elengedhetetlen ahhoz, hogy a felnőttek boldogulni tudjanak egy összekapcsolt világban. A globalizáció előrehaladtával azok az egyének, akik értékelik a kapcsolódást, jobban fel vannak szerelve ahhoz, hogy hozzájáruljanak a társadalmi harmóniához, a fenntarthatósághoz és az etikus vezetéshez. A legfontosabb előnyök a következők:

- A fenntarthatóság előmozdítása: Azok a felnőttek, akik felismerik összekapcsoltságukat, fenntartható döntésekkel reagálnak a globális kihívásokra, például az éghajlatváltozásra, és ezzel hozzájárulnak a közösségek és a bolygó ellenálló képességének biztosításához.
- A társadalmi kötelek erősítése: A kapcsolódás javítja az érzelmi intelligenciát, lehetővé téve az egyének számára, hogy erős kapcsolatokat alakítsanak ki, ami mind saját mentális egészségükre, mind mások jólétére jótékony hatással van.
- A felelős polgári magatartás ösztönzése: Az összekapcsoltság érzésével rendelkező felnőttek olyan döntéseket hoznak, amelyek elősegítik a méltányosságot és a fenntarthatóságot, példamutatásukkal pedig egy kollektív, jobb jövő megteremtéséhez vezetnek.
- Az alkalmazkodóképesség és a problémamegoldás elősegítése: A globális kérdések összekapcsoltságának megértése felvértezi az egyéneket a komplex kihívások kreativitással és kritikus gondolkodással való kezeléséhez szükséges készségekkel.
- Cél és teljesülés biztosítása: Azok, akik egy nagyobb közösséghez kapcsolódnak, mélyebb értelmet találnak cselekedeteikben, összhangba hozva azokat a személyes teljesüléshez hozzájáruló értékekkel.

Ezen készség megnyilvánulása és fejlődése 6-10 éves korban

A 6-10 éves korosztály ideális szakaszban van az összekapcsoltság fejlesztéséhez. Gyakorlati tapasztalatok és útmutatások segítségével kialakíthatják az összekapcsoltságot tükröző tudatosságot, megértést és viselkedést:

- Tudatosság és kíváncsiság: A gyermekek kezdenek észrevenni a különbségeket az emberek, a kultúrák és a környezet között. Megértik a méltányosságot, a kedvességet és a mások és a természet iránti felelősség fogalmát.

- A tisztelet fejlesztése: Szerepjátékok és csoportmunka segítségével a gyermekek megtanulják tisztelni mások érzéseit, hátterét és a környezetet. Ez a tisztelet gyakran olyan cselekedetekben nyilvánul meg, mint a megosztás és a segítségnyújtás.
- Felelősségvállalás: A gyermekek apró dolgokban gyakorolják a felelősségvállalást, például a hulladék újrahasznosításában vagy a háziállatok és növények gondozásában. Ezek a cselekedetek ápolják a közösségük és a környezet iránti kötelelesség tudatukat.

Megfigyelési paraméterek az osztályszint megállapításához

1. szint: A gyermekek érdeklődést mutathatnak az emberek és a környezet iránt, de ösztönzésre van szükségük, hogy elgondolkodjanak a saját hatásukról. Útmutatásra van szükségük, hogy kedvességet és felelősségvállalást mutassanak, például az újrahasznosításban való segítség vagy az osztálytermi növények gondozása révén.

2. szint: A gyermekek aktívan foglalkoznak globális és környezeti kérdésekkel, és empátiát tanúsítanak. Kezdenek kezdeményezni a fenntarthatósági tevékenységekben, például a szelektív hulladékgyűjtésben és az osztály háziállatainak gondozásában, bár néha emlékeztetni kell őket.

3. szint: A gyermekek kifejezik, hogy fontos az emberek és a természet megbecsülése. Folyamatosan empátiát és felelősségérzetet tanúsítanak, önállóan kezdeményeznek környezetbarát tevékenységeket és javasolnak közösségi fejlesztési projekteket.

Kapcsolatok más készségekkel

- Csapatmunka és együttműködés: Együttműködés a problémák megoldása és a közös célok elérése érdekében.
- Empátia és együttérzés: Mások érzéseinek és jólétének megértése és törődés velük.
- Kommunikációs készségek: Az ötletek hatékony megosztása és kapcsolatok építése.
- Ésszerű döntéshozatal: Megértésen és elemzésen alapuló, tájékozott döntések meghozatala.
- Reflektív gondolkodás: Tapasztalatok elemzése a jövőbeli cselekvések javítása érdekében.
- Kreativitás: Innovatív megoldások keresése a globális kontextusban felmerülő kihívásokra.

Didaktikai tippek tanároknak

- A globális tudatosság előmozdítása: Használjon könyveket, videókat és beszélgetéseket, amelyek különböző kultúrákat, globális kérdéseket és környezeti kihívásokat mutatnak be.
- Ösztönözze az empátiát: Teremtsen lehetőségeket a gyermekek számára, hogy csoportmunkán, beszélgetéseken és mások segítségével gyakorolják az empátiát.
- Beépítsen fenntarthatósági tevékenységeket: vonja be a diákokat korosztályuknak megfelelő környezetvédelmi tevékenységekbe, például újrahasznosításba, faültetésbe vagy közösségi szolgálati projektekbe.
- Mutassuk meg a kapcsolódást: A tanárok empátiát, a sokszínűség tiszteletét és felelősségvállalást mutathatnak cselekedeteikkel, példaként szolgálva a diákok számára.
- Ösztönözze a reflexiót: Használjon naplót vagy osztálybeszélgetéseket, hogy segítsen a diákoknak reflektálni arra, hogy cselekedeteik hogyan hatnak másokra és a környezetre.

6. AZ ÉLETKOR

Ez a kézikönyv célja, hogy segítse a tanárokat a legmegfelelőbb tevékenységek kiválasztásában, amelyek támogatják a 10 kiválasztott átfogó kompetencia fejlesztését a tanulóiban. A javasolandó tevékenység kiválasztásakor elengedhetetlen, hogy a tanárok először gondosan megfigyeljék a tanulókat, hogy megértsék azok jelenlegi kognitív, érzelmi és motoros fejlettségi szintjét.

Mivel minden gyermeknek megvan a saját fejlődési üteme és egyedi kiindulási pontja, a tanároknak olyan tevékenységeket kell választaniuk, amelyek megfelelnek a gyermekek igényeinek és képességeinek. A gondos megfigyelés – amely minden tanár alapvető készsége – kulcsfontosságú ezeknek a döntéseknek a meghozatalában. Ha a tanárok megértik, hogy az egyes gyermekek hogyan állnak a tanuláshoz, hogyan viszonyulnak másokhoz és hogyan reagálnak a különböző típusú kihívásokra, akkor olyan tevékenységeket választhatnak, amelyek minden tanuló számára megfelelő szintű ösztönzést és támogatást nyújtanak.

Mint már láttuk, a legmegfelelőbb tevékenységek kiválasztásának megkönnyítése érdekében az egyes soft skill-ek leírásában néhány leíró paraméter található, amelyek segítségével megérthető, hogyan alakul az adott kompetencia az idő múlásával a vizsgált korcsoportban. Ezeket a kompetenciaszinteket általános névvel illettük: 1. szint, 2. szint, 3. szint.

Ehelyett a kézikönyv ebben a részében egy rövid összefoglalót szeretnénk nyújtani a tanároknak, amely segít nekik a tanulók megfigyelésében a fejlődés három fő szintjén: a kognitív, az érzelmi és a fizikai/motoros fejlődésen. A gyermekek pszicho-érzelmi fejlődésének átfogó elemzése helyett inkább néhány fontos fejlődési elméletből merített elméleti és megfigyelési elemeket szeretnénk itt bemutatni. Hasznosnak tartjuk továbbá, hogy az elméleteket és megfigyelési elemeket kiegészítsük az idegtudomány legújabb felfedezéseivel, hogy még jobban megértsük az egyes fejlődési szakaszok strukturális korlátait és lehetőségeit. A következő bekezdésekben ezért rövid összefoglalásokat találunk a 6 és 10 év közötti fejlődési mérföldkövekről.

6.1 Kognitív fejlődés

6 és 10 éves kor között a gyermekek kognitív képességei jelentősen bővülnek, és egyre nagyobb függetlenséget, kíváncsiságot és logikai gondolkodást mutatnak.

Logikai gondolkodás és konkrét műveletek (Piaget)

- 6 éves kor előtt (preoperációs szakasz, 2–7 év):
A gondolkodás nagyrészt egocentrikus és szimbolikus. A gyermekek szimbólumokat használnak a játékban, de nem képesek megérteni a logikai elveket, mint például a mennyiség megmaradását.
- 6–10 éves kor (konkrét műveletek, 7–11 év):
A gyermekek elkezdik logikusan gondolkodni a konkrét tárgyakról és eseményekről. Megértik az egyszerű ok-okozati összefüggéseket, képesek osztályozni és rendezni a tárgyakat, valamint megértik a visszafordíthatóságot és a megmaradást.
- 10 éves kor után (formális műveletek, körülbelül 12 éves kortól):

A gyermekek átmennek az absztrakt gondolkodásba, hipotéziseket fogalmaznak meg, a konkrétumokon túlmutatóan érvelnek, és fejlettebb kritikai gondolkodási képességeket fejlesztenek ki.

Memória és tanulás

- **Munkamemória:**
6 éves kor körül a gyermekek képesek egymást követő utasításokat megjegyezni. 10 éves korukra már több információt is egyszerre tudnak kezelni, ami segít nekik olyan feladatok megoldásában, mint a több lépésből álló matematikai feladatok.
- **Hosszú távú memória:**
6 éves kortól a memória szervezettebbé válik, lehetővé téve az események és a tanult fogalmak felidézését. 10 éves korukra könnyedén megőrzik az iskolai ismereteket hetek vagy hónapokig.
- **Mnemonikus stratégiák:**
Kezdetben az információk megjegyzéséhez ismétlést használnak. 9–10 éves korukra a gyerekek olyan stratégiákat alkalmaznak, mint a mentális képek vagy a kategorizálás, hogy javítsák az emlékezésüket.

Figyelem és gátló kontroll

6 és 10 éves kor között a gyermekek egyre jobban képesek hosszabb ideig koncentrálni, figyelmen kívül hagyni a zavaró tényezőket és gátolni az impulzív reakciókat. Ez elősegíti a célorientált viselkedést és a tanulmányi feladatok elvégzését.

Nyelv és reflektív gondolkodás (Vygotsky)

- **Szókincs és absztrakt fogalmak:**
A szókincs gyorsan bővül, több technikai és absztrakt kifejezést is magában foglalva. 8 éves korukra a gyerekek megértik az empátia és az igazságosság fogalmát.
- **Szintaxis és nyelvtan:**
6 és 10 éves kor között a gyermekek elsajátítják a bonyolultabb nyelvtani szerkezeteket, így hosszabb, koherensebb mondatokat és narratívákat alkotnak.
- **Az egocentrikus gondolkodástól a reflektív gondolkodásig:**
8–9 éves koruk körül a gyerekek felismerik mások perspektíváját, ami elősegíti az empátia kialakulását. 9–10 éves korukra már önállóan kijavítják nyelvi hibáikat és kialakítják véleményüket, ami elősegíti a kritikus gondolkodás fejlődését.

Problémamegoldás és önszabályozás

- **Tervezés és stratégia (6–7 éves kor):**
A gyermekek megkezdik az alapvető tervezést, gyakran próbára-hiba módszerrel.
- **Kognitív rugalmasság (7–8 éves kor):**
Könnyebben alkalmazkodnak a változó szabályokhoz vagy váratlan helyzetekhez.
- **Problémaelemzés (8-9 éves kor):**
A feladatokat lépésekre bontják, hatékonyan használják a segítséget, és szisztematikusabban gondolkodnak.
- **Érzelmi önszabályozás (9-10 év):**

A gyermekek nyugodtabbak maradnak, amikor nehézségekkel szembesülnek, alternatív megoldásokat fontolgatnak és önmagukat figyelik a haladásuk során.

- Kitartás és rugalmasság (9-10 év):

Hosszabb ideig kitartanak, megértik, hogy az erőfeszítés sikerhez vezet, és jobban együttműködnek társaikkal a problémák megoldása érdekében.

6.2 Érzelmi fejlődés

A szociális-érzelmi készségek 6 és 10 év között jelentősen fejlődnek, ami befolyásolja, hogy a gyermekek hogyan értik és szabályozzák az érzelmeiket, hogyan építenek kapcsolatokat és hogyan reagálnak másokra.

Az érzelmek megértése

- 6-7 éves korukra a gyermekek felismerik saját és mások alapvető érzelmeit.
- 8-9 éves korukra már a bonyolultabb érzelmeket és azok mögöttes okait is megkülönböztetik.
- 9-10 éves korukra empátiát tanúsítanak, megjósolják mások érzéseit, és viselkedésüket is ehhez igazítják.

Érzelmi kontroll és önszabályozás

- Ebben az időszakban a gyermekek az érzelmeiket felnőttek segítségével kezelik.
- 8 éves korukra alapvető stratégiákat alkalmaznak (számolás, a pozitívumokra való koncentrálás).
- 9-10 éves korukra érzelmileg felkészülnek a kihívásokkal teli helyzetekre, és önállóan szabályozzák magukat.

Az önbecsülés építése

- 6-7 éves korukban a gyermekek nagymértékben támaszkodnak a felnőttek elismerésére.
- 8-9 éves korukra már összehasonlítják magukat társaikkal, ami kiegyensúlyozottabb önértékeléshez vezet.
- 9-10 éves korukra az önbecsülésük stabilabbá válik, a gyerekek személyes normákat állítanak fel és erőfeszítéseikkel fejlődnek.

A társadalmi kapcsolatok bővítése

- A barátságok jelentősebbé válnak, és olyan közös értékeken alapulnak, mint a bizalom és az őszinteség.
- 8 éves korukra a gyerekek nemcsak a közös tevékenységek, hanem a megbízhatóság alapján is választanak barátokat.
- 9-10 éves korukra érettebben kezelik a konfliktusokat, meghallgatják másokat, és nagyra értékelik a mélyebb kapcsolatokat.

Konfliktuskezelés és szociális készségek

- A fiatalabb gyermekek még mindig a felnőttektől függnek a konfliktusok megoldásában.
- 8 éves korukra már kompromisszumokat javasolnak.



- 9-10 éves korukra már önállóan tudják megoldani a vitákat, néha közvetítenek a társaik között.

Társadalmi felelősség

- Kezdetben a gyerekek csak egyszerű szabályokat követnek.
- 8-9 éves korukra már csoportokban dolgoznak együtt, és szerepeket vállalnak a közös célok elérése érdekében.
- 9-10 éves korukra megértik a közösségre gyakorolt hatásukat, és tiszteletben tartják a tágabb társadalmi normákat.

Társadalmi önismeret

- 6-7 éves korukban a gyerekek észreveszik, hogyan reagálnak rájuk mások.
- 8 éves korukra már reflektálnak társadalmi szerepükre, és alkalmazkodnak ahhoz, hogy beilleszkedjenek.
- 9-10 éves korukra jobban odafigyelnek arra, hogy mások hogyan látják őket, és ez befolyásolja társadalmi viselkedésüket, hogy elfogadásra és tiszteletre tegyenek szert.

6.3 Fizikai fejlődés

A fizikai növekedés és a motorikus képességek fejlődése ebben a korban támogatja a kognitív, érzelmi és kapcsolati fejlődést.

Főbb szakaszok

- Testnövekedés: A magasság és a testsúly folyamatos növekedése; javuló arányok.
- Finom motorikus képességek: Jobb pontosság írásban, rajzolásban és eszközhasználatban.
- Durva motorikus képességek: jobb koordináció, erő, egyensúly és olyan képességek, mint a futás vagy az ugrás.
- Testkontroll: jobb térérzékelés, ami lehetővé teszi a sportolást és a csapatjátékokban való részvételt.

Hatása más területekre

- Érzelmi: A fizikai feladatokban elért siker növeli az önbecsülést; a testmozgás segít a stressz kezelésében.
- Kapcsolatok: A csapatsportok ösztönzik az együttműködést, az empátiát és a társadalmi integrációt.
- Kognitív: A koordinációt és tervezést igénylő tevékenységek javítják a memóriát, a figyelmet és a problémamegoldó képességeket, erősítve az elme és a test közötti kapcsolatot.

6.4 Az idegtudomány szemszögéből

6 és 10 éves kor között a gyermekek agya mélyreható és fontos változásokon megy keresztül. Az alábbiakban felsoroljuk azokat az alapvető elemeket, amelyeket szem előtt kell tartani a transzverzális készségek fejlesztéséhez hasznos oktatási tevékenységek kidolgozásához.

A prefrontális kéreg érése

A prefrontális kéreg az agy egyik utolsó érettségét elérő területe, amely elengedhetetlen a tervezés, az érzelmek kontrollja, a viselkedés szabályozása és a stratégiai gondolkodáshoz szükséges végrehajtó funkciókhoz. 6 és 10 éves kor között a prefrontális kéreg erősebb kapcsolatokat alakít ki az agy más területeivel, ami jelentős fejlődést tesz lehetővé a következő területeken:

- Cselekvés tervezése.
- Az impulzusok kontrollja és az érzelmek szabályozása.
- A hibák figyelemmel kísérése és kijavítása.
- Rugalmas alkalmazkodás új helyzetekhez (kognitív rugalmasság).

A limbikus rendszer fejlődése

A limbikus rendszer, amely magában foglalja az amygdalát (az érzelmek feldolgozásában részt vevő agyi struktúrát), gyermekkorban rendkívül aktív. Az érzelmek szabályozása javul a prefrontális kéreg és a limbikus rendszer közötti kapcsolatok növekedésének köszönhetően.

A 6 és 10 év közötti korban megfigyelt hatások:

- Jobb képesség a saját és mások érzelmeinek felismerésére és megértésére.
- Fejlődés a frusztráció és az érzelmi stressz kezelésében.
- Racionálisabb reakcióképesség stresszes vagy konfliktusos helyzetekben.

Az idegsejtek közötti kapcsolatok erősödése

Ebben a korcsoportban az idegsejtek közötti kapcsolatok hatékonysága nő a mielinizáció és a gyakran használt szinapszisok erősödése (szinaptikus pruning) révén. Ezek a változások elősegítik:

- Az új készségek gyorsabb és mélyebb elsajátítását.
- A komplex problémák megoldásához szükséges munkamemória fejlődését.
- A problémák szisztematikus elemzésének képességét.

A parietális rendszer aktiválása

A térbeli reprezentációban és a logikai problémák megoldásában részt vevő parietális rendszer egyre szorosabban együttműködik a prefrontális kéreggel.

Ez támogatja

- A komplex problémák kezelhető lépésekre bontásának képessége.
- A numerikus kapcsolatok és az absztrakt matematikai fogalmak megértését.

Tapasztalatok és az agy plaszticitása által közvetített tanulás

A 6 és 10 év közötti agy rendkívül plasztikus, vagyis képes alkalmazkodni az új élményekhez és környezetekhez. A társadalmi és iskolai élmények közvetlenül befolyásolják az idegkapcsolatok fejlődését, megerősítve olyan készségeket, mint:

- Csoportokban való együttműködési képesség.
- Az érzelmek kontrollálása konfliktushelyzetekben.
- Az önhatékonyság és a reziliencia fejlesztése.



Motivációs körök

A dopamin körrel kapcsolatos jutalmazási rendszer aktívan részt vesz a pozitív élményekkel kapcsolatos viselkedésmódok megerősítésében. A 6 és 10 év közötti gyermekeknél a pozitív visszajelzések (tanároktól vagy szülőktől) és a kis célok elérése aktiválja ezeket a köröket, motiválva őket a tanulásra és a kitartásra.

Kognitív rugalmasság és a hippocampus szerepe

A memóriához és a tanuláshoz elengedhetetlen hippocampus ebben a szakaszban tovább fejlődik. Hozzájárul a kognitív rugalmassághoz, lehetővé téve a gyermekek számára, hogy:

- Módosítsák a tanulási vagy problémamegoldási stratégiákat.
- A múltbeli tapasztalatok felhasználása új problémák megoldásához.



7. HOGYAN FEJLESSZÜNK TRANSZVERZÁLIS KÉPESSÉGEKET

Az általános iskolákban a transzverzális készségek tanítása elengedhetetlen ahhoz, hogy a gyermekek olyan szociális és érzelmi kompetenciákat fejlesszenek ki, amelyek egész életükben hasznukra válnak. A transzverzális készségek tanítása azonban természetesen eltér a tantervi tantárgyak tanításától: a transzverzális készségek fejlesztése magában foglalja a kompetencia megértését (megfigyelését és megnevezését) és a funkcionális viselkedési szokások kialakítását. A hatékony tanulási élmény biztosítása érdekében a tanárok Kolb tanulási ciklusát felhasználva strukturálhatják megközelítésüket, amely négy kulcsfontosságú szakaszból áll: konkrét tapasztalat, reflektív megfigyelés, absztrakt fogalmi megközelítés és aktív kísérletezés. Minden szakasz döntő szerepet játszik a fiatal tanulók viselkedési kompetenciáinak fejlesztésében, és a tanulási folyamat különböző szakaszaiban alkalmazható: mindenestre úgy véljük, hogy a transzverzális készségek teljes körű elsajátításához minden szakaszt fel kell használni.



Konkrét tapasztalat

Ez a szakasz magában foglalja a gyermekek bevonását olyan tevékenységekbe, ahol első kézből tapasztalhatják meg a transzverzális készségeket. Mivel a fiatal tanulók a közvetlen részvétel révén tanulnak a legjobban, a tanároknak olyan gyakorlati helyzeteket kell teremteniük, amelyek ösztönzik a csapatmunkát, az empátiát, a problémamegoldást és a rugalmasságot. Az olyan tevékenységek, mint a szerepjátékok, a kollaboratív játékok és a történetmesélési gyakorlatok, olyan értelmes élményeket nyújthatnak, ahol a tanulók természetesen találkoznak olyan kihívásokkal, amelyek leküzdéséhez soft skill-ek szükségesek. Például a csapatmunka és a problémamegoldás elősegítése érdekében a tanár javasolhat egy gyakorlati csoportos feladatot, ahol a tanulóknak korlátozott anyagok felhasználásával kell együttműködniük egy közös cél elérése érdekében.

Ez a fajta együttműködési kihívás ösztönzi a kommunikációt, a tárgyalást és a közös döntéshozatalt. Hasonlóképpen, az empátia fejlesztése érdekében a diákokat arra lehet ösztönözni, hogy elképzeljék és megbeszéljék, hogyan érezhetnek mások különböző helyzetekben, ösztönözve ezzel a perspektívaváltást és az érzelmi tudatosságot.

Reflektív megfigyelés

A tevékenységben való részvétel után a gyerekeknek reflektálniuk kell a történetekre. Ebben a szakaszban a tanároknak olyan kérdésekkel kell irányítaniuk a diákokat, hogy megvitassák tapasztalataikat: *Hogyan érezted magad a tevékenység során? Mi működött jól? Mi volt nehéz?* Ez a folyamat segít a diákoknak felismerni viselkedésük és érzelmeik hatását

viselkedésük és érzelmeik hatását, elősegítve az önismeretet és az interperszonális dinamikák mélyebb megértését. A tanárok csoportos beszélgetéseket, rajzolósi gyakorlatokat vagy személyes történetmesélést alkalmazhatnak, hogy segítsék a diákokat tapasztalataik feldolgozásában a fejlődési szintjüknek megfelelő módon.

A közös csoportos feladat után a tanár reflexiót kezdeményezhet, és megkérheti a diákokat, hogy osszák meg, milyen stratégiákat alkalmaztak az együttműködés során, hogyan érezték magukat a nézeteltérések pillanataiban, és mit tehetnének másképp legközelebb. A fiatalabb diákok támogatására a tanárok egyszerű vizuális eszközöket is bevezethetnek, amelyekkel a diákok jelölőkkel jelzik, hogyan érezték magukat a különböző pillanatokban, segítve őket az érzelmek és a konkrét élmények összekapcsolásában.

Absztrakt fogalmálás

Miután a diákok reflektáltak tapasztalataikra, ezeket a betekintéseket össze kell kapcsolniuk a transzverzális készségek tágabb fogalmaival és elveivel. Ebben a szakaszban a tanároknak strukturált magyarázatokat, modelleket és valós példákat kell bemutatniuk a megértés elmélyítése érdekében. Például, ha egy gyermeknek nehézségei voltak a csapatmunkával, a tanár elmagyarázhatja a kommunikációs és hallgatási készségek fontosságát, és ezt egy kapcsolódó történettel vagy egy egyszerű diagrammal illusztrálhatja. Ez a lépés biztosítja, hogy a diákok ne csak felismerjék a soft skill-eket a gyakorlatban, hanem megértsék azok értékét a mindennapi életben is. A tanárok ezeket a reflexiókat egy vizuális osztálytáblázat létrehozásával konszolidálhatják, amelybe a diákok ötleteket gyűjtenek arról, mi segít a jó csapatmunkában, a kommunikációban és az empátiában. Személyes tapasztalataik összekapcsolása tágabb elvekkel segít a gyerekeknek felismerni a különböző helyzetekben fellelhető mintákat, és olyan stratégiákat kidolgozni, amelyeket a jövőben alkalmazhatnak. Ennek a folyamatnak a további támogatásához fontos a soft skill-ekkel kapcsolatos kulcsfogalmak megnevezése – például a problémamegoldás lépéseinek kifejezett megnevezése (a probléma azonosítása, lehetséges megoldások ötletelése, a lehetőségek értékelése, a megoldás kiválasztása és az eredmény felülvizsgálata). Ez a gyakorlat segít a diákoknak egy világos, közös nyelv kialakításában, amellyel leírhatják az általuk használt készségeket, így azok minden helyzetben jobban elsajátíthatók.

Aktív kísérletezés

Az utolsó szakaszban az újonnan tanult fogalmakat különböző helyzetekben kell alkalmazni. A tanároknak lehetőséget kell teremteniük a diákok számára, hogy a valós osztálytermi interakciók során gyakorolhassák a transzverzális készségeket. Csoportos projektek, kortárs mentorálás vagy osztálytermi feladatok biztosíthatnak teret a diákoknak, hogy kipróbálják és finomítsák interperszonális készségeiket. Ha a diákokat arra ösztönzik, hogy kis célokat tűzzenek ki maguk elé, például hogy többet osszanak meg osztálytársaikkal vagy nyugodtan oldják meg a konfliktusokat, az segít nekik beépíteni a

soft skill-eket mindennapi viselkedésükbe. A tanárok például kis csoportos feladatokat vagy rotációs osztálytermi feladatokat adhatnak a diákoknak, amelyek során együtt kell dolgozniuk és csapatként kell döntéseket hozniuk. A rendszeres ellenőrzések segíthetnek a diákoknak reflektálni az előrehaladásukra és azonosítani, mi segít nekik hatékonyabban együttműködni. Konfliktusok esetén a diákokat strukturált beszélgetési útmutatásokkal lehet támogatni, amelyek konstruktív módon segítik őket a nézeteltérések megoldásában.

Kolb tanulási ciklusát követve a tanárok biztosíthatják, hogy a diákok hatékonyan tapasztalják meg, reflektáljanak, megértsék és alkalmazzák a transzverzális készségeket. Ez a strukturált megközelítés lehetővé teszi a gyermekek számára, hogy természetes és vonzó módon fejlesszék a kritikus viselkedési kompetenciákat, elősegítve a szociális-érzelmi fejlődést, amely egész életükben hasznukra válik.



8. KÖVETKEZTETÉS

A SPIRIT projekt nem csak a gyermekek tanításáról szól, hanem arról is, hogy a tanárok a diákjaikkal együtt fejlődhessenek. A transzverzális készségek fejlesztésének útja rendkívül kifizetődő, lehetőséget kínálva a személyes kiteljesedésre és a szakmai kiválóságra.

Ez a kézikönyv átfogóan bemutatja, miért és hogyan kell fejleszteni a transzverzális készségeket az általános iskolás gyermekeknél, megközelítést mind tudományos bizonyítékokra, mind gyakorlati stratégiákra alapozva. A SPIRIT keretrendszeren keresztül nemcsak a kulcsfontosságú transzverzális készségek – az érzelmi tudatosságtól, az érzelmek szabályozásán és a kommunikáción át a rezilienciáig, a kritikus gondolkodástól az empátiáig – fejlesztésének fontosságát emeltük ki, hanem azt is, hogy ezek a kompetenciák hogyan kapcsolódnak egymáshoz és hogyan fejlődnek a gyermekek kognitív, érzelmi és fizikai fejlődésének tágabb kontextusában.

Hangsúlyoztuk azt is, hogy a transzverzális készségek nem izoláltan fejlődnek. Értelmes élmények, játékos felfedezések, valamint a gyermekek társaikkal, tanáraikkal és a körülöttük lévő világgal kialakított kapcsolataik révén alakulnak ki és erősödnek. A gyermekek fejlődési szakaszait megértve és az idegtudományokból származó ismereteket alkalmazva a tanárok olyan tevékenységeket tervezhetnek, amelyek egyszerre vonzóak és a fejlődésnek megfelelőek, elősegítve a kíváncsiságot, az együttműködést és a személyes növekedést.

Ennek a megközelítésnek a középpontjában a tanár áll – nem csupán a tevékenységek facilitátoraként, hanem az egész életen át tartó tanulás mintaképeként. A tanár önismerete központi szerepet játszik: saját érzelmeik, előítéleteik és erősségeik megértése révén a tanárok olyan tanulási környezetet teremthetnek, ahol az empátia, a tisztelet és a kíváncsiság virágzik.

Tágabb értelemben véve a mai gyermekek transzverzális készségeinek fejlesztése azt jelenti, hogy nemcsak az iskolai sikerre készítjük fel őket, hanem arra is, hogy magabiztosan, alkalmazkodóképességgel és rugalmassággal szembenézzenek a gyorsan változó világ kihívásaival. Ezek a kompetenciák alapvetőek jövőbeli jólétükhöz, segítenek nekik kialakítani az érzelmi egyensúlyt, a kritikus gondolkodást és az együttműködési szemléletet, amelyekre felnőtteként szükségük lesz ahhoz, hogy személyes és szakmai életükben is boldoguljanak.

Meghívjuk Önt, mint tanárt, hogy csatlakozzon ehhez az önfelfedezés és növekedés útjához. A SPIRIT keretrendszer aktív alkalmazásával nemcsak tanítási képességeit fejleszti, hanem saját életét is gazdagítja. Ne feledje, hogy az osztályterem nem csak a gyermekek tanulási helye – hanem egy közös környezet, ahol mindenki, beleértve a tanárt is, fejlődik.

Ahogy halad előre ezen az úton, fontolja meg, milyen értékes lehet kapcsolatba lépni más oktatókkal, akik elkötelezettek a transzverzális készségek fejlesztése mellett. A tapasztalatok megosztása, a sikerek ünneplése és az egymás támogatása felerősítheti a SPIRIT keretrendszer átalakító erejét, és olyan gyakorlati közösséget hozhat létre, ahol virágoznak az innovatív ötletek és a reflektív gyakorlatok.

A SPIRIT modellben a tanár nem csupán a tudás közvetítője, hanem azoknak az értékeknek és kompetenciáknak az élő megtestesítője, amelyeket tanítványainkba szeretnénk beléjük csepegtetni. Ha magáévá teszi ezt a „tudás” és „lét” kettős szerepet, akkor a keretrendszer középpontjává válik – útmutatóvá, példaképpé és egész életen át tanulóvá.



Legyen ez az út inspiráció forrása mind a diákjaid, mind pedig számodra. Együtt olyan osztálytermeket hozhatunk létre, amelyek nem csupán a tanulás helyszínei, hanem a növekedés, a kapcsolatok és az átalakulás terepei is – felkészítve a gyerekeket arra, hogy boldoguljanak az életben és egy olyan világban, amely gyorsabban változik, mint valaha.

9. HIVATKOZÁSOK

1. Európai Bizottság (2020). *LifeComp: Az európai keretrendszer a személyes, szociális és tanulási kulcskompetenciákra vonatkozóan*. Az Európai Unió Kiadványirodája. Forrás: <https://publications.jrc.ec.europa.eu>
2. Akadémiai, társadalmi és érzelmi tanulásért együttműködés (CASEL) (2020). *Mi az SEL?* Forrás: <https://casel.org>
3. UNICEF (2019). *Átadható készségek globális keretrendszere*. UNICEF. Forrás: <https://www.unicef.org/media/64751/file/global-framework-on-transferable-skills-2019.pdf>
4. Hanover Research (2018). *A soft skill-ek beépítése a K-12 tantervbe*. Forrás: <https://www.hanoverresearch.com> [12.12.2025]
5. Oktatástudományi Intézet (2020). *Milyen stratégiákat alkalmaznak az iskolák a soft skill-ek előmozdítására, és hogyan kapcsolódnak ezek a készségek a későbbi foglalkoztatáshoz és sikerhez?* Forrás: <https://ies.ed.gov> [2025.12.12.]
6. Studies Weekly (2021). *A soft skill-ek tanításának fontossága az általános iskolákban*. Forrás: <https://www.studiesweekly.com/soft-skills/> [2025.12.12.]
7. Brandi, U., Hodge, S., Hoggan-Kloubert, T., Knight, E. & Milana, M. (2023). Az európai készségek éve 2023: készségek a jelenre és a jövőre? *International Journal of Lifelong Education*, 42(3), 225-230. <https://doi.org/10.1080/02601370.2023.2212424>
8. Care, E. & Luo, R. (2016). *Transzverzális kompetenciák értékelése*. UNESCO <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000246590> [26.11.2025]
9. Európai Bizottság (2022). *Technológiai változások és társadalom*. Európai Unió, Kutatási és Innovációs Főigazgatóság. https://research-and-innovation.ec.europa.eu/document/download/fb7aa437-875b-4e92-bf99-d5ab17cde8cf_en?filename=ec_rtd_quarterly-ri-review_042021.pdf [24.11.2025.]
10. Európai Bizottság (2020). ESCO <https://esco.ec.europa.eu/en> [26.11.2025.]
11. Európai Képzési Alapítvány (2020). *Készségigény-elemzés*. <https://www.etf.europa.eu/en/what-we-do/skills-demands-analysis> [2025.11.26.]
12. Európai Unió (2023). *Az európai készségek éve*. https://year-of-skills.europa.eu/index_en [2025.11.26.]
13. Kotsiou, A., Fajardo-Tovar, D. D., Cowhitt, T., Major, L. & Wegerif, R. (2022). A jövőbeli készségek keretrendszereinek áttekintése. *Irish Educational Studies*, 41. évf., 1. sz., 171–186. <https://doi.org/10.1080/03323315.2021.2022522>
14. Miller, R. (szerk.) (2018). *A jövő átalakítása. Előrejelzés a 21. században*. UNESCO – Routledge. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000264644> [2025.11.11.]

15. Pérez, Reyna Elizabeth Rodríguez – González, Liliana Meza (szerk., 2024). *Technológiai változások és munkaerőpiacok: termelékenység, munkahelyi polarizáció és egyenlőtlenség*. Routledge.
16. Sala, A. & Cabrera Giraldez, M. (2022). *LifeComp. Európai kompetenciakeret a bizonytalan világunkban való jobb életért*. Az Európai Unió Kiadóhivatala.
<https://data.europa.eu/doi/10.2760/491876>
17. Tódor, I. , Lehmann, M., Dőri, T. & Kulman, K. (2025). *Transzverzális készségek fejlesztése az általános iskolai oktatásban: összehasonlító nemzetközi tanulmány*. PedActa, 15(1), 1-15.
<https://doi.org/10.24193/PedActa.15.1.1>
18. UNESCO (2019). *Jövőbeli írástudás: alapvető kompetencia a 21. században*.
<https://en.unesco.org/futuresliteracy/about> [26.11.2025.]
19. UNESCO (2020). *Az egész életen át tartó tanulás kultúrájának elfogadása*. UNESCO.
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374112>. [26.11.2025.]

