



SPIRIT – A HOLNAP MENTÁLIS, SZOCIÁLIS ÉS ÉRZELMI JÓLLÉTÉNEK TRANSZVERZÁLIS KÉSZSÉGEI ÉS FEJLESZÉSE ALSÓ TAGOZATON

MÓDSZERTANI KÉZIKÖNYV ALSÓ TAGOZATOS TANÍTÓK
SZÁMÁRA

Szerzők

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

Szakmai szerkesztő

Flavio BACCI

Köszönet

Szeretnénk őszinte köszönetünket kifejezni a projekt első szakaszában részt vevő pszichológusoknak, akik kiemelkedő szakmai hozzájárulásukkal segítették a 6-10 éves gyermekeknél fejleszthető készségek azonosítását és kiválasztását. Külön köszönet illeti: **Annick BIESMANS és Judith LANGENAEKEN (kognitív pszichológus és pedagógus – BE), Myria KONIKKOU (klinikai pszichológus – CY), BUDINSZKI Cintia (klinikai pszichológus – HU), Grazia SERANTONI (pszichológus-pszichoterapeuta – IT), Dr. DÓSA Zoltán PhD (pszichológus, adjunktus – RO).**

Technikai szerkesztők

SZABÓ Leila, SZABÓ Norbert

Kiadó

Kiadja a Magyar Digitális Oktatásért Egyesület 2026.

ISBN

Jogi nyilatkozat

Ez a munka a „**Skills of tomorrow for children of present (Holnap készségei a ma gyermekeinek): complex development of futureskill with the synergy of learning activities, game-based learning, and gamified STEAM approach (Jövőbeli készségek komplex fejlesztése aktív tanulási tevékenységek, a játékok és a STEAMifikált feladatok és programok alkalmazásával)**” 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) 2026, SPIRIT

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



Tartalomjegyzék

1.	BEVEZETÉS	4
2.	ÁLTALÁNOS ISKOLÁBAN FEJLESZTHETŐ TRANSZVERZÁLIS KÉSZSÉGEK	6
2.1.	Meghatározások	6
2.2.	Tudományos bizonyítékok a transzverzális készségek fejlesztésére	8
2.3.	Meglévő modellek.....	9
3.	LEHETSÉGES JÖVŐKÉPEK	10
4.	A SPIRIT KERETRENDSZER - A 10 TRANSZVERZÁLIS KÉSZSÉG	13
4.1	A 10 fejlesztendő SPIRIT transzverzális készség	13
4.2	A gyermekek életkora és fejlettségi szintje	14
4.3	A modell „lelke” a pedagógus	15
5.	A TÍZ SPIRIT KÉSZSÉG	18
5.1	Érzelmi tudatosság, érzelem szabályozás és érzelem kommunikáció	18
5.2	Kreativitás.....	21
5.3	Problémamegoldás.....	25
5.4	Kritikai gondolkodás	29
5.5	Reziliencia	33
5.6	Rugalmasság	37
5.7	Kíváncsiság, rácsodálkozás és nyitottság.....	41
5.8	Empátia	44
5.9	Az emberek és a természet megbecsülése	47
5.10	Kapcsolódás és kötődés.....	50
6.	AZ ÉLETKOR	53
6.1	Kognitív fejlődés	53
6.2	Érzelmi fejlődés	55
6.3	Fizikai fejlődés.....	56
6.4	Az idegtudomány szemszögéből	56
7.	HOGYAN FEJLESSZÜK A TRANSZVERZÁLIS KÉSZSÉGEKET	59
8.	ÖSSZEFOGLALÓ ÉS ZÁRÓ GONDOLATOK.....	61
9.	HIVATKOZÁSOK	62

1. BEVEZETÉS

Rendkívüli történelmi időket élünk. A futurista Ray Kurzweil szerint a változások gyorsasága miatt exponenciális korszaknak nevezhetjük időszakunkat, ami nemcsak a technológiai fejlődésben, hanem a társadalmi és oktatási elvárásokban is megmutatkozik. Ez az átalakulás arra készíti az iskolát, hogy újragondolja szerepét és az átadott tudás jellegét. Az elmúlt évtizedekben a klasszikus technikai ismeretek mellett egyre nagyobb jelentőséget kaptak a transzverzális készségek: azok az önismerethez, kommunikációhoz, együttműködéshez és alkalmazkodáshoz kapcsolódó képességek, amelyek az élet minden területén nélkülözhetetlenek. E készségek fejlesztése a gyermekek számára egyszerre izgalmas és összetett kihívás. A SPIRIT projekt azért jött létre, hogy ebben a folyamatban támogassa a pedagógusokat, az iskolavezetőket és a kutatókat egy innovatív modell segítségével, amely a 21. századi készségek tanítását célozza az általános iskola alsó tagozatában. 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), a **Magyar Digitális Oktatásért Egyesület** (MDOE, Magyarország), a **VitaComm Education** (Ciprus) és a **Thinking Skills Development Research Group (ELTE TÓK)** mint az MDOE társult partnere – együttműködésével jött létre útmutatóként az oktatás átalakulásának segítéséhez.

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 hatékonyságot és az alkalmazkodóképességet támogató kapcsolati és transzverzális készségektől. Az elmúlt évtizedekben a 21. századi készségek fontossága ugrásszerűen nőtt, ami a gyors technológiai változásokkal jellemezhető, dinamikusan változó, összekapcsolt társadalmi és gazdasági élet is elősegített.

Egy olyan világban, ahol a robotizáció, a mesterséges intelligencia és a globális átalakulások formálják 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 a közösségi sikerhez. Ezek nem csak a munkában hasznos készségek: befolyásolják az érzelmi és a 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. Hogyan fejlesszük gyerekek ezen készségeit? Hogyan váljon az általános iskolai tanítás-tanulás szerves részévé a készségek fejlesztése? A SPIRIT projekt egy strukturált és rugalmas keretrendszeren alapuló, egyedülálló megközelítéssel kereste a választ ezekre a kérdésekre, amely képes alkalmazkodni a különböző tanulók, pedagógusok és eltérő kulturális környezetek igényeihez.

A kézikönyv középpontjában a SPIRIT keretrendszer áll, egy háromdimenziós struktúra, amely a transzverzális készségek tanítását három fő tengely mentén szervezi.

- **A 10 SPIRIT transzverzális készség** – A SPIRIT kutatócsoport több mint 500 pedagógus megkérdezésével és pszichológusokkal készített mélyinterjúk eredményeként 10 olyan készséget azonosított, amelyek elengedhetetlenek a gyermekek jólétéhez és rezilienciájához egy bizonytalan, gyors technológiai változásokkal jellemezhető jövőben.

- **A gyermekek életkora** – A modell figyelembe veszi a gyermekek kognitív, érzelmi és szociális érettségét, és korosztályra 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-modell lehetővé teszi a pedagógusok számára, hogy a modell dimenziói között navigáljanak, alkalmazkodva az osztályuk sajátosságaihoz és a tanulók igényeihez, illetve irányítúként szolgál a tevékenységek kiválasztásához. A kézikönyvet egy iskolákban tesztelt tevékenységgyűjtemény egészíti ki, amely segíti a pedagógusokat a 21. századi készségek tanításba való integrálásában.

A kézikönyv fejezetei végigvezetik a pedagógusokat a SPIRIT keretrendszer megismerésén és alkalmazásán:

- Bevezetés – Bevezetés a SPIRIT projektbe és annak kontextusába.
- Átfogó készségek az általános iskolákban – Áttekintés a transzverzális készségek fontosságáról az alsó tagozatos oktatásban.
- Lehetséges jövőképek – Az átfogó készségeket elengedhetetlenné tevő globális változások elemzése.
- A SPIRIT keretrendszer – A keretrendszer részletes bemutatása.
- A modell középpontja: a pedagógus önismerete – A tanító önismeretere és a modellben betöltött szerepére fókuszáló fejezet.
- A 10 készség – A kiválasztott készségek részletes leírása.
- Az életkor – Hogyan lehet a tanítást a gyermekek különböző fejlődési szakaszaihoz igazítani?
- Hogyan fejlesszük a transzverzális készségeket – Ötletek és gyakorlati javaslatok a transzverzális készségek tanításához az osztályteremben Kolb ciklusa alapján.
- Összegzés – Végso gondolatok és jövőbeli perspektívák.

A SPIRIT modell egyik kulcseleme a pedagógusi tudatosság jelentőségének felismerése. A pedagógusok nem csupán tudásátadók, hanem példaképek, a változás motorjai és a gyermeki élmények alakítói is. A „Pedagógus önismerete” című fejezet azt vizsgálja, miként formálhatják a tanítók 21. századi készségekkel kapcsolatos tapasztalatai az osztálytermi gyakorlatot.

Az empátia, a problémamegoldás és a kritikus gondolkodás mindennapi megélése segíti a pedagógusokat abban, hogy felismerjék e készségek valódi értékét, és hatékony tanítási gyakorlatokká formálják azokat. Iskolai környezetben ez a tudatosság inkluzívabb, ösztönzőbb és rugalmasabb tanulási közeget teremt, ahol gyermekek és felnőttek együtt fejlődnek. A 21. századi készségek tanítása egyben biztonságos teret nyújt a hibázásnak, a kísérletezésnek és a párbeszédnek – amelyet leginkább egy tudatos, felkészült pedagógus tud irányítani.

A SPIRIT projekt nem csupán egy modell: ez egy felhívás az oktatás átalakítására. A részt vevő szervezetek közös jövőképe épülő kézikönyv és a kísérő tevékenységek a pedagógusokat és az iskolákat támogatják abban, hogy a változás motorjaivá válva egy boldogabb jövőt formáljanak a ma és a holnap gyermekeinek. Reméljük, hogy minden oldal, minden javaslat és minden javasolt tevékenység elkíséri Önt egy felfedezésekkel és elégedettséggel teli tantási-nevelési úton.

2. ÁLTALÁNOS ISKOLÁBAN FEJLESZTHETŐ TRANSZVERZÁLIS KÉSZSÉGEK

2.1. Meghatározások

A puha készségek (soft skill-ek) olyan nem technikai interperszonális képességeket és tulajdonságokat jelentenek, amelyek lehetővé teszik az egyének számára, hogy hatékonyan kommunikáljanak, együttműködjenek és kapcsolatba lépjenek másokkal. Ilyen például az 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 tartozik a kritikus gondolkodás, a kommunikáció, a digitális írástudás és a tanulás tanulásának készségei, amelyek lehetővé teszik az egyének számára, hogy alkalmazkodjanak a változó körülményekhez.

Az életvezetési készségek olyan gyakorlati készségek és képességek, amelyek hozzájárulnak a mindennapi kihívások és a felelősség hatékony kezeléséhez. Ilyen készség például 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 produktivitás.

A puha készségek, 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. Mindegyik 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.

A készségcsoportok összefüggenek, azonban a hatókörük és fókuszuk eltérő. A puha készségek az interperszonális tulajdonságokra, például a kommunikációra, a csapatmunkára és az empátiára irányulnak, és főként szakmai vagy társadalmi környezetben jelennek meg. A transzverzális készségek tágabbak, kognitív és digitális kompetenciákat is magukban foglalnak – így a kritikus gondolkodást és a tanulás tanulását –, amelyek több területen alkalmazhatók. Az életkészségek a mindennapi kihívások kezeléséhez szükséges gyakorlati, érzelmi és szociális képességeket jelentik, például a döntéshozatalt, az érzelemszabályozást és a pénzügyi ismereteket. A 21. századi készségek a digitálisan és globálisan összekapcsolt világ igényeihez igazodnak, hangsúlyozva a kritikus gondolkodást, a kreativitást, a digitális írástudást és a globális együttműködést.

A főbb jellemzőket az alábbi táblázatban foglaljuk össze:

	Meghatározás	Fókuszterület	Példák	Kontextus
Puha készségek (Soft skill-ek)	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
Transzverzális 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
Életképességek	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 készségek, hatékonyság	Hangsúly az oktatáson, a digitális kontextusokon és a globális munkaerőn

A kézikönyvben a transzverzális készségekre fókuszálunk, mert azok szélesebb értelemben a 21. században alapvető fontosságú kognitív készségeket is magukban foglalják. A továbbiakban főként ezt a kifejezést fogjuk használni.

2.2. Tudományos bizonyítékok a transzverzális készségek fejlesztésére

Kutatások igazolják a transzverzális készségek fejlesztésének beépítését az általános iskolai tanulási folyamatokba, kiemelve annak pozitív hatását a diákok tanulmányi eredményeire, társadalmi interakcióira és jövőbeli foglalkoztathatóságára. A tanulmányok azt mutatják, hogy ezen készségek korai fejlesztése javítja a diákok társadalmi és érzelmi kompetenciáit, ami jobb osztálytermi viselkedéshez és tanulmányi eredményekhez vezet. Például a Hanover Research (2018) jelentése hangsúlyozza, hogy a készségek beépítése a 12 évfolyam tantervébe felkészíti a diákokat a felsőoktatásban és a munkaerőpiacon való sikerre. A jelentés kiemeli a készségek fejlesztésének fontosságát a köznevelésben. Bizonyítékokat szolgáltat arra, hogy ezeknek a készségeknek a korai fejlesztése 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 fejlesztéshez és a meglévő tantervekbe való integráláshoz, hangsúlyozva azok szerepét a diákok felkészítésében a valós világ kihívásaira és az alkalmazkodóképességük elősegítésében.

Ezenkívül a kutatások azt mutatják, hogy a készségekre összpontosító, magas színvonalú korai gyermekkori és általános iskolai programok tartós és költséghatékony előnyökkel járhatnak. Az Institute of Education Sciences (Oktatási Tudományok Intézete) tanulmánya (2020) azt vizsgálja, hogy az iskolák hogyan mozdítják elő a készségek 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 készségek 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 ezen készségek fejlesztésére az általános iskolákban. Például bebizonyosodott, hogy a beépítésük 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. Legfrissebb tanulmányok is (lásd Studies Weekly, 2024) hangsúlyozzák a készségek fejlesztésének 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 a tanulási, a társadalmi és az egész életen át tartó sikerre.

Összességében az eredmények arra mutatnak rá, hogy mennyire fontos a transzverzális készségek fejlesztésének beépítése az általános iskolai tantervekbe annak érdekében, hogy elősegítsük a kiegyensúlyozott személyiségfejlődést, és támogassuk a tanulókat abban, hogy a jövőben sikeresek legyenek.



2.3. Meglévő modellek

Számos bevált modell létezik a transzverzális készségek fejlesztésére az általános iskolákban. A következőkben háromról 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 készségek fejlesztésének elősegítésére. Célja, hogy támogassa a pedagógusokat, 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 a pedagógusokat, 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 készségeket 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 a pedagógusok számára, hogy azt a tanulók egyedi igényeihez és a tanítás kontextusához igazítsák.

Az UNICEF modellje hangsúlyozza a gyermekek készségfejlesztésének 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 UNICEF a transzferálható készségekről szóló globális keretrendszerében ezeket a kompetenciákat a reziliencia kialakításának és annak kulcstényezőiként határozza meg, hogy a fiatalok képesek legyenek eligazodni a személyes, tanulmányi, társas és gazdasági kihívások között. A keretrendszer hangsúlyozza, hogy ezek a készségek az alapvető tudással és értékekkel együtt működnek, összekapcsolják és megerősítik egymást, ezáltal további tudás építését teszik lehetővé.

A transzferálható 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. LEHETSÉGES JÖVŐKÉPEK

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, a tárgyak internete (IoT - Internet of Things) tovább terjed, és az alapvető mindennapi tárgyak „intelligenssé” válnak. E technológiák további területek fejlődését is előmozdítják, mint például a biotechnológia, a génszerkesztés (genomtechnológia), az orvostudomány, az energetika, valamint – a növekvő környezeti problémákra válaszul – a környezettechnológiák, amelyek gyors ütemben 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 új pénzügyi ismeretek és készségek elsajátítását teheti szükségessé az egyének számára.

Társadalmi változások

A demográfiai változások elsősorban az idősödő társadalmakat érintik, amelyek jelentős kihívásokkal szembesülnek a nyugdíjrendszerek és az egészségügy átalakítása terén; emellett a generációk közötti különbségek és kapcsolatok a szociális képességek fejlődésének egyik fő irányát adják majd. 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 (projektszerződéses, alkalmi munkavégzésre épülő gazdaság) egyre elterjedtebbé válhat: a foglalkoztatási szerződések egy-egy projektre szólnak, a munka jelentős része online zajlik, 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 van abban, hogy felkészítsék a gyermekeket ezekre a kihívásokra, és fejlesszék a jövőben szükséges készségeiket. 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; UNESCO, 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 Lab-ot, amely folyamatosan értékeli a munkaerőpiaci 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 kompetenckiakeret 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 hétköznapi 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 szükség lesz a digitális pénznemek és a blokklánc-gazdaság megfelelő kezelésére. A kiberbiztonság problémája a személyes adatok kezelésén túl a közösségi- és a 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 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 (gig-economy) térnyerése miatt egyre nehezebbé válhat.

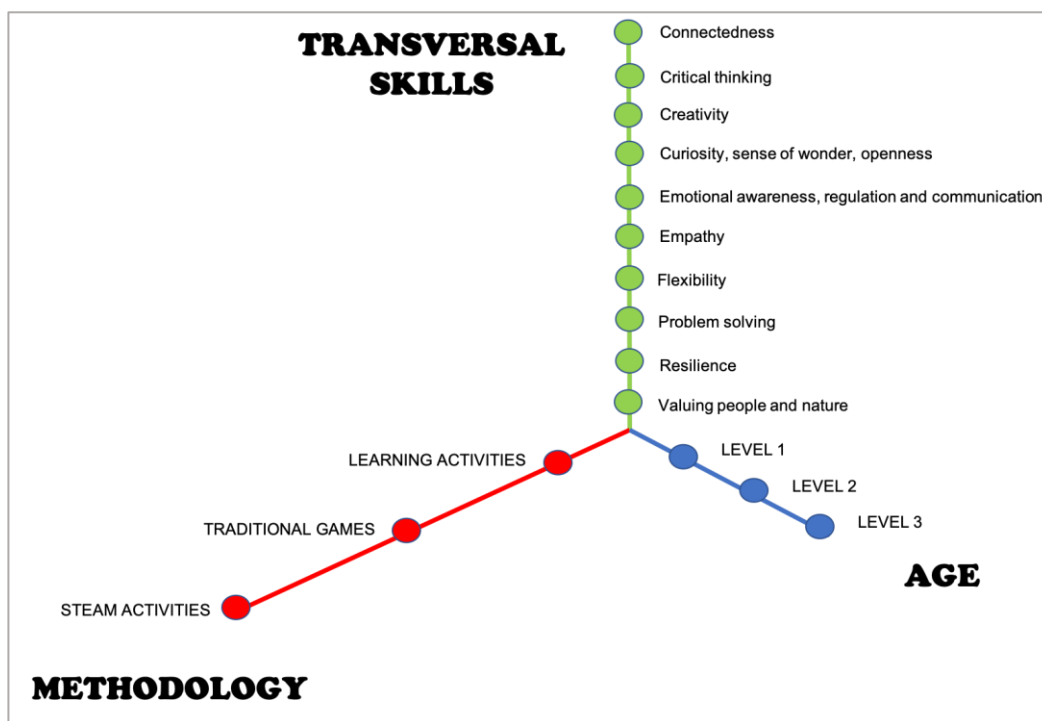
A társadalmi kapcsolatok és a kommunikáció technológiai átalakulása szintén megköveteli az egyének szociális és kommunikációs készségeinek fejlesztését. A mesterséges intelligencia fejlődése mesterséges ügynökök, virtuális társak megjelenéséhez vezethet, amelyek kezelését be kell építeni a szociális 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 KERETRENDSZER - A 10 TRANSZVERZÁLIS KÉSZSÉG

A **SPIRIT keretrendszert** azért hozták létre, hogy a pedagógusoknak gyakorlati és strukturált modellt nyújtson a transzverzális készségek fejlesztéséhez az általános iskolák alsó tagozatán. A gyors technológiai, társadalmi és gazdasági változások, például a robotizálás és a mesterséges intelligencia által jellemzett történelmi kontextusban a transzverzális készségek elengedhetetlenek 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 10 fejlesztendő SPIRIT transzverzális készség

A 10 készséget 500 pedagógus bevonásával végzett felmérés, tanítókból álló fókuszcsoporthok és fejlődépszichológusokkal készített interjúk alapján készült készségkészletből választotta ki a SPIRIT projekt kutatócsoportja. Ezek a készségek elengedhetetlenek a fiatal felnőttek pszichológiai jólétéhez, már 6–10 éves korú gyermekek számára is érthetők és ebben az életkorban is 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.
- **Reziliencia:** segít a gyermekeknek pozitív hozzáállással szembenézni a kihívásokkal és nehézségekkel. A reziliencia 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 pedagógusok számára, hogy a tevékenységeket a gyermekek képességeihez és igényeihez igazítsák:

- **1. szint:** Kialakuló kompetencia. A gyermekek egyszerű, irányított tevékenységek révén kezdik el felfedezni a készséget.
- **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 pedagógusoknak 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 támogatnak másokat.



Kíváncsiság:

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

A transzverzális készségek fejlesztésének megkönnyítése érdekében integrált megközelítést dolgoztunk ki, amely a következőket tartalmazza:

1. Aktív tanulási tevékenységek

A pedagógusok kétféle módon fejleszthetik a transzverzális készségeket: kidolgozhatnak speciális tevékenységeket, vagy megfelelő tanulási módszereket alkalmazhatnak olyan alapvető tantárgyak tanítása során, mint a matematika vagy a természettudományok (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 pedagógusok számára, hogy a gyermekek számára a legmegfelelőbb képzést tervezzék meg, és a transzverzális készségek fejlesztése révén elősegítsék jólétüket.

4.3 A modell „lelke” a pedagógus

A SPIRIT projektben a pedagógus központi és pótolhatatlan szerepet játszik. Bár a keretrendszer struktúrát és erőforrásokat biztosít a transzverzális készségek fejlesztéséhez, a siker nagymértékben attól függ, hogy ki végzi el a feladatot. A pedagógusok nem csupán tudásátadók, hanem azoknak az értékeknek és kompetenciáknak az élő példái, amelyeket tanítványaiknak is igyekeznek átadni. A transzverzális készségek tanítása nem csupán a „tudásról” szól, hanem a „létről” is. Ez a kettős szerep, a tudás és a megtestesülés, teszi a pedagógusokat a SPIRIT modell szívévé.

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

A pedagógus központi szerepének legfontosabb okai:

- **Viselkedés mintaképe**

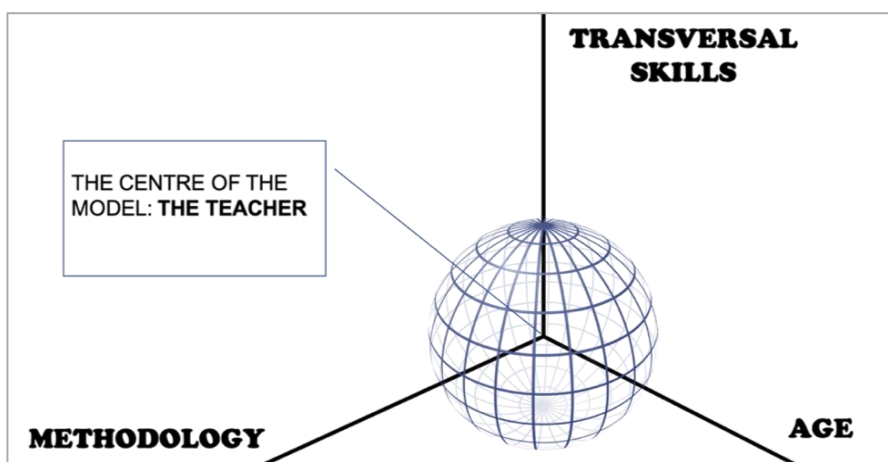
A gyerekek éles szemű megfigyelők. Gyakran többet tanulnak a felnőttek tetteiből, mint a szavaiból. Az a pedagógus, aki rugalmassággal közelíti meg a kihívásokat, vagy hatékonyan kommunikálja az érzelmeit, nemcsak ezeket a készségeket tanítja, hanem arra is inspirálja a diákokat, hogy utánozzák őket.

- **Biztonságos környezet teremtése**

A készségek olyan osztályterekben virágoznak, ahol a diákok biztonságban vannak és értékesnek érzik magukat. Az a pedagógus, 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 készségek fejlesztése magában foglalja azok integrálását a mindennapi tevékenységekbe, órákon és interakciókban. A pedagógus képessége ezeknek a készségeknek a megtestesítésére biztosítja, hogy azokat ne absztrakt fogalmakként, hanem a mindennapi élet praktikus eszközeiként kezeljék a diákok.



Az ember nem tudja hatékonyan tanítani azt, amit nem tapasztalt meg. Ahhoz, hogy a diákokat a transzverzális készségek fejlesztésében irányítsák, a pedagógusoknak 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. Az alábbiak azok az okok, amelyek miatt fontos a készségek megtapasztalása:

- **hitelesség:** a diákok gyorsan észreveszik, ha az órák nem kapcsolódnak a valósághoz. Azok a pedagógusok, akik személyesen is alkalmazták a készségeket, hitelesen tudnak beszélni és cselekedni, ami hatékonyabbá teszi fejlesztésüket.
- **a kihívások megértése:** a készségek fejlesztése nem mindig egyszerű. Azok a pedagógusok, akik saját empátiájukon vagy rezilienciájukon dolgoztak, jobban megértik a diákjaik előtt álló kihívásokat, és értelmes útmutatást tudnak adni nekik.
- **az empátia elősegítése:** a készségek első kézből való megismerése mélyíti a pedagógusok empátiáját, lehetővé téve számukra, hogy emberi szinten kapcsolódjanak a diákokhoz és foglalkozzanak az egyéni szükségletekkel.

A SPIRIT projekt arra invitálja a pedagógusokat, hogy kezdjék meg saját tanulási és önfejlesztési útjukat. Ahogy a diákokat is ösztönzik a fejlődésre, a pedagógusoknak is élethosszig tanulókként kell tekinteniük magukra. A készségek fejlesztése nem egyszeri eredmény, hanem egy folyamat, amely gazdagítja mind a személyes, mind a szakmai életet. A pedagógusoknak egy képzés segít a diákok készségeinek fejlesztésében, de addig is néhány ötlet a fejlesztésükhöz:

- **Önreflexió**

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

- **Gyakorlás a mindennapi életben**

A készségek beépítése a napi rutinba természetessé teheti őket. Például a pedagógusok gyakorolhatják a rezilienciát 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 készségek megértését és alkalmazását.

- **Szakmai fejlődés**

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

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

Példák arra, hogy a transzverzális készségek milyen módon segítik a pedagógusokat:

- empátia: lehetővé teszi a pedagógusok számára, hogy jobban megértsék tanulóik nézőpontját, ezáltal bizalomra alapuló kapcsolatot és erősebb kötődést alakítsanak ki.
- reziliencia: segíti a pedagógusokat abban, hogy hatékonyan kezeljék a hivatással járó kihívásokat, a sokszínű tanulócsoporthoz irányításától a váratlan akadályok kezeléséig.
- rugalmasság: lehetővé teszi, hogy a pedagógusok rugalmasan reagáljanak a változó körülményekre, például az új tantervekre vagy a tanulók eltérő igényeire.
- kreativitás: inspirálja az innovatív óratervezést és az osztálytermi kihívásokra adott újszerű megoldásokat.

5. A TÍZ SPIRIT KÉSZSÉG

5.1 Érzelmi tudatosság, érzelem szabályozás és érzelem 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 jelentősége az élethosszig tartó jóllét szempontjából

Az érzelmi tudatosság, szabályozás és kommunikáció elengedhetetlen a 21. század kihívásainak leküzdéséhez, ahol a gyors változások és az interperszonális együttműködés állandó tényezők. Ezek nélkülözhetetlenek 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 a 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.

A 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. Elkezdenek 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 pedagógusok szerepjátékokat, történetmesélést és reflektív beszélgetéseket alkalmazhatnak, következetes lehetőségeket biztosítva az érzelmek kifejezésére és a problémamegoldás gyakorlására egy támogató környezetben, hogy elősegítsék a fejlődést.

Megfigyelési szempontok a készségszint megállapításához

- 1. szint:** A gyermekek felismerik saját és mások alapvető érzelmeit, és összekapcsolják azokat kiváltó eseményekkel. Elkezdik 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. Elkezdik 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.

Kapcsolat más készségekkel

Az érzelmi tudatosság, szabályozás és kommunikáció számos más készséggel is összefügg:

- Empátia: az érzelmi tudatosság, szabályozás és kommunikáció javítja a mások érzéseinek megértését és megosztását, elősegítve az erősebb kapcsolatok kialakulását.
- Reziliencia: 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 egészségesebb 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 pedagógusoknak

- 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 naplóírási 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 cseréket, 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, művészeti alkotás létrehozása, termékek tervezése vagy megoldások kidolgozása céljából. A kreativitás gyakran az együttműködés, a visszajelzések és az iteráció eredménye.



A készség jelentősége az élethosszig tartó jóllét szempontjából

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

- 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 megnyilvánulások 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 élethosszig tartó tanulás és a kíváncsiság szemléletét, így az egyének személyes és szakmai életükben is relevánsak és alkalmazkodóképesek maradhatnak. A jövőben számos rutinfeladat automatizálhatóvá válik, ezért a kreativitás az emberi munka egyik legfontosabb megkülönböztető tényezője lesz. Azok a munkakörök, amelyek kreatív problémamegoldást, kritikus gondolkodást és innovációt igényelnek, nagy valószínűséggel keresettek lesznek.”
- A technológia gyors fejlődésével a kreativitás döntő fontosságú lesz az új kihívások és lehetőségek kezelésében. A jövő társadalmainak 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.

A 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 tudatosabb kreatív projektekhez vezet;
- strukturált problémamegoldásban vesznek részt, és jobban meg tudják magyarázni 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.

Megfigyelési szempontok a készség szint megállapításához

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 tanító 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: Ebben a szakaszban a tanulók elkezdnek kísérletezni és különböző ötleteket vagy megközelítéseket kipróbálni. Különböző forrásokból származó elemeket kombinálnak, feszegetik a határokat, és gondolkodásuk rugalmasabbá válik. Erre példa lehet egy olyan történet megírása, amely egy korábban olvasott könyv által inspirált, de a cselekményhez és a szereplőkhöz saját ötleteket is hozzáadnak. Ezt a szintet az jellemzi, hogy az egyén képes a megszerzett tudást továbbalakítani, sajátjává tenni, új elemekkel kiegészíteni vagy a meglévőket módosítani.

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 – újszerű anyagok felhasználásával a víz tisztítására. A transzformációs kreativitás olyan úttörő vagy forradalmi innovációk létrehozását jelenti, amelyek megkérdőjelezzik a bevett normákat vagy perspektívákat.

Kapcsolat 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 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 rezilienciát.
- **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.
- **Reziliencia:** a kreativitás gyakran kísérletezéssel és hibákkal jár, ami frusztrációhoz vagy kudarchoz vezethet. A reziliencia segít az egyéneknek kitartani a kudarcok ellenére, finomítani ötleteiket és folytatni a kreatív folyamatot a kihívások ellenére.

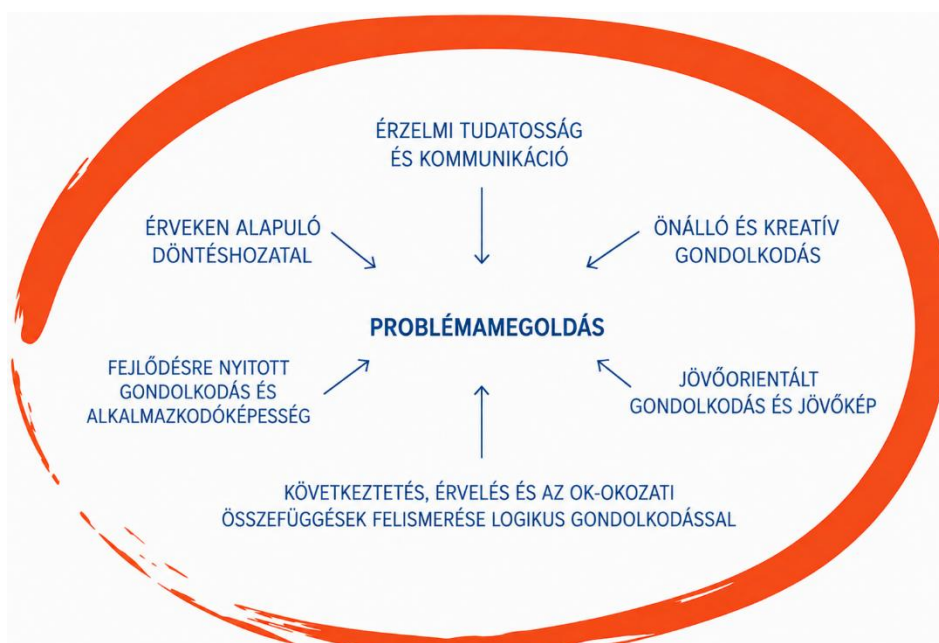
Didaktikai tippek pedagógusoknak

- 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 környezetet, ahol a diákok nyugodtan megoszthatják ötleteiket, anélkül, hogy félnének az ítéleztől.
- Integrálja a játékalapú tanulást, pl. szerepjátékot, dramatizálást vagy fantáziadús játékot.
- Alkalmazzon 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 szabadtéri 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 általános 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).
- A lehetőségek értékelése. Az egyes lehetséges megoldások előnyeinek és hátrányainak megvizsgálása olyan tényezők figyelembe vételével, 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 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 jelentősége az élethosszig tartó jóllét 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 rugalmasan álljanak szembe a jövőbeli kihívásokkal.

Ezenkívül a kiváló problémamegoldó készség javítja 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 képesség 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 képesség segít a konfliktusok vagy komplex döntések kezelésében azáltal, hogy azonosítja a kiváltó okokat és elősegíti 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.

A készség megnyilvánulása és fejlődése 6-10 éves korban

6–10 éves korban a problémamegoldó képesség fejlődésnek indul. A gyermekek már képesek egyszerű problémákat önállóan azonosítani és megoldani, különösen konkrét, vizuális eszközök segítségével (például kirakós játék). Bár ebben a korban gyakran még gyakorlati, kézzelfogható megközelítéseket alkalmaznak, elkezdenek elvontabban gondolkodni, és egyszerűbb megoldásokat tervezni összetettebb feladatokra is. A problémamegoldás már felismerhető, de folyamatosan fejlődik, amit tovább ösztönözhetnek olyan tevékenységek, amelyek arra készítetik a gyerekeket, hogy többféleképpen próbálják megoldani a feladatokat, kreatívan és rugalmasan gondolkodva. A készség fejlődésének szintjei:



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.
- kreatívabban közelítik meg a problémákat. Olyan problémákat oldanak meg, amelyekre nem mindig van egyetlen megoldás.

Megfigyelési szempontok a készségszint megállapításához

1. szint: Problémafelismerés: segítségre szorul a problémák felismerésében. Megoldások kidolgozása (kreativitás): egy egyszerű megoldást javasol. Stratégiák alkalmazása: véletlenszerű megközelítés, segítségre szorul. Kitartás és reziliencia: gyorsan feladja, frusztrált lesz. Reflektálás és értékelés: ritkán reflektál, nehezen értékeli. Önállóság: nagyon függ a segítségtől.

2. szint: Problémafelismerés: önállóan felismeri az egyszerű problémákat, néha segítségre szorul. Megoldások kidolgozása (kreativitás): több megoldást is kidolgoz. Stratégiák alkalmazása: stratégiákat alkalmaz, néha útmutatással. Kitartás és reziliencia: kitartó, néha elbátortalanodik. Reflektálás és értékelés: néha reflektál, módosítási javaslatokat tesz. Önállóság: egyre önállóbb, megerősítést keres.

3. szint: Problémafelismerés: önállóan felismeri az összes problémát. Megoldások kidolgozása (kreativitás): kreatív és logikus megoldásokat kínál. Stratégiák alkalmazása: önállóan alkalmazza a fejlett stratégiákat. Kitartás és reziliencia: erős reziliencia, kudarcok esetén módosítja a megközelítést. Reflektálás és értékelés: rendszeresen reflektál, mélyreható elemzéseket végez. Önállóság: teljesen független, segítség nélkül kezdeményez és alkalmazkodik.

Kapcsolat 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 kreatív 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.



- **Reziliencia és rugalmasság:** a problémamegoldás iteratív folyamata gyakran kísérletezést és hibázást jelent, ami megköveteli az egyénektől, hogy alkalmazkodjanak, ha a kezdeti megoldások kudarcot vallanak. A reziliencia elengedhetetlen a kihívások leküzdéséhez és a siker eléréséhez.

Didaktikai tippek pedagógusoknak

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

Néhány konkrét tipp a pedagógusok számára, amelyek segítenek a gyermekek problémamegoldó képességének fejlesztésében:

- Zárt kérdések helyett nyílt kérdéseket tegyenek fel (ez arra ösztönzi a diákokat, hogy alaposan elgondolkodjanak 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 rendszerezni gondolataikat).
- Ösztönözze a diákokat a kreatív gondolkodásra és a problémák különböző megközelítéseinek kipróbálására.
- Ösztönözze a diákok közötti együttműködést, hogy megmutassa, hogyan vezethet a csapatmunka jobb megoldásokhoz.
- Rendszeresen gyakorolja a problémamegoldó készséget, hogy önbizalmat 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 tippek nemcsak a problémamegoldásban segítenek a gyerekeknek, hanem olyan gondolkodásmód kialakításában is, amely lehetővé teszi számukra, hogy kreativitással és rugalmassággal közelítsenek a kihívásokhoz.

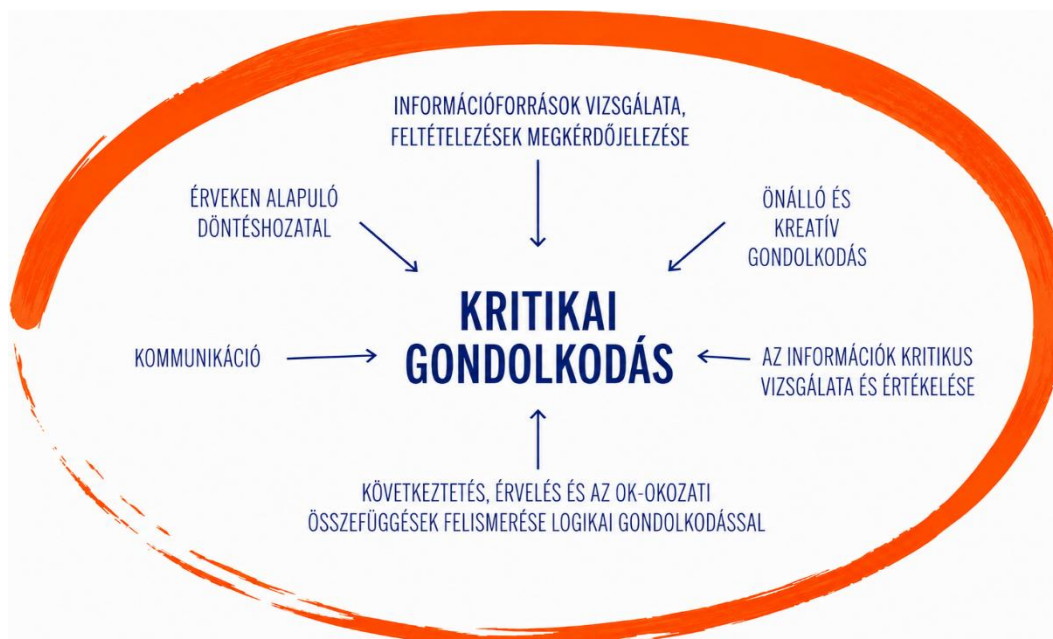
5.4 Kritikai gondolkodás

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 jelentősége az élethosszig tartó jóllét 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 az egyre összetettebb és gyorsan változó világunkban. Ez az a képesség, ami segít, hogy aktív és reflektív módon gondolkodjunk, szisztematikus elemizzük 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.

A készség megnyilvánulása és fejlődése 6-10 éves korban

6–8 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. Elkezdik megérteni, hogy a cselekedeteknek következményei vannak. Például felhozhatnak egy példát: „Ha nem rakom el a játékaimat, akkor többé nem játszhatok velük.”
- Történet megértése és elemzése. Egyszerű történeteket el tudnak mesélni, és kérdéseket tudnak feltenni a szereplők döntéseiről. Például: „Miért döntött úgy a hős, hogy elmenekül?”
- Egyszerű kijelentések. Ki tudják fejezni 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 adnak magyarázatot.
- 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 vitakészség. Gyakrabban vesznek részt csoportos beszélgetésekben és vitákban, nemcsak kifejezik, hanem meg is tudják védeni ötleteiket és véleményüket.
- Együttműködés. Jobban dolgoznak közösen projektekben, megtanulnak figyelni egymásra és tiszteletben tartani a különböző nézőpontokat.
- Összetett kérdések feltevése. Elkezdik mélyebben vizsgálni a témákat, például „Mi lenne, ha...?” típusú kérdéseket tesznek fel, ami a lehetséges kimenetek elemzésére való képességet mutatja.
- Véleményalkotás és érvelés. Képesek véleményüket indokokkal alátámasztani könyvekről, filmekről vagy eseményekről, például elmondani, mi tetszett nekik egy történetben és miért.
- Logikus érvelés. Képesek logikus összefüggéseket látni és elvontabb fogalmakat megérteni, például gondolkodni a döntések hosszú távú következményein.



- Feltételes gondolkodás. Képesek „mi lenne, ha...” helyzeteket elképzelni, ami segíti a lehetséges következmények és megoldások feltérképezését.
- Problémamegoldó gondolkodás. Többféle megoldást tudnak kitalálni egy problémára, például egy baráti konfliktus kezelésére, és mérlegelik az előnyöket és hátrányokat, mielőtt döntenek.
- Információelemzés. Képesek összehasonlítani és értékelni az információkat, például különböző forrásokat használni egy iskolai projekthez, és kérdéseket feltenni, mint „Ez helyes?” vagy „Honnan tudjuk, hogy ez igaz?”
- Kritikus értékelés. Elkezdik kritikusabban szemlélni az információkat, például „Ez tényleg igaz?” vagy „Mit mondhatna valaki más erről?” kérdéseket tesznek fel, figyelembe véve a különböző nézőpontokat.
- Egyszerű reflektálás és értékelés. Csoportos tevékenységek vagy projektek után képesek átgondolni, mi ment jól és min lehetne javítani, például: „Tetszett, hogy együtt dolgoztunk, de korábban kellett volna elkezdenünk a feladatot.”

Megfigyelési szempontok a készség szint megállapításához

1. szint: 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 folyamatra való reflektálás: ritkán reflektál.

2. szint: 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: elemzi az információkat, kapcsolatokat teremt. Érvek értékelése: egyszerű érveket értékel. Érvelés és problémamegoldás: több megoldást javasol, indoklással. Gondolkodási folyamatra való reflektálás: alkalmanként reflektál.

3. szint: A gyermekek logikusan gondolkodnak és hipotetikus helyzeteket is figyelembe vesznek. Megalapozott véleményt fogalmaznak meg, kritikus szemmel értékelik az információkat, és hatékonyan alkalmazzák 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 folyamatra való reflektálás: folyamatosan reflektál a gondolkodási folyamatra.

Kapcsolat más készségekkel

- Kíváncsiság: elősegíti a kritikus gondolkodást azáltal, hogy kérdésfeltevésre, felfedezésre és a magyarázatok keresésére ösztönöz.
- Nyitottság: támogatja a kritikus gondolkodást azáltal, hogy teret ad az új ötleteknek és a különböző nézőpontoknak.

- **Önismeret:** segít felismerni a személyes elfogultságokat, ezáltal objektívebb elemzést tesz lehetővé.
- **Kérdés:** mélyebb gondolkodásra, pontosításra és az információk ellenőrzésére ösztönöz.
- **Elemzés és értékelés:** az információk lebontásával, összehasonlításával és értékelésével segít elkülöníteni a tényeket a véleményektől.
- **Érvelés:** logikusan kapcsolja össze az ötleteket, és segít megalapozott következtetések levonásában.
- **Reflektálás:** elősegíti a saját gondolkodási folyamat átgondolását és fejlesztését.
- **Problémamegoldás:** a kritikus gondolkodás alkalmazásával elemzi a problémákat és értékeli a lehetséges megoldásokat.
- **Döntéshozatal:** a kritikus gondolkodás segítségével átgondolt, megalapozott döntések meghozatalát támogatja.
- **Kreativitás:** új, eredeti ötleteket hoz létre, amelyeket a kritikus gondolkodás segít értékelni és továbbfejleszteni.

Didaktikai tippek pedagógusoknak

- 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 ismert témákról, beleértve mind az érveket, mind az ellenérveket.
- Ösztönözze a választások és eredmények átgondolását.
- Elemesse 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. rejtvényeket és találós kérdéseket.
- 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 Reziliencia

A készség meghatározása

A reziliencia az a képesség, hogy mentális, érzelmi és viselkedési rugalmasság révén alkalmazkodjunk a kihívásokhoz. Nem csupán személyes tulajdonság, hanem az egyének és környezetük – például a család, a közösség és a társadalom – kölcsönhatásából ered. A reziliencia folyamata és eredménye, hogy valaki sikeresen tud alkalmazkodni nehéz vagy kihívást jelentő életeseményekhez, különösen mentális, érzelmi és viselkedésbeli rugalmasság és a külső és belső követelményekhez való alkalmazkodás révén. Számos tényező befolyásolja, mennyire tud valaki megbirkózni a nehézségekkel, ideértve azt, hogy az egyén miként látja a világot és miként lép vele kapcsolatba, a rendelkezésre álló és minőségi társadalmi erőforrásokat, valamint a konkrét megküzdési stratégiákat.



A készség jelentősége az élethosszig tartó jóllét szempontjából

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

A munkahelyen:

- segít a stressz kezelésében;
- segít alkalmazkodni a változásokhoz, például az új technológiákhoz vagy szerepekörökhöz;
- 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;
- segít a nehézségek, például pénzügyi problémák vagy egészségügyi válságok leküzdésében.



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 céljait 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.

A készség 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 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 játékban 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 kötelezettségeket 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 pedagógushoz vagy osztálytársakhoz.

A reziliencia 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 támogatást merítenek a társadalmi kapcsolataikból, 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 jövőbeliekre, így növekedhetnek és elérhetik céljaikat.

Megfigyelési szempontok a készségszint megállapításához

1. szint: Az alacsony rezilienciájú 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 elvégzésekor.

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.

Kapcsolat 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.

- Fejlődésorientált 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 pedagógusoknak

- 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 rezilienciát 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 mutasson példát a rezilienciára.
- Hozzon létre dicséretalapú osztálytermi kultúrát, és szisztematikusan dicsérje a folyamatokat, ne az eredményeket. Tanítsa meg a gyerekeknek, hogyan kell dicsérni és fogadni a dicséretet.
- Integrálja a fejlődésorientált gondolkodásmódra irányuló tevékenységeket az órába.

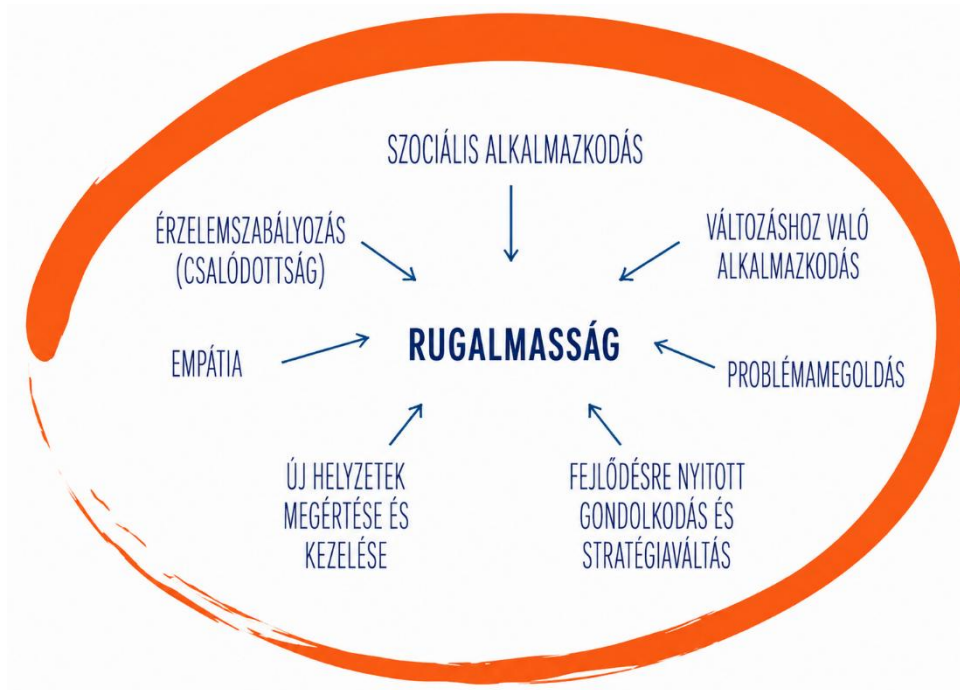
5.6 Rugalmasság

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. Nemcsak a változás elfogadásáról van szó, hanem arról is, hogy képesek legyünk gondolatainkat, érzelmeinket és cselekedeteinket az új követelményekhez vagy körülményekhez igazítani, legyen szó 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: reziliencia, alkalmazkodóképesség és rugalmasság.

- A reziliencia annak a képessége, 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, mellyel gondolkodásunkat és viselkedésünket új körülményekhez tudjuk igazítani.



A készség jelentősége az élethosszig tartó jóllét 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;
- segít 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 rezilienciát. 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 nehézségeinek kezelését és az egyensúly fenntartását.

A készség megnyilvánulása és fejlődése 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.

- Változásokhoz való alkalmazkodás. A gyermekek képesek gyorsan alkalmazkodni új helyzetekhez, például új pedagógushoz, 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.
- Fejlődésorientált 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 alkalmaznak.
- Érzelmek és csatlódások 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 segíti a gyermekeket abban, hogy nyitottak maradjanak, alkalmazkodjanak a társas változásokhoz, és könnyedén kezeljék a baráti kapcsolatokat és konfliktusokat. A rugalmas gyerekek kíváncsiak közelítik meg az új kihívásokat, magabiztosan kezelik az élet bizonytalanságait, pozitívak és koncentráltak maradnak, ami támogatja érzelmi jólétüket, problémamegoldó képességüket és társas sikereiket, felkészítve őket a jövő kihívásaira.

Megfigyelési szempontok a készség szint megállapításához

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 az alkalmazkodáshoz támogatásra szorulhatnak. Kezdetben frusztráltak vagy vonakodók lehetnek, 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.

Kapcsolat más készségekkel

- Érzelmi szabályozás: az érzelmi reakciók változó körülményekhez való hozzáigazításának képessége, amely segít megőrizni a nyugalmszintet és higgadságunkat új helyzetekben.
- Alkalmazkodóképesség: közvetlen kapcsolatban áll a rugalmassággal, mivel a rugalmasság azt jelenti, hogy alkalmazkodunk az új információkhoz, környezetekhez vagy a változásokhoz.
- 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.
- **Fejlődésorientált 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.
- **Reziliencia:** a rugalmasság támogatja a rezilienciát, 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 pedagógusoknak

- 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 befejezéseken vagy megoldásokon, 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, rácsodálkozás és nyitottság

A készség meghatározása

A kíváncsiság, a rácsodálkozás képessége és a nyitottság egy olyan alapvető készséget alkotnak, amely az ismeretek felfedezésére, a tanulásra és a világ megértésére irányuló vágyat mozgatja. Ez a készség az aktív érdeklődés és lelkesedés szemléletét fejezi ki az új élmények megélésére, a kérdésfeltevésre és a különböző nézőpontok iránti nyitottság felé. Azt a hozzáállást jelenti, hogy az egyén a helyzeteket ítélkezés helyett tanulási szándékkal közelíti meg, nyitott szívvel és elmével. Ez a készség lehetővé teszi a gyermekek számára, hogy felfedezzék, értékeljék és átgondolják a körülöttük lévő világ egyediségét és összetettségét, ezáltal tartós érdeklődést és szeretetet alakítva ki a tanulás és a felfedezés iránt.



A készség jelentősége az élethosszig tartó jóllét szempontjából

- A gyorsan változó világban a kíváncsiság, a csodálkozás és a nyitottság elengedhetetlenek az alkalmazkodóképesség és a mentális agilitás szempontjából. Ezen tulajdonságok korai fejlesztése a következőkhöz járul hozzá: 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 örömét, az innovációt és a pozitív kapcsolatokat.
- A tanulmányok hangsúlyozzák, hogy ezeknek a készségeknek a gyermekkori ösztönzése hozzájárul a hosszú távú eredmények javulásához. Azok a felnőttek, akiknek erős alapjaik vannak a kíváncsiság és a nyitottság terén, nagyobb elégedettséget élnek meg az élet kihívásainak kezelésében, és magasabb szintű alkalmazkodóképességet és empátiát mutatnak személyes és szakmai kapcsolataikban.

- A kutatások kiemelik a gyermekek kíváncsiságának, csodálkozásának és nyitottságának 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 rávilágítanak arra, hogy azok a felnőttek, akiket gyermekkorukban a kíváncsiságra ösztönöztek, jobban képesek alkalmazkodni a komplex életváltozásokhoz, általában alacsonyabb stresszszintet tapasztalnak, nyitottságuknak és empátiájuknak köszönhetően erősebb kapcsolati képességeket mutatnak.

A készség megnyilvánulása és fejlődése 6-10 éves korban

6-10 éves kor között a kíváncsiság, a csodálkozás és a nyitottság már természetes képességek, 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 jelennek 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.

Megfigyelési szempontok a készség szint megállapításához

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.

Kapcsolat 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 megtanulnak 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 alátámasztják 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 pedagógusoknak

A gyermekek kíváncsiságának, csodálkozásának és nyitottságának ápolása érdekében:

- Hozzon létre „csodálkozásfalakat”: engedje meg a gyermekeknek, hogy kifüggeszék a kérdéseiket vagy a témákat, amelyek iránt kíváncsiak, és rendszeresen beszéljék meg őket.
- Tervezzen természet- és tudományfelfedező napokat. Szervezzen 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 naplózást. 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

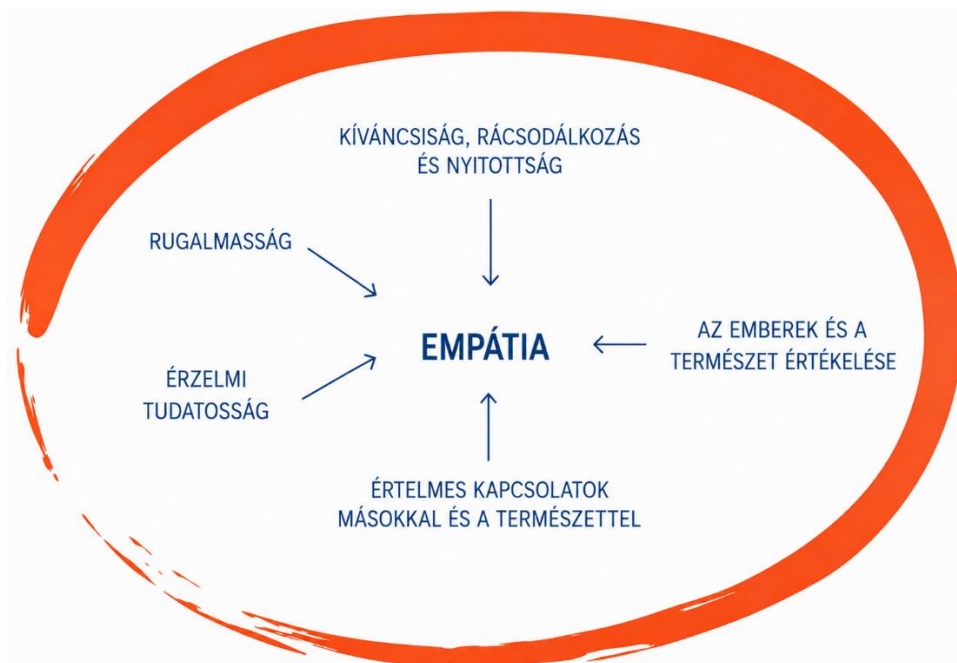
A készség meghatározása

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 iskolai életükben komplex társadalmi interakciókban vesznek részt.



A készség jelentősége az élethosszig tartó jóllét 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 megértsenek 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.

A készség 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 másoknak is lehetnek olyan érzéseik és élményeik, amelyek eltérnek a sajátjaiktól. Kialakul bennük az a képesség, hogy kevésbé nyilvánvaló jelekből, például a testbeszédből vagy a hangszínből következtessenek az érzelmekre, és elkezdnek őszinte kedvességet tanúsítani, például anélkül, hogy megkérnék őket, 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.

Megfigyelési szempontok a készségszint megállapításához

1. szint: Ezen a szinten a gyermekek elkezdik megkülönböztetni saját érzelmeiket mások érzelmeitől, és képesek reagálni a nyilvánvaló érzelmi jelzésekre (például sírásra vagy szomorúságra). Ugyanakkor mások helyzetébe való beleélési képességük még a jól látható, konkrét helyzetekre korlátozódik. Egyszerű empátikus viselkedésmintákat követnek: törődést és együttérzést mutatnak, amikor egy másik gyermek fájdalmát látják, de jellemzően csak akkor reagálnak, ha a fájdalom egyértelműen megjelenik.

2. szint: Ebben a szakaszban a gyermekek egyre inkább képessé válnak mások nézőpontjának átvételére, vagyis annak megértésére, hogy még a nyilvánvaló érzelmi kifejezések hiányában is lehetnek más embereknek eltérő érzéseik, amelyeket külső tényezők is befolyásolhatnak. Ez az a szint, amelyen elkezdik felismerni, hogy a cselekedetek hatással lehetnek mások érzelmeire még olyan helyzetekben is, amelyek nem figyelhetők meg közvetlenül.

3. szint: Körülbelül 10 éves korban a gyermekek már az empátia érettebb formáját képesek megmutatni, amely magában foglalja az érzelmi és a kognitív megértést is. Akkor is képesek felismerni mások érzelmeit, ha azok nem jelennek meg nyíltan, és empatikus viselkedést tanúsítanak azáltal, hogy előre látják, cselekedeteik miként hathatnak mások érzelmeire. Ez az az életkor, amikor a gyermekekben elkezd kialakulni mások érzelmi támogatásának képessége, például tanácsok adásával vagy mások problémáira megoldások keresésével.

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 empatikus 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 empatikus 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 pedagógusoknak

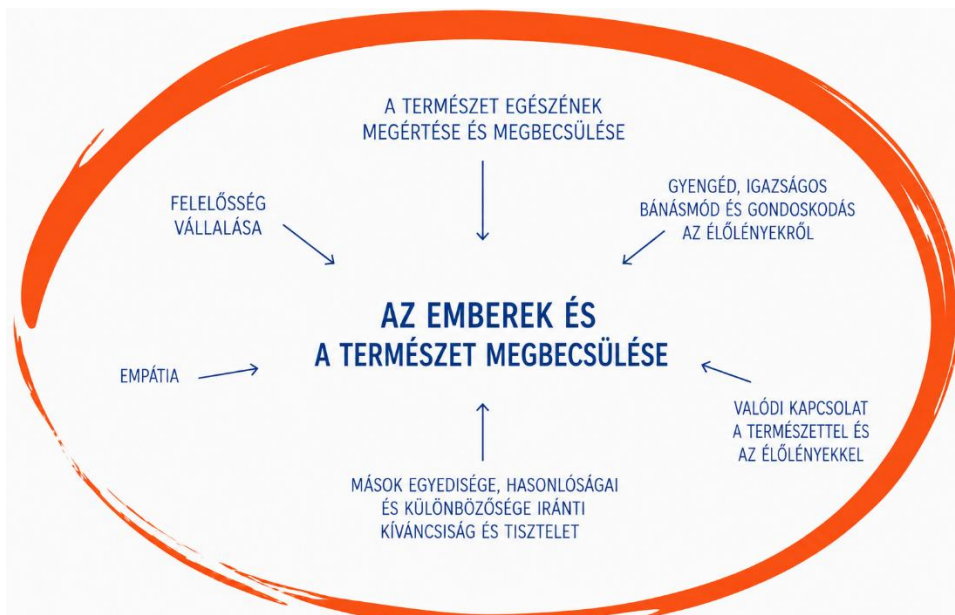
Az empátia elősegítése érdekében a pedagógusok a következőket tehetik:

- Szerepjátékok vagy történetmesélés révén ösztönözhetik a perspektívaváltást.
- Megvitathatják azokat az erkölcsi dilemmákat, amelyek mások érzéseinek figyelembevételét igénylik.
- Lehetőséget biztosíthatnak a kooperatív tanulásra és a csoportos tevékenységekre.
- Folyamatosan mutassanak példát az empatikus viselkedésre.
- Használjon szerepjáték-forgatókönyveket, amelyekben a gyerekek különböző érzelmeket játszanak el, majd megbeszélik az érzéseiket.
- Olvasson fel olyan történeteket, amelyek a szereplők érzelmeit hangsúlyozzák, majd kérje meg a diákokat, hogy vegyék figyelembe ezeket a nézőpontokat.
- Ösztönözze a „érzelmi naplók” vezetését, amelyekben a diákok reflektálnak a napi interakciókra és azonosítják mások érzéseit.
- Dicsérje az empatikus reakciókat, és ismerje el, amikor a diákok támogatják egymást.
- Szervezen kis csoportos tevékenységeket, amelyek elősegítik az együttműködést, a kölcsönös megértést és a figyelmes hallgatást.
- Használjon egyszerű érzelmi kereket, vagy mackó-kártyát, hogy a gyerekek ki tudják fejezni érzelmeiket és támogató visszajelzéseket kaphatnak.

5.9 Az emberek és a természet megbecsülése

A készség meghatározása

Az emberek és a természet megbecsülése 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, továbbá a fenntartható fejlődés fogalmának és eljárásainak megértését, amely elengedhetetlen a virágzó jövőhöz. Ez a készség elősegíti az ökoszisztémák tiszteletben tartását, 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 jelentősége az élethosszig tartó jóllét 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, összefonódó társadalmi és környezeti rendszerben 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.

A készség megnyilvánulása és fejlesztése 6-10 éves korban

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

- Tudatosság és kíváncsiság: a gyermekek elkezdik észrevenni a különbségeket és hasonlóságokat az emberek és a természeti világ között. Az olyan fogalmak, mint a kedvesség, a tisztesség és az élőlényekkel való 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. Elkezdik magukévá tenni a másokkal és a környezettel való 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 elkezdik megérteni viselkedésük hatását a világra, ami elősegíti a proaktív gondolkodásmód kialakulását.

Megfigyelési szempontok a készségszint 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 tevékenységekben 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: elkezd 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.

Kapcsolat 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.
- Társas készségek és csapatmunka: 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 tipppek pedagógusoknak

- 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.

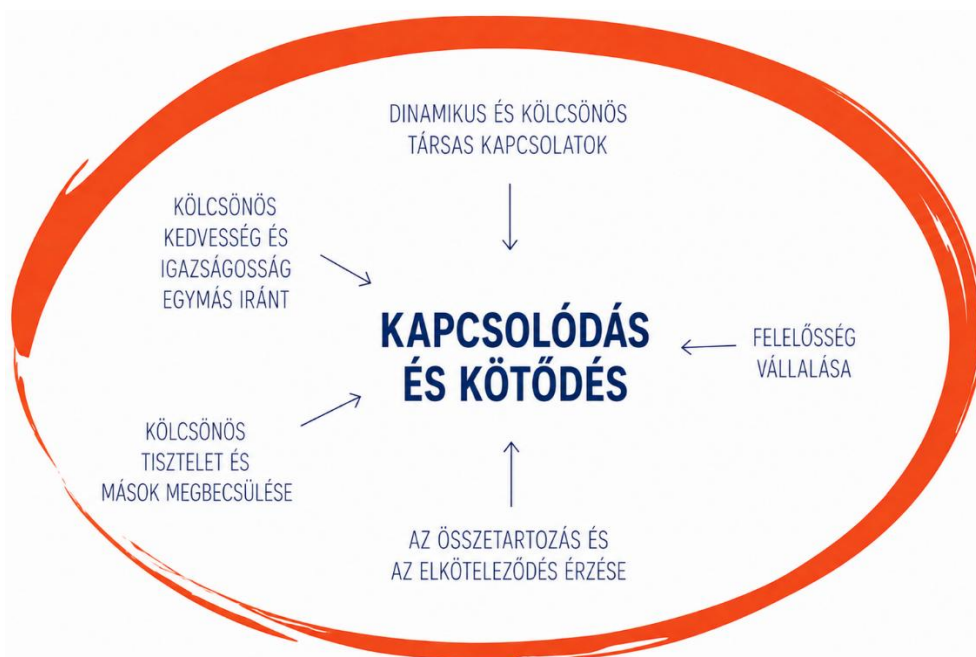
K



5.10 Kapcsolódás és kötődés

A készség meghatározása

A másokhoz való kapcsolódás az a képesség, hogy felismerjük és bekapcsolódjunk a tágabb közösségbe, mind helyi, mind globális szinten. Többről van szó, mint egyszerű társas készségekről vagy együttműködésről: magában foglalja a közös emberi értékeket és a felelősségérzet tudatát. A másokhoz való kapcsolódást a kommunikáció, az utazás, a migráció, a kereskedelem és a politikai rendszerek révén kialakult kapcsolatok alakítják. Kognitív szinten a másokhoz való kapcsolódás magában foglalja a globális, regionális, nemzeti és helyi kérdések megértését, miközben felismerjük a különböző országok és népelemek 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 jelentősége az élethosszig tartó jóllét szempontjából

A kapcsolódás elengedhetetlen a felnőttek számára, hogy sikeresen boldoguljanak egy kölcsönösen függő világban. Ahogy a globalizáció erősödik, a kapcsolódást értékelő egyének, jobban felkészültek a társadalmi harmónia, a fenntarthatóság és az etikus vezetés előmozdítására. Főbb előnyök:

- 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 kötelékek 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.

A készség megnyilvánulása és fejlődése 6-10 éves korban

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

- Tudatosság és kíváncsiság: a gyermekek elkezdik észrevenni a különbségeket az emberek, a kultúrák és a környezet között. Megértik a méltányosság, a kedvesség 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 köteleességtudatukat.

Megfigyelési szempontok a készségszint 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. Elkezdnek kezdeményezni a fenntarthatósági tevékenységekben, például a szelektív hulladékgyűjtésben és az osztály növényeinek, esetleg állatainak 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.

Kapcsolat 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 tipppek pedagógusoknak

- 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 keresztül gyakorolják az empátiát.
- Építsen be fenntarthatósági tevékenységeket. Vonja be a diákokat korosztályuknak megfelelő környezetvédelmi tevékenységekbe, például újrahasznosításba, faültetésbe vagy közösségi szolgálati projektekbe.
- Mutassuk meg a kapcsolódást. A pedagógusok 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

A kézikönyv célja, hogy segítse a pedagógusokat a legmegfelelőbb tevékenységek kiválasztásában, amelyek támogatják a 10 kiválasztott átfogó kompetencia fejlesztését a tanulóknál. A megfelelő tevékenység kiválasztásakor elengedhetetlen, hogy a pedagógusok először gondosan megfigyeljék a tanulókat, hogy megértsék jelenlegi kognitív, érzelmi és motoros fejlettségi szintjüket.

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

Mint már láttuk, a legmegfelelőbb tevékenységek kiválasztásának megkönnyítése érdekében az egyes készségek leírásában néhány 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.

A kézikönyvnek ebben a részében egy rövid összefoglalót szeretnénk nyújtani a pedagógusoknak, amely segít nekik a tanulók megfigyelésében a fejlődés három – a kognitív, az érzelmi és a fizikai/motoros – fő szintjén. 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 (műveletek előtti 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 műveleti szakasz, 7-11 év): a gyermekek elkezdnek 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 műveleti szakasz, 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 hetekig 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 tanulási 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 próbálkozás és hibázás módszerével.
- 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.
- Ézelmi 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 éves kor 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 érzelmeiket és azok mögöttes okait is megkülönböztetik.
- 9-10 éves korukra empátiát tanúsítanak, megjósolják mások érzéseit, és viselkedésüket is ehhez igazítják.

Érzelmi kontroll és önszabályozás

- 6-7 éves korban a gyermekek az érzelmeiket felnőttek segítségével kezelik.
- 8 éves korukra alapvető stratégiákat alkalmaznak (számolás, a pozitívumokra való koncentráció).
- 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

- 6-7 éves korban 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 függenek 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: 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 szemszögéből¹

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.

¹ A projekt első Nemzetközi Community of Practice – Tudás és tapasztalat megosztó online TeachMeet gondolatébresztő előadásában Grazia Serantoni professzor az agy-és idegtudomány és a transzverzális készségek fejlesztése közötti kapcsolatról beszélt. Nézzé meg a kapcsolódó anyagot: [Az általános iskolától a jövő jóllétéig – Beszélgetés a neuropszichológussal a SPIRIT készségek fejlesztésének lehetőségeiről](#)

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 képességét.
- A numerikus kapcsolatok és az absztrakt matematikai fogalmak megértését.

Tapasztalatok és az agy plaszticitása által közvetített tanulás

A 6 és 10 éves gyermekek agya 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 önhatékony 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 (pedagógusoktól 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 tapasztalatokat felhasználják új problémák megoldásához.

7. HOGYAN FEJLESSZÜK A TRANSZVERZÁLIS KÉSZSÉGEKET

Az általános iskolákban a transzverzális készségek fejlesztése elengedhetetlen a gyermekek életre szóló szociális és érzelmi kompetenciáinak kialakításához. Ez a folyamat eltér a hagyományos tantárgyi oktatástól, mivel magában foglalja a készségek megértését és a funkcionális viselkedési szokások kialakítását. A hatékony tanulás érdekében a pedagógusok Kolb tanulási ciklusát alkalmazhatják, amely négy szakaszból áll: konkrét tapasztalat, reflektív megfigyelés, absztrakt fogalmi megközelítés és aktív kísérletezés. Minden szakasz kulcsfontosságú az alsó tagozatos diákok kompetenciáinak fejlesztésében, és a készségek teljes elsajátításához mindegyikre szükség van.



Konkrét tapasztalat

Ez a szakasz olyan tevékenységekbe vonja be a gyerekeket, ahol a transzverzális készségeket közvetlenül megtapasztalhatják. Mivel az alsó tagozatos diákok a legjobban a közvetlen tapasztaláson keresztül tanulnak, a pedagógusoknak olyan gyakorlati helyzeteket kell teremteniük, amelyek elősegítik a csapatmunkát, az empátiát, a problémamegoldást és a rezilienciát. Olyan tevékenységek, mint a szerepjáték, a közös játékok vagy a mesélés, értékes tapasztalatokat nyújtanak, ahol a tanulók természetesen találkoznak olyan kihívásokkal, amelyekhez transzverzális készségek szükségesek. Például a csapatmunka és a problémamegoldás fejlesztéséhez a pedagógus adhat egy gyakorlati csoportfeladatot, ahol a diákoknak együtt kell működniük egy közös cél eléréséhez, korlátozott eszközök felhasználásával. Ez a fajta együttműködés kommunikációra, tárgyalásra és közös döntéshozatalra ösztönöz. Hasonlóképpen, az empátia fejlesztéséhez a tanulókat arra lehet irányítani, hogy képzeljék el és beszéljék meg, mások hogyan érezhetik magukat különböző helyzetekben, elősegítve ezzel a perspektívaváltást és az érzelmi tudatosságot.

Reflektív megfigyelés

A tevékenységben való részvétel után a gyerekeknek reflektálniuk kell a történetekre. Ebben a szakaszban a pedagógusnak 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

pedagógusok csoportos beszélgetéseket, rajzolási gyakorlatokat vagy személyes történetmesélést alkalmazhatnak, hogy segítsék a diákokat tapasztalataik feldolgozásában a fejlődési szintjüknek megfelelő módon.

A közös csoportos feladat után a pedagógus 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 diákok támogatására a pedagógusok egyszerű vizuális eszközöket is bevezethetnek, amelyekkel a diákok jelzik, hogyan érezték magukat a különböző pillanatokban, segítve őket az érzelmek és a konkrét élmények összekapcsolásában.

Absztrakt fogalomalkotás

Miután a diákok reflektáltak élményeikre, fontos, hogy ezeket a tapasztalatokat összekapcsolják a transzverzális készségek tágabb fogalmaival és alapelveivel. Ebben a szakaszban a pedagógusok strukturált magyarázatokat, modelleket és valós példákat mutathatnak be a megértés elmélyítésére. Például, ha egy gyermeknek nehézséget okozott a csapatmunka, a pedagógus elmagyarázhatja a kommunikáció és a hallgatás fontosságát, és illusztrálhatja ezeket egy könnyen érthető történettel vagy egyszerű ábrával. 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 pedagógusok erősíthetik a reflexiókat például egy vizuális osztálytáblával, ahol a diákok ötleteket adhatnak arról, mi segíti a jó csapatmunkát, a kommunikációt és az empátiát. A személyes élmények és a tágabb elvek összekapcsolása segít a gyermekeknek mintákat látni különböző helyzetekben, és stratégiákat kidolgozni, amelyeket a jövőben is alkalmazhatnak. A folyamat további támogatására fontos, hogy a kulcsfogalmakat név szerint is megnevezzük – például a problémamegoldás lépéseit: probléma azonosítása, lehetséges megoldások kigondolása, lehetőségek értékelése, megoldás kiválasztása, eredmény áttekintése. Ez segít a diákoknak egyértelmű, közös nyelvet kialakítani a használt készségek leírására, így könnyebben tudják elsajátítani azokat minden helyzetben.

Aktív kísérletezés

Az utolsó szakasz a frissen tanult fogalmak különböző helyzetekben való alkalmazásáról szól. A pedagógusoknak lehetőséget kell teremteniük a diákok számára, hogy a transzverzális készségeket a valós osztálytermi helyzetekben gyakorolhassák. Csoportos projektek, társmentorálás vagy az osztálytermi feladatok elvégzése mind alkalmat ad a diákoknak az interperszonális készségek kipróbálására és finomítására. A diákok ösztönzése, hogy kisebb célokat tűzzenek ki – például többet megosztani az osztálytársakkal vagy nyugodtan kezelni a konfliktusokat – segíti, hogy a készségek a mindennapi viselkedésük részévé váljanak. Például a pedagógusok adhatnak kis csoportos feladatokat vagy rotáló osztályfeladatokat, ahol a diákoknak együtt kell dolgozniuk és közösen döntéseket hozniuk. A rendszeres visszacsatolás segíti a diákokat abban, hogy reflektáljanak fejlődésükre és felismerjék, mi segíti őket az eredményesebb együttműködésben. Konfliktus esetén strukturált beszélgetési irányelvekkel támogathatók, hogy konstruktívan oldják meg a nézeteltéréseket.

A Kolb-féle tanulási ciklus követésével a pedagógusok biztosíthatják, hogy a diákok átéljék, reflektáljanak, megértsék és alkalmazzák a transzverzális készségeket. Ez a strukturált megközelítés lehetővé teszi, hogy a gyermekek természetes és élvezetes módon fejlesszék kulcsfontosságú kompetenciáikat, elősegítve a társas-érzelmi fejlődést, amely egész életükre hasznos lesz.

8. ÖSSZEFOGLALÓ ÉS ZÁRÓ GONDOLATOK

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

Ez a kézikönyv átfogóan bemutatta, miért és hogyan érdemes fejleszteni a transzverzális készségeket az általános iskolás gyermekeknél, alapozva a tudományos bizonyítékokra és a gyakorlati stratégiákra. 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 elszigetelten fejlődnek. Játékos felfedezés, értelmes tapasztalatok és a gyermekek kapcsolatai társaikkal, pedagógusaikkal és a körülöttük lévő világgal alakítják és erősítik ezeket a képességeket. A gyermekek fejlődési szakaszainak ismeretében és az idegtudomány eredményeit felhasználva a pedagógusok olyan tevékenységeket tervezhetnek, amelyek egyszerre érdekesek és életkornak megfelelőek, elősegítve a kíváncsiságot, az együttműködést és a személyes fejlődést.

A megközelítés középpontjában a pedagógus áll, nem csupán mint a tevékenységek vezetője, hanem mint a tartós tanulás mintaképe. A pedagógus önismerete alapvető: saját érzelmeik, előítéleteik és erősségeik megértésével olyan tanulási környezetet teremthetnek, ahol az empátia, a tisztelet és a kíváncsiság virágzik.

Tágabb értelemben a mai gyermekek transzverzális készségeinek fejlesztése nemcsak az iskolai sikerekre készíti fel őket, hanem arra is, hogy magabiztosan, rugalmasan és rezilienciával nézzenek szembe a gyorsan változó világ kihívásaival. Ezek a képességek alapvetőek a jövőbeni jólétükhöz, segítve őket abban, hogy felnőttként érzelmi egyensúlyt, kritikus gondolkodást és együttműködő szemléletet alakítsanak ki, amivel boldogulnak személyes és szakmai életükben egyaránt.

Meghívjuk Önt, mint pedagógust, hogy csatlakozzon az önfelfedezés és fejlődés útjához. A SPIRIT keretrendszer aktív alkalmazásával nemcsak tanítási képességeit fejleszti, hanem saját életét is gazdagítja. Ne feledje, hogy az osztályterem nem csupán a gyermekek tanulásának tere, hanem egy olyan közös környezet, ahol mindenki – a pedagógus is – fejlődik. Ahogy halad ezen az úton, érdemes értékelni az együttműködést más, a transzverzális készségek fejlesztésére elkötelezett pedagógusokkal. A tapasztalatok megosztása, a sikerek ünneplése és a kölcsönös támogatás felerősítheti a SPIRIT keretrendszer átalakító erejét, és olyan gyakorlatközösséget épít, ahol az innovatív ötletek és a reflektív gyakorlatok virágozhatnak.

A SPIRIT modellben a pedagógus nem csupán a tudás közvetítője, hanem azoknak az értékeknek és kompetenciáknak az élő megtestesítője, amelyeket tanítványainkba szeretnénk elültetni. Ha magáévá teszi ezt a „tudás” és „lét” kettős szerepet, akkor a keretrendszer középpontjává válik – útmutatóvá, példaképpé és egész életén át tanulóvá. Legyen ez az út inspiráció forrása mind a diákjai, mind pedig az Ön számára. Együtt olyan osztálytermeket hozhatunk létre, amelyek nemcsak tanulás helyszínei, hanem a fejlődés, a kapcsolódás és az átalakulás terepei – felkészítve a gyermekeket arra, hogyan boldoguljanak az életben és egy egyre gyorsabban változó világban.



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. Forrás: 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.]