

Tajtiné Lesó Györgyi

Pedagógusi kompetenciakörben megvalósítható szülői énhatékonyság növelését támogató csoportmodell összefüggései

A pedagógiai szakszolgálat ellátórendszerében egyre hangsúlyosabbá válik az a szemlélet, miszerint a gyermekek fejlődését támogató beavatkozások hatékonysága jelentősen növelhető, ha azok nem kizárólag a gyermekekre irányulnak, hanem a családi rendszer egészét is megszólítják. Jelen tanulmány egy olyan, pedagógusi kompetenciával megvalósítható, nem terápiás jellegű, támogató–kompetenciafejlesztő szülőcsoport elméleti hátterét mutatja be, amelynek célja a szülői énhatékonyság növelése, a gyermekneveléssel járó stressz csökkentése, az érzelemszabályozás és a nevelési helyzetek kezeléséhez szükséges készségek fejlesztése. A program elméleti alapját Bandura énhatékonyság-elmélete, a szülői stressz rendszerszemléletű modelljei, valamint hazai és nemzetközi szülőprogramok, kutatási eredményei adják. A tanulmány hangsúlyozza, hogy a bemutatott csoportmodell összhangban áll a pedagógiai szakszolgálat jogszabályi és szakmai kereteivel, és tanácsadó pedagógusi kompetenciakörben is megvalósítható.

Bevezetés

A jövő iskolája egyre inkább túlmutat a tanulásszervezés és a tantervi tartalmak megújításán, és a nevelési folyamat rendszerszintű újragondolását helyezi előtérbe. Ebben a szemléletben az iskola nem elszigetelt intézményként működik, hanem a gyermek környezetének – család, szakemberek, támogató hálózatok – aktív együttműködésére épül. A tanulási és viselkedési nehézségek értelmezése a jövő iskolájában nem kizárólag egyéni deficitként jelenik meg, hanem komplex, kapcsolati és kontextuális jelenségként. E megközelítés szükségszerűen felértékeli a szülők szerepét mint a gyermek fejlődésének kulcsszereplőit és az intézményi együttműködés partnereit.

A jövőorientált pedagógiai gondolkodás hangsúlyozza a prevenció, az énhatékonyság és az önszabályozás fejlesztésének jelentőségét, nemcsak a gyermekek, hanem a felnőttek, így a szülők esetében is.

Jelen tanulmány ebbe a szemléleti keretbe illeszkedik, amikor a szülői énhatékonyságot nem kiegészítő tényezőként, hanem a gyermekellátás és az intézményi együttműködés egyik központi erőforrásaként értelmezi. A bemutatott szülőcsoport-modell a jövő iskolájának azon törekvéséhez kapcsolódik, amely az oktatási rendszert partnerségre, rugalmasságra és hosszú távú fejlődési támogatásra építi.

A pedagógiai szakszolgálatok működése többek között éppen ezen komplexitások kezelésére jött létre, hiszen feladatuk nem csupán a gyermekek vizsgálata és ellátása, hanem a családok támogatása és az intézményrendszerrel való együttműködés elősegítése is (15/2013. [II. 26.] EMMI rendelet; Torda–Nagyné Réz, 2015).

A gyermekek szabályozási nehézségei, az intézményi elvárásokkal való ütközések mind olyan stresszorok, amelyek hosszú távon alááshatják a szülők kompetenciaérzését. A szülők információhiánya, az egymásnak ellentmondó szakmai üzenetek, valamint a társadalmi elvárásokból fakadó megfelelési kényszer, amely a szülői distressz és az önhibáztatás növekedésén keresztül az énhatékonyság csökkenéséhez vezethet (Jones–Prinz, 2005; Fang et al., 2021).



Forrás: Nagy Fanni archívuma

Jelen tanulmány abból a felismerésből indul ki, hogy a szülők támogatása preventív hatású lehet, hozzájárul a gyermek fejlődéséhez, és csökkentheti az intézményi konfliktusokat az együttműködési kompetenciák és a szülői önszabályozás erősítésén keresztül (Sanders, 2012; Király et al., 2015). A tanulmány célja egy olyan szülőcsoport elméleti megalapozása, amely pedagógiai szakszolgálati keretek között, tanácsadó pedagógusi kompetenciában megvalósítható, és elsősorban – de nem kizárólag – BTMN vagy SNI státusszal rendelkező gyermekek szüleit célozza (15/2013. [II. 26.] EMMI rendelet; Bíró, 2020).

A pedagógiai szakszolgálat szerepe és a szülői támogatás indokoltsága

A pedagógiai szakszolgálatok működését Magyarországon a 15/2013. (II. 26.) EMMI rendelet szabályozza, amely meghatározza az ellátási formákat és azok céljait. A rendelet értelmében a szakszolgálat feladatai közé tartozik többek között a nevelési tanácsadás, valamint a családokkal és intézményekkel való együttműködés. A pedagógiai szakszolgálati protokollrendszer – alapprotokoll és szakterületi protokollok – részletezi a szolgáltatás szakmai logikáját, kompetenciafeltételeit és folyamatmodelljét. A jogszabályi és protokolláris háttér lehetőséget ad olyan csoportos formák megvalósítására, amelyek nem terápiás jellegűek, hanem preventív, tanácsadó és kompetenciafejlesztő célokat szolgálnak. A szülőcsoport ilyen értelemben illeszkedik a szakszolgálati feladatellátáshoz, hiszen nem diagnosztizál, nem klinikai kezelést nyújt, hanem a szülői működést és a nevelési helyzetekhez kapcsolódó kompetenciákat erősíti (Király et al., 2015; Torda–Nagyné Réz, 2015).

A nemzetközi szakirodalom következetesen jelzi, hogy a szülői stressz és a kompetenciaérzés csökkenése kedvezőtlenül hat a szülő–gyermek kapcsolatra, és közvetetten a gyermek fejlődési kimeneteire is (Jones–Prinz, 2005; Albanese et al., 2019). A szülőcsoport ebben a kontextusban nem „plusz szolgáltatás”, hanem hiánypótló elem: strukturált keretet ad a tapasztalatmegosztásnak, az információk feldolgozásának és a készségek gyakorlásának, továbbá csökkenti az izoláció élményét, amely gyakran társul a „láthatatlan” nehézségekhez (pl. figyelmi, végrehajtó funkciós, szabályozási problémák) (Király et al., 2015; Fang et al., 2021).

A célcsoport sajátosságai és a szülői énhatékonyság

Metaanalízisek kimutatták, hogy neurodevelopmentális eltéréssel élő gyermekek szülei átlagosan magasabb stresszszintet élnek meg, mint a tipikusan fejlődő gyermekek szülei (Hayes–Watson, 2013). Bár a BTMN és az SNI heterogén kategóriák, a szülői megterhelés számos ponton hasonló mintázatot mutathat: ismétlődő kudarcélmények, állapotfüggő gyermekviselkedés, intézményi konfliktusok és a szociális támogatás hiánya (Fang et al., 2021). A szakirodalomban ezt gyakran úgy írják le, hogy a szülők „tudják”, mit lenne érdemes tenni, de stresszhelyzetben nem férnek hozzá a tudatos stratégiákhoz, ami növeli az önhibáztatást és csökkenti a szülői énhatékonyságot (Bandura, 1997; Jones–Prinz, 2005).

Bandura énhatékonyság-elmélete és a szülői énhatékonyság

Bandura (1997) énhatékonyság-elmélete szerint az egyén viselkedését nem csupán a képességei, hanem az azokba vetett hite is meghatározza: az önhatékonyság befolyásolja a kitartást, a problémamegoldást, a stresszhez való viszonyt és azt, hogy az egyén mennyire éli meg kontrollálhatónak a helyzeteket. A szülői énhatékonyság (parental self-efficacy; PSE) ennek a koncepciónak a nevelési helyzetekre alkalmazott formája: azt jelenti, hogy a szülő mennyire hisz abban, hogy képes hatni gyermeke fejlődésére és viselkedésére, illetve hogy rendelkezik a szükséges kompetenciákkal a nevelési feladatok megoldásához (Bandura, 1997; Jones–Prinz, 2005).

A szülői énhatékonyság kiemelt jelentőségét több összegző munka is alátámasztja: összefügg a szülő–gyermek kapcsolat minőségével, a szülői mentális jólléttel és a gyermek fejlődési mutatóival, ugyanakkor a kapcsolat iránya és erőssége életkor, kontextus és mérőeszköz szerint változhat (Albanese et al., 2019; Jones–Prinz, 2005; Glatz et al., 2024). A szülői énhatékonyság egyben módosítható tényező is, mert több tanulmány és programértékelés szerint célzott, készségfókuszú beavatkozásokkal növelhető, különösen akkor, ha a programok a szülők

tényleges sikerélményéhez és önszabályozásához kapcsolódnak (Bandura, 1997; Sanders, 2012).



Forrás: Nagy Fanni archívuma

Nemzetközi szülőprogramok tapasztalatai

Triple P – Positive Parenting Program

A Triple P több szinten nyújt szülőtámogatást, célja a pozitív nevelési stratégiák erősítése, a problémás viselkedések megelőzése és kezelése, valamint a szülői önszabályozás támogatása (Sanders, 2012). A rendszer hatásosságát nagyszámú vizsgálat összegzi: a metaanalízis a gyermek-, szülő- és családi kimenetek széles körében mutat kedvező hatásokat, ugyanakkor rámutat a heterogenitásra és a módszertani minőség jelentőségére (Sanders et al., 2014). A jelen szakaszoknál a szülőcsoport nem a Triple P „teljes rendszerét” veszi át, hanem olyan programokon átívelő bizonyíték-alapú komponenseket adaptál, mint a készségfókusz, a strukturált gyakorlás, a megerősítés és a szülői önszabályozás erősítése (Sanders, 2012; Sanders et al., 2014).

Incredible Years

Az Incredible Years (IY) programcsalád szintén erős bizonyítékalappal rendelkezik, különösen a diszruptív viselkedési nehézségek csökkentése és a proszociális viselkedés erősítése terén (Menting et al., 2013). A metaanalízis alapján az IY szülőtréningek hatékonyak, és a

kimenetekben megjelenő variabilitás részben a minták és megvalósítási jellemzők különbségeivel magyarázható (Menting et al., 2013). Az IY egyik módszertani erőssége a csoportos tanulás, a modellnyújtás és a viselkedéses próbák szerepe; ezek a komponensek olyan általános hatásmechanizmusokként is értelmezhetők, amelyek más környezetbe (pl. szakszolgálat) átültetve is működőképesek lehetnek (Menting et al., 2013).

A csoport elméleti modellje

A csoport modellje szerint a szülői énhatékonyság (PSE) növelése központi hatásmechanizmus, emelkedése közvetítő szerepet játszik a szülői distressz csökkenésében, a rugalmasabb nevelési stratégiák hozzáférhetőségében, és a szülő–gyermek interakció minőségének javulásában (Bandura, 1997; Jones–Prinz, 2005; Albanese et al., 2019). A modell nem lineáris, hanem tranzakciós szemléletű: a szülői változások visszahatnak a gyermek viselkedésének észlelésére és kezelésére, ami további PSE-növekedést támogathat (Abidin, 1995; Bandura, 1997).

Bandura (1997) szerint az önhatékonyság négy elsődleges forrásból épül fel:

(1) *Mastery experiences*: A csoport a szülői kompetencia fejlesztését mikrocélok és jól körülhatárolt hétköznapi helyzetek mentén szervezi. A hangsúly a „kivitelezhető” stratégiák kipróbálásán, a visszajelzésen és a tanulságok levonásán van. Az önhatékonyság-elmélet alapján a sikeres megküzdés a PSE legerősebb forrása.

(2) *Vikariáló tanulás*: A csoport mint modell- és normalizáló tér értelmeződik. A csoportfolyamatban a hasonló helyzetű szülők adaptív megküzdései megfigyelhetők és tanulhatók. Ez különösen akkor erős, ha a modell „hozzám hasonló” szülő, és a megoldás reális, hétköznapi. A szülőcsoport egyik specifikus hozadéka az izoláció csökkentése és a „nem vagyok egyedül” élmény átélése, amely a PSE társas-kognitív komponenseit támogathatja.

(3) *Verbális megerősítés*: A csoportvezető szerepe, hogy ítéletmentes, konkrét és viselkedéshez kötött visszajelzésekkel erősítse a szülők kompetenciaészlelését. A verbális megerősítés önmagában kevésbé erős, de a Mastery tapasztalatokkal együtt jelentősen hozzájárulhat a PSE stabilizálásához.

(4) *Fiziológiai–affektív állapotok szabályozása*: A csoportban tanított érzelemszabályozó eszközök azt a mechanizmust célozzák, hogy a szülő a saját arousal-állapotát ne a „kudarc” jelének, hanem szabályozható jelzésnek értelmezze. A szabályozott állapot hozzáférhetővé teszi a tanult készségeket.

A szakszolgálati szülőcsoport módszertani modellje akkor tekinthető elméletileg koherensnek, ha a PSE növelését mind a négy forráshoz kapcsolja, világos és operacionalizált beavatkozási elemek támogatják.

A szakszolgálati keretben a tanácsadó pedagógus számára különösen releváns a pszichoedukáció, a mindennapi nevelési helyzetek strukturált feldolgozása, az intézményi együttműködés támogatása és a szülői önszabályozás fejlesztése. Ezek mind olyan elemek, amelyek a PSE növelésének elméleti modelljébe is közvetlenül illeszkednek (Bandura, 1997; Jones–Prinz, 2005; Bíró, 2020).



Forrás: Nagy Fanni archívuma

Összefoglalás

A szülői énhatékonyságot növelő csoport elméleti megalapozottsága több pilléren nyugszik. A modell a PSE-t központi mechanizmusként kezeli, és Bandura négy önhatékonyság-forrása mentén operacionalizálja a beavatkozást, ami erősíti a módszertani koherenciát.

A tanulmányban bemutatott szülői énhatékonyság-központú csoportmodell jól illeszkedik a jövő iskolájának szemléletéhez, amely a gyermek fejlődését rendszerszinten, partnerségben és prevenciós fókusz mentén értelmezi. A modell hangsúlya nem a problémák individualizálásán, hanem a szülői kompetenciák megerősítésén és az együttműködési mintázatok fejlesztésén van. Ez a megközelítés összhangban áll a jövőorientált pedagógiai irányokkal, amelyek az énhatékonyságot, az önszabályozást és a reflektív működést alapvető készségeknek tekintik.

A bemutatott modell különösen releváns a jövő iskolájában, ahol az inkluzív nevelés nemcsak pedagógiai módszer, hanem intézményi és szemléleti alapelv. A szülői énhatékonyság fejlesztése révén a program közvetetten támogatja a gyermekek tanulási és viselkedési kimeneteit is. Mindezek alapján a tanulmányban leírt módszer nemcsak a jelenlegi ellátórendszerben alkalmazható, hanem a jövő iskolájának egyik kulcsfontosságú, adaptív eszközeként is értelmezhető.

A tanulmány bírálati folyamaton ment keresztül.

Felhasznált irodalom

Abidin, Richard (1995): *Parenting Stress Index* (3rd ed.). Psychological Assessment Resources., url: <https://www.scirp.org/reference/ReferencesPapers?ReferenceID=561821> (Letöltés ideje: 2025. március 20.)

Albanese, Ariana M. – Russo, Gabrielle R. – Geller, Pamela A. (2019): *The role of parental self-efficacy in parent and child well-being: A systematic review of associated outcomes*. In: *Child: Care, Health and Development*, 45. évf., 3. sz., 333–363., url: <https://doi.org/10.1111/cch.12661> (Letöltés ideje: 2025. november 20.)

Bandura, Albert (1997): *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman., url: <https://www.scribd.com/document/394892404/Albert-Bandura-Self-Efficacy-The-Exercise-of-Control-W-H-Freeman-Co-1997-pdf> (Letöltés ideje: 2025. december 21.)

Bíró Endre (2020, szerk.): *Szakmai ajánlás a beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézséggel (BTMN) küzdő gyermekek, tanulók óvodai és iskolai neveléséhez-oktatásához*. Budapest, Oktatási Hivatal., url: https://www.oktatas.hu/pub_bin/dload/kozoktatas/kerettanterv/BTMN_szakmai_ajanlas.pdf (Letöltés ideje: 2025. október 16.)

Fang, Yuan – Boelens, Mirte – Windhorst, Dafna A. – Raat, Hein – van Grieken, Amy (2021): *Factors associated with parenting self-efficacy: A systematic review*. In: *Journal of Advanced Nursing*, February, 2641–266., url: <https://doi.org/10.1111/jan.14767> (Letöltés ideje: 2025. október 21.)

Glatz, Terese – Lippold, Melissa – Chung, Gerard – Jensen, Todd M. (2024): *A systematic review of parental self-efficacy among parents of school-age children and adolescents*. *Adolescent Research Review*, May, url: <https://doi.org/10.1007/s40894-023-00216-w> (Letöltés ideje: 2026. január 10.)

Hayes, Sephanie A. – Watson, Shelley L. (2013): *The impact of parenting stress: A meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without autism spectrum disorder*. In: *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43. évf., 3. sz., 629–642., url: <https://doi.org/10.1007/s10803-012-1604-y> (Letöltés ideje: 2026. január 13.)

Jones, Tracy L. – Prinz, Ronald J. (2005): *Potential roles of parental self-efficacy in parent and child adjustment: A review*. In: *Clinical Psychology Review*, 25. évf., 3. sz., 341–363., url: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S027273580500005X?via%3Dihub> (Letöltés ideje: 2026. január 6.)

Király Gabriella – Vecsei Tünde – Arató Domonkos – Lugosiné Pál Ildikó (2015): *A nevelési tanácsadás szakszolgálati protokollja*. Budapest, Educatio Társadalmi Szolgáltató Nonprofit Kft. (TÁMOP-3.4.2.B-12-2012-0001), url: https://www.oktatas.hu/pub_bin/dload/kozoktatas/pedagogiai_szakszolgalat/nevelési-tanacsadas-szakszolgalati-protokoll.pdf (Letöltés ideje: 2025. október 6.)

Menting, Ankie T. A. – Orobio de Castro, Bram – Matthys, Walter (2013): *Effectiveness of the Incredible Years parent training to modify disruptive and prosocial child behavior: A meta-analytic review*. In: *Clinical Psychology Review*, 33. évf., 8. sz., 901–913., url: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0272735813000949?via%3Dihub> (Letöltés ideje: 2025. október 26.)

Sanders, Matthew (2012): *Development, evaluation, and multinational dissemination of the Triple P–Positive Parenting Program*. In: *Annual Review of Clinical Psychology*, 8. sz., 345–

379., url: <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143104> (Letöltés ideje: 2025. október 24.)

Sanders, Matthew – Kirby, James N. – Tellegen, Cassandra – Day, Jamin J. (2014): *The Triple P–Positive Parenting Program: A systematic review and meta-analysis of a multi-level system of parenting support*. In: *Clinical Psychology Review*, 34. évf., 4. sz., 337–357., url: <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2014.04.003> (Letöltés ideje: 2025. október 4.)

Torda Ágnes – Nagyné Réz Ilona (2015): *Alapprotokoll a pedagógiai szakszolgálati tevékenységekhez*. Educatio Társadalmi Szolgáltató Nonprofit Kft. (TÁMOP-3.4.2.B-12-2012-0001)., url: https://www.oktatas.hu/pub_bin/dload/kozoktatas/pedagogiai_szakszolgalat/Alapprotokoll_a_pedagogiai_szakszolgalati_tevékenysegekhez.pdf (Letöltés ideje: 2025. szeptember 5.)
15/2013. (II. 26.) EMMI rendelet a pedagógiai szakszolgálati intézmények működéséről. (2013). Nemzeti Jogszabálytár., url: <https://njt.hu/jogszabaly/2013-15-20-5H> (Letöltés ideje: 2025. december 5.)