SZÓRÓL SZÓRA · INGYENES ÚTMUTATÓ

Napi 1 perc, ami megmutatja, halad-e a gyereked

Egyszerű mérés otthonra, autista és fejlődésükben elakadt gyerekek szüleinek

Lídia vagyok, Simon édesanyja. Évekig kerestük, mi segít a fiunknak. A legnagyobb változást az hozta, amikor otthon, minden nap, mérve kezdtünk dolgozni. Ezt a módszert Precíziós Tanításnak hívják. Ebben az útmutatóban a legegyszerűbb formáját mutatom meg: napi 1 perc mérés, egy lap papír és egy grafikon.

Miért mérjünk? Ha csak azt nézzük, hány százalék volt jó, nem látjuk a sebességet. Két gyerek is 100%-ot ér el, de az egyiknek 1 perc kell hozzá, a másiknak 5. Ha azt számoljuk, hány jó és hány hibás válasz jön egy perc alatt, napról napra látszik, gyorsul-e a tanulás, és időben észrevesszük, ha elakadt.

1. lépés – Válassz egy megszámolható célt

A cél legyen valami, amit látsz vagy hallasz, és meg tudsz számolni. Egy jó próba: ha egy szobor is meg tudja csinálni, az nem cél. A „csendben ül” vagy a „nem kiabál” ezért nem jó cél, a „képről megnevez” vagy a „kártyát párosít” igen.

- képkártyáról kimondott szavak
- párosított kártyák (szín, forma, kép)
- megnevezett színek vagy állatok
- felismert betűk, kimondott szótagok
- leírt számok, megoldott egyszerű feladatok

2. lépés – Mindig ugyanannyi ideig mérj

Válassz egy rövid, állandó időt: a legtöbb feladatnál 30 másodperc vagy 1 perc. Legyen elég hosszú ahhoz, hogy a gyerek legalább 8–10 választ adhasson, de rövidebb annál, amitől elfárad. Használj stoppert vagy a telefon időzítőjét.

3. lépés – Számold a jó és a hibás válaszokat

Mindkettőt írd fel, mert együtt adják a teljes képet. Előre döntsd el, mi számít hibának: például rossz válasz, vagy ha 3 másodpercnél tovább nem jön válasz. Mérés után gyakoroljatok: mutasd meg a helyes választ, segíts, dicsérj. Egy nap több mérés is lehet, a nap legjobb eredményét írd a lapra.

4. lépés – Tedd grafikonra, és dönts

Minden nap jelöld a grafikonon: a jó válasz pötty, a hibás válasz x. Pár naponként nézd meg a képet:

Amit látsz	Amit teszel
A pöttyök emelkednek, az x-ek csökkennek	Folytasd, jó a terv.

Egy-két nap alatt elérte a célt	Ezt már tudta. Válassz nehezebb feladatot.
Napok óta nem mozdul, vagy sok a hiba	Változtass a terven: bontsd kisebb lépésre, rövidítsd a mérést, vagy taníts másképp.

A legfontosabb szabály: ha nincs haladás, nem a gyerek a hibás. A gyerek mindig a legjobbat adja, ami aznap tőle telik. Ilyenkor a tervet kell megváltoztatni.

Mikor mondhatjuk, hogy tényleg tudja?

Állíts be egy célt: kérj meg egy felnőttet vagy egy ügyes testvért, hogy csinálja meg ugyanazt a feladatot 1 perc alatt, és az ő eredménye körül legyen a cél. Ha a gyerek elérte, nézd meg, megmarad-e a tudás:

- hosszabb ideig is megy-e (például 3 perc alatt is ugyanolyan ütemben)
- zajban is megy-e (szól a tévé, játszanak a testvérek)
- új példákon is megy-e (más képek, más sorrend)
- egy hónap szünet után is megy-e

Ha mind a négy rendben van, a tudás valóban a gyereké. Ezt nevezzük folyékony tudásnak.

Néhány tanács a kezdéshez

- Kezdj olyan feladattal, amiben sikerélménye lesz.
- Legyen rövid: 1 perc mérés, utána 5–10 perc gyakorlás bőven elég.
- Legyen kiszámítható: ugyanaz a hely, ugyanaz a napszak.
- Jutalmazz azonnal: dicséret, kedvenc játék, egy kis csoki.
- Rajzoljátok együtt a grafikont, a gyerek is lássa a saját haladását.

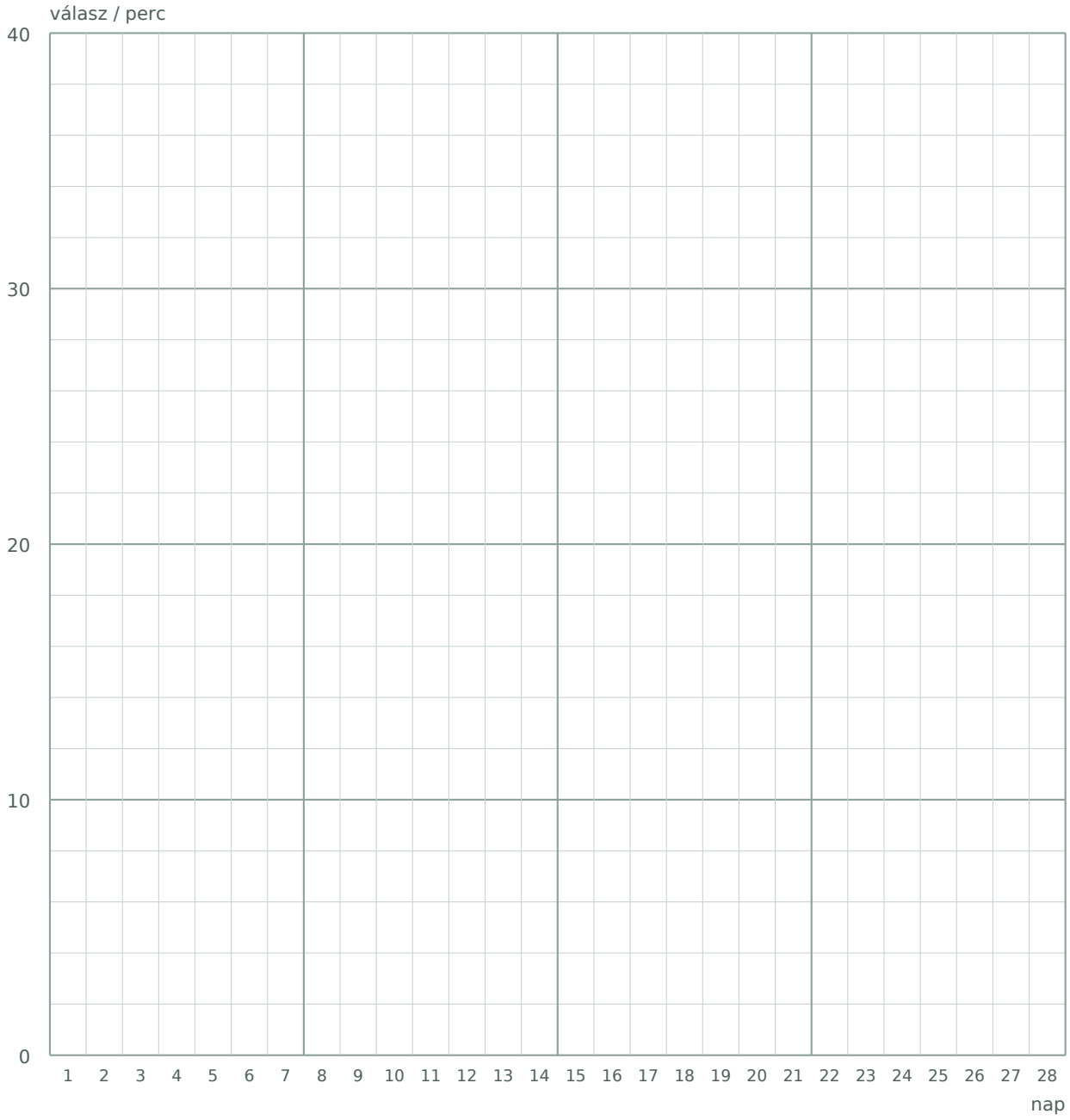
Mérőlap

Feladat: _____ Mérési idő: _____ Cél: _____ jó válasz / perc

Nap	Dátum	Jó	Hibás	Megjegyzés
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				

Haladási grafikon – 4 hét

Minden nap: • = jó válaszok száma, x = hibás válaszok száma. A célt húzd be egy vízszintes vonallal.



A szakemberek féllogaritmikus, úgynevezett standard celerációs grafikont (SCC) használnak, amelyen a nagyon lassú és a nagyon gyors tanulás is jól látszik. Otthonra, kezdésnek ez az egyszerű grafikon is elég.

Ha elakadtál, nem kell egyedül csinálnod

Négy gyermek édesanyja vagyok, eredeti szakmám szerint szülésznő. Simon miatt elvégeztem a Debreceni Egyetem Nemzetközi Viselkedés Konzultáns képzését, és otthon, mérve kezdtünk dolgozni. Ma ezt szeretném átadni más szülőknek is.

Ingyenes, 20 perces ismerkedő beszélgetés: megnézzük, hol tart most a gyereked, és tudunk-e segíteni. Kötelezettség nélkül.

- E-mail: szorolszora.info@gmail.com
- WhatsApp: +36 30 721 1856
- Weboldal: [domain]

Fontos tudnivaló: ez az útmutató szülői tapasztalatot és viselkedéskonzultánsi tudást ad át, gyakorlati formában. Nem terápia és nem diagnózis, nem helyettesíti az orvost, a gyógypedagógust vagy más szakembert. A módszer alapja a Precíziós Tanítás (O. R. Lindsley), amely az alkalmazott viselkedéselemzésből (ABA) nőtt ki.

© 2026 Szóról szóra. Személyes használatra szabadon nyomtatható.