

# Zabawki, które wpływają na rozwój systemu czuciowego (część I)

Anna Maria Florek

pedagog specjalny, logopeda, terapeuta Integracji Sensorycznej, Poradnia dla Dzieci i Młodzieży z Zaburzeniami Rozwoju w Poznaniu

## **Jak się czujesz?**

Na pytanie „jak się czujesz?”, większość ludzi zdawkowo odpowiada: „dobrze”, chociaż każdy z zapytanych czuje się przecież inaczej. Inaczej czuje się pani Maria, a inaczej pani Bożena, jeszcze inaczej czuje się pan Karol, a pan Jan zupełnie inaczej itd. Dla każdego z pytanych określenie „dobrze” znaczy co innego.

W zależności od tego, kto pyta, odpowiedź będzie różnie uzasadniona. Jeśli pyta lekarz, to cała uwaga pytanego skierowana jest na to, co, gdzie, i jak „boli”. Jeśli pyta dziennikarz, to w zależności od sytuacji (przed premierą, maturą, klasówką, ślubem, rozdaniem nagród itp.) odpowiedź będzie dotyczyła emocji („jestem podniekowany, zdenerwowany, szczęśliwy, niepewny” itp.). Jeśli pyta rodzic, który właśnie gotuje obiad i zapach

smażonych naleśników (frytek, placków ziemniaczanych, rosółu czy zupy pomidorowej itp.) rozchodzi się po mieszkaniu, to odpowiedź może dotyczyć stanu głodu. Gdy dzieci przebywają na śniegu, w wodzie, lub biegają po boisku, to odpowiedź może dotyczyć samopoczucia: zmarzłem do szpiku kości lub – spościłem się jak mysz. Gdy spytać dziecko, które właśnie przewróciło się, goniąc piłkę, to odpowie: „kolana otarte, łokieć też, ale mogę samodzielnie wstać i biegać dalej”.



Uszczegółowienie pytania daje szansę na zastanowienie się nad faktycznym stanem samopoczucia pytanego. Pytany analizuje stan poprzedni i stan aktualny. Byłem chory, to czułem się źle. Jestem zdrowy, więc czuję się świetnie. Byłem głodny i zjadłem obiad, więc

jestem syty. Przed maturą byłem zdenerwowany, a po maturze czuję ulgę („napisałem, co wiedziałem i niczego nie mogę zmienić”).

Co decyduje o tym, że potrafimy odpowiedzieć na pytanie „jak się czuję?”.

Zdolność do odbierania różnorodnych bodźców, które pochodzą z wnętrza lub z zewnątrz organizmu nazywa się czuciem. Prawidłowa reakcja na wrażenia zmysłowe docierające do organizmu to jedna z funkcji układu nerwowego. Rozróżnia się czucie protopatyczne i czucie epikrytyczne. Czucie protopatyczne informuje o rodzaju i natężeniu bodźca. Jeśli szkodliwy bodziec działa na organizm, to odpowiednia reakcja musi być natychmiastowa, by chronić organizm (odruchowe reakcje cofnięcia całego ciała lub części ciała). Czucie protopatyczne działa na poziomie podkorowym błyskawiczną reakcją chroniącą organizm. Natomiast czucie epikrytyczne jest bardzo precyzyjne w różnicowaniu bodźców. Działa na poziomie ośrodków podkorowych i korowych okolic czuciowych i kojarzeniowych mózgu. Czucie epikrytyczne ma za zadanie dostarczyć informacji o miejscu działania bodźca.

## **Zmysł czucia**

Zmysł czucia to potężny zmysł, który bezustannie zbiera, dokonuje selekcji, analizuje i adekwatnie reaguje na bodźce docierające do organizmu. Nie odpoczywa ani w dzień, ani w nocy, ani w zdrowiu, ani w chorobie.

Nie reaguje tylko wtedy, gdy organizm straci przytomność na skutek wypadku lub gdy anestezjolog przygotowuje pacjenta do operacji. Zmysł czucia jest niezbędny w tworzeniu schematu ciała oraz w rozwijaniu świadomości ciała.



Zmysł czucia nadzoruje pozycję ułożeniową ciała. Głowa z resztą ciała tworzą jedną linię, nazywaną osią ciała (zarówno na plecach, jak i na brzuchu). Jeśli głowa

nie jest ułożona w osi ciała, przesunęła się podczas zabiegów pielęgnacyjnych lub z innego powodu przesunęła się w prawo lub lewo, to prawidłową reakcją organizmu jest powrót do osi ciała. To odruchowe reakcje organizmu.

Utrzymywanie pozycji: stojącej, czworacznej, siedzącej, leżącej na boku, plecach lub brzuchu, klęku podpartego, siadu tureckiego czy płotkarskiego, stanie na jednej nodze, stanie na rękach czy głowie, i jakiegokolwiek innej pozycji – jest zadaniem układu czuciowego. Zadanie to jest na tyle trudne, że wymaga współpracy błędnika pod czujną kontrolą oka, tego, co rejestruje skóra: napięcia mięśni i sprzyjającego ułożenia stawów i ścięgien wraz z więzadłami.

Układ czuciowy powstaje we wczesnym okresie prenatalnym. Pierwsze reakcje czuciowe zarejestrowano w okolicach warg na początku drugiego miesiąca ciąży. W dwunastym tygodniu ciąży płód reaguje na bodźce dotykowe całym ciałem (odruch cofania). Do końca ciąży płód doskonali swoje reakcje na bodźce czuciowe. Przed porodem czucie jest na tyle dojrzałym zmysłem, że nadzoruje pozycję ułożeniową płodu tak, że głowa dziecka wydostaje się na zewnątrz jako pierwsza (bывают inne pozycje, ale one wymagają szczególnej pomocy medycznej).

Współuczestnicząc w akcji porodowej, dziecko przeźdiera się przez kanał rodny. Umiejętności ruchowe

nabyte w trakcie życia płodowego są aktywnie wykorzystane podczas porodu.

Wspomagając akcję porodową, dziecko poczuje całe swoje ciało „od stóp do głów” podczas swojej naturalnej aktywności. Takiej stymulacji dziecko nie doświadczy ani wcześniej, ani później. Zmysł czucia poinformuje dziecko, że zmieniło się środowisko i trzeba samodzielnie oddychać. Biorąc pierwszy haust powietrza, dziecko potwierdza głośno, że dostrzegło różnicę między środowiskiem wód płodowych a powietrzem. Rodząc się z zaciśniętymi pięściami, dziecko mówi całemu światu: „było za ciasno, więc musiałem jakoś się wydostać i udało mi się!”.

Czucie jest zmysłem pierwotnym, który daje bazę rozwojową pozostałym zmysłom: węchu, smaku, wzroku i słuchu. Zmysły rozwijają się strategicznie, a jako pierwszy, o bodźcach działających na organizm, do mózgu donosi zmysł czucia. Zmysł czucia spełnia rolę obronną, ochronną i informacyjną.

Układ czuciowy zbudowany jest z endodermy, mezodermy i egzodermy. Komórki endodermy i mezodermy wyściełają narządy wewnętrzne, a komórki egzodermy tworzą skórę.

Skóra to opakowanie kości, mięśni i narządów wewnętrznych; słowem wszystkiego, co jest w środku człowieka. Na około dwóch metrach kwadratowych skóry (średnio 1,8 metra kwadratowego) znajduje się wiele miliardów komórek

informujących mózg o tym, co dzieje się wewnątrz i na zewnątrz organizmu. Jeśli jest zbyt gorąco, skóra pokrywa się potem. Zbyt niska temperatura otoczenia wprawia ciało w drżenie, powstaje gęsia skórka i obserwuje się zmianę koloru skóry z cielistego na sinofioletowy. Skóra ma za zadanie chronić organizm przed szkodliwymi czynnikami: nadmiernym słońcem, wiatrem, zimnem oraz mechanicznymi urazami. Upadki i inne mechaniczne urazy byłyby dla organizmu o wiele bardziej niebezpieczne, gdyby nie kil-



kumilimetrowa warstwa skóry. Skóra wspomaga oddychanie. Jak trudno jest oddychać bez udziału skóry, można się

przekonać, owijając całe ciało, z wyjątkiem głowy, w materiał, który nie przepuszcza powietrza, lub przysypać się piaskiem na plaży.

Czucie trzewne informuje organizm o głodzie, sytości, pragnieniu, konieczności wypróżnienia, parciu na pęcherz moczowy i bólu w określonym miejscu, zmęczeniu i potrzebie snu. Niezaspokojone poczucie głodu kończy się omdleniem organizmu. Gdy boli głowa, brzuch, ząb lub



inna część ciała, to organizm musi znaleźć przyczynę bólu. Ignorowanie bólu nie służy zdrowiu. Życie z ciągłym bólem nie jest ani przyjemne, ani bezpieczne.

Czucie głębokie informuje o tym, jak jest ułożone ciało. To ważna informacja, bowiem inaczej układa się ciało na plecach a zupełnie inaczej na brzuchu. Leżące na plecach ciało poddaje się sile grawitacji, a leżące ciało na brzuchu musi walczyć z siłą grawitacji, napinając swoje mięśnie i opierając ciężar swojego ciała na kończynach górnych (wewnętrzna część dłoni lub boczna krawędź przedramienia opiera się na podłożu). Kończyny dolne leżą wyprostowane swobodnie, palce stóp skierowane są do siebie, a pięty są od siebie oddalone. Dziecko z całych swoich sił przeciwstawia się sile grawitacji. Opierając się sile grawitacji, dziecko musi z nią walczyć z „podniesioną do góry głową”. Leżące na brzuchu dziecko opiera się sile grawitacji (pozycja antygravitacyjna) poprzez napięcie swoich mięśni (początkowo ciało dziecka pręży się).

Podczas leżenia na brzuchu dziecko próbuje unosić głowę i próbuje ją samodzielnie utrzymać nad podłożem przez 45 sekund już w drugim tygodniu swojego życia. Jeśli głowa opada, dziecko próbuje ją znowu podnieść, pozwalając sobie na krótki odpoczynek między jednym a drugim uniesieniem głowy. Podnoszenie i utrzymywanie głowy nad podłożem daje dziecku możliwość zbudowania prawidłowego napięcia mięśniowego. Czasem głowa opada na czoło a czasem na brodę, czasem na policzek (prawy lub lewy) i dziecko wygląda, jakby zastanawiało się nad tym: Jak zacząć ten ruch? Czy można podnieść głowę, gdy policzek opiera się o podłoże? Kiedy głowa

podnosi się „sama”?, czyli – kiedy głowę podnosi się łatwo, a kiedy trudniej? A może te leżące ręce pomogłyby chociaż na początku ruchu? „Naciśnijcie trochę na podłogę, to dam radę!”. Z takimi problemami musi się zmierzyć noworodek. „Mierząc się z przeszkodą, człowiek pozna-je siebie” (Antoine de Saint-Exupéry).

Sposób na rozwiązywanie swoich życiowych bardzo skomplikowanych zadań, bez żadnej pomocy i podpowiedzi, musi znaleźć samo dziecko. Utrzymywanie głowy w górze ponad 45 sekund daje dziecku sposobność do napięcia swoich mięśni i do rozglądania się na lewo i prawo (dziecku z problemami wzroku trzeba zapewnić w otoczeniu przedmioty kolorowe lub wydające dźwięki, które ułatwią mu rozglądanie się). Pozycja na brzuchu, to początek kontroli ruchów głowy i uczenie się utrzymywania równowagi. Świadome, docelowe ruchy głowy i samodzielne utrzymywanie głowy to zadanie na pierwsze trzy miesiące życia. Dziecko musi podejmować trudne decyzje: „położyć głowę samodzielnie czy pozwolić jej opadać bez kontroli?”. Podczas podejmowania decyzji można się wiele nauczyć. Wiedzę o swoich możliwościach ruchowych dziecko zdobywa dzięki samodzielnemu, spontanicznemu i aktywnemu działaniu. Radością ze swoich odkryć dzieli się z najbliższymi, powtarza swoje działanie i oczekuje poklasku, a wtedy znowu je powtarza. „Podziwiajcie mnie! Brawa proszę”. Im więcej okazji do działania, tym więcej możliwości do

uczenia się. Czy każde dziecko skorzysta z wszystkich okazji?

Leżenie na brzuchu sprzyja rozwojowi wzrokowemu (także u dzieci, które mają jakieś resztki wzroku), bo dziecko ogląda świat z własnej perspektywy. Patrzy na to, co chce i tak długo, aż głowa „opadnie”. Utrzymywanie pozycji antygravitacyjnej na brzuchu uczy też, że zbyt mocne napięcie mięśni ogranicza działanie, a prężenie ciała działanie uniemożliwia. Leżenie na plecach nie jest niczym złym i pozwala na swobodny obrót głowy



w prawo i w lewo, oraz na podnoszenie głowy (przygotowanie do wyższych pozycji) w zakresie swoich możliwości. Leżenie na plecach umożliwia koncentrację wzroku na przedmiotach, które znajdują się nad dziec-

kiem, po prawej i lewej stronie dziecka. W przypadku dziecka z problemami wzroku dobrze, jeśli są to przedmioty bardzo kolorowe lub wydające dźwięk. Stałość oglądanego otoczenia sprzyja zapamiętywaniu i szukaniu miejsca położenia oglądanych przedmiotów. Dzięki stabilności pozycji (leżenie na plecach nie wymaga napięcia mięśni) dziecko może uważnie przyglądać się temu, czym jest zainteresowane. Gdy dziecko leży na plecach i próbuje podnieść głowę, to napięcie mięśni musi zbudować samodzielnie (stękanie bardzo pomaga). Dziecko podczas próby podnoszenia i obracania głowy poznaje zakres ruchów głowy. Głowa obraca się „od ramienia do ramienia”, a jeśli ktoś chce zajrzeć za ramię, musi się obrócić na bok.

Leżenie na brzuchu uczy dziecko utrzymywania równowagi i samodzielnego podejmowania decyzji. „Podnieść głowę czy nie podnosić?”. Samodzielne podniesienie ręki czy nogi też nie jest łatwym zadaniem, ale każdy próbuje to zrobić wiele razy. Pierwsze próby nie kończą się spektakularnym sukcesem. Stabilność pozycji (utrzymanie pozycji) jest niezbędna do celowego działania i skupienia uwagi w trakcie szeroko pojętego uczenia się (samodzielne poruszanie się, siedzenie na krześle, trzymanie przedmiotów oburącz i oglądanie ich, picie z kubka, jazda na rowerze, pływanie, jedzenie, ubieranie się, korzystanie z toalety, mycie, czesanie, słuchanie, budowanie wieży z klocków, obieranie jabłka, pomarań-

czy, sięganie po chleb, który leży na stole, wyciąganie łyżeczki z szuflady, nalewanie soku do swojego kubka, wchodzenie po schodach, zakładanie skarpetek, zapinanie zamka lub guzików, mówienie, czytanie, pisanie itd.). Uczenie się czegokolwiek w momencie, gdy organizm walczy o to, by nie upaść (by utrzymać pozycję), jest mało efektywne, by nie powiedzieć niemożliwe. Walka o utrzymanie pozycji jest priorytetem dla chroniącego się przed upadkiem człowieka. To, co ważne, nie jest łatwe, ale możliwe do nauczenia. Mając stare nawyki, trudno uczyć się nowych rzeczy...

Układ czuciowy wpływa na poczucie fizyczności swojego ciała i tworzenie schematu ciała, ale także na rozwój emocjonalny i społeczny. Ból brzucha z całą pewnością nie pozwala na radosną, bez troską zabawę. A „gdy wilk głodny to zły”. O czym myśli osoba z pełnym pęcherzem? Szczęśliwy człowiek nie tylko się uśmiecha, szczęśliwy człowiek skacze z radości. Szczęśliwy człowiek dzieli się swoją radością z każdym, kogo spotka; czasem ściska i całuje obcych ludzi. Człowiek ze spuszczoną głową, wolno przesuwający się po podłożu, całym ciałem informuje świat, że jest mu źle i całe jego ciało opadło z sił.

Układ czuciowy niewątpliwie wpływa na jakość i tempo uczenia się. Liczenie na palcach jest dowodem na to, że wrażenia czuciowe są też aktem umysłowym. Opanowanie dodawania i odejmowania na palcach jest

doskonałą zabawą. A jeśli brakuje palców u rąk, to trzeba ten problem „jakoś” rozwiązać. Rozwiązywanie problemów rozwija myślenie i korzystnie wpływa na intelekt.

Pisanie liter na swojej dłoni umożliwia lepsze, bardziej płynne ruchy pisania liter na papierze. Pozwala doskonale zapamiętać kształt każdej litery i siłę nacisku podczas pisania. Nacisk na podłoże musi być odpowiedni, żeby nie było dziur na kartce i żeby było widać to, co jest napisane. Wiele osób ociemniałych potrafi pisać poprawnie na kartce papieru, a podpis składają szybko i sprawnie. Można sprawdzić, jak wygląda własny podpis bez kontroli wzroku, wystarczy zamknąć oczy, znaleźć kartkę papieru i długopis; podpisywanie się z zamkniętymi oczami będzie świetnym ćwiczeniem, a rezultat może być niespodzianką (każde oderwanie ręki od kartki papieru to dezorientacja w przestrzeni).

Pisanie liter na plecach kolegi lub koleżanki jest dowodem na opanowanie kształtu liter i sympatii do „pisanego”. Zgadywanie, co napisał kolega czy koleżanka, jest zabawą pełną śmiechu i niespodzianek, i wymaga od zgadywającego pełnej koncentracji, dlatego większość dzieci zamyka wtedy oczy. Rozpoczynające naukę czytania dziecko palcem wskazuje to, co aktualnie czyta, literka po literce. Dziecko palcem dotyka miejsca, by oko spojrzało właśnie tam.

By lepiej poczuć to, co nas interesuje – ogranicza się postrzeganie innych bodźców, dokonując selekcji wrażeń.

Selekcja wrażeń to proces, którego dziecko uczy się już w łonie matki. By uchronić swój organizm przed nadmiarem bodźców, dziecko przyjmuje pozycję embrionalną i zasłania uszy, zamyka oczy itp.

### **Czucie własnego ciała w badaniach**

W 1954 roku J. Lilly skonstruował specjalną komorę, która uniemożliwiała docieranie, do przebywających w niej ludzi, bodźców: czuciowych, wzrokowych, słuchowych, węchowych i smakowych. Ochotników umieszczano w roztworze Mg SO 4-7 H<sub>2</sub>O o głębokości 25 centymetrów i temperaturze 34,5 stopni Celsjusza (nie działają siły grawitacji, człowiek jest zawieszony w próżni zmysłowej). Wszyscy ludzie, którzy przebywali w komorze, początkowo byli odprężeni. Trwało to około piętnastu minut. Później skupiali się na biciu swojego serca, oddechu, odgłosach płynących z jelit, a po czterdziestu pięciu minutach sami dostarczali sobie bodźców w postaci halucynacji słuchowych, wzrokowych i czuciowych. Długotrwała deprywacja sensoryczna jest dla człowieka trudna do zniesienia.

D. Hebb na podstawie badań wykazał, że deprywacja sensoryczna jest dla organizmu stanem nieprzyjemnym. Brak bodźców powoduje zaburzenie percepcji i myślenia, negatywnie wpływa na pamięć i powoduje stany lękowe. Niedostatek bodźców doprowadza do dezintegracji procesów mózgowych, mimo że pozostałe potrzeby są zaspokojone.

Nadmiar bodźców docierających do małych dzieci nie sprzyja rozwojowi, dlatego że małe dzieci nie umieją dokonać sensownej selekcji bodźców i wszystkie bodźce docierają do młodego organizmu z taką samą siłą. Organizm odruchowo broni się przed wszystkimi bodźcami pozycją obronną, ucieczką lub odmową działania.

Deficyty czucia bardzo utrudniają dzieciom funkcjonowanie. Dzieje się tak głównie dlatego, że dziecko nie jest świadome swoich trudności. Dziecko nie potrafi zwerbalizować przyczyny swoich kłopotów. Dziecko z deficytem czucia, czuje, że jest „coś nie tak”. Stara się



samodzielnie radzić sobie i rozwiązać problem: zgrzytając zębami, zagryzając wargi, zaciskając palce dłoni (ściskając małe przedmioty w dłoni), piszcząc lub mrużąc, ssąc kciuk, obgryzając paznokcie, drapiąc się bez powodu, pocierając skórę rąk i nóg itp. Dzięki takim

zabiegom dziecko na chwilę podwyższa swoje napięcie mięśniowe i odczuwa ulgę (choć przez chwilę). Osobiste kłopoty i niską pozycję w grupie rówieśniczej dziecko kwituje stwierdzeniem: „nikt mnie nie lubi; dzieci nie chcą się ze mną bawić” itd., itp.

Osoby z deficytami czucia trzaskają drzwiami, zamiast je zamknąć, rzucają przedmiotami, zamiast odłożyć, tupią mocno o podłogę, zamiast delikatnie stąpać, biegają, zamiast chodzić, większość przedmiotów „sama” wypada z rąk itp. Dostarczają sobie wrażeń słuchowych i wzrokowych, aby wiedzieć, że drzwi są na pewno zamknięte, a przedmioty leżą na miejscu. Wyartykułowanie prawdziwych, realnych kłopotów byłoby „światłem w tunelu” do ich rozwiązania.

Dziecko, które ma dobre poczucie swojego ciała (nie wpada na innych, nie popycha innych, zna granice swojego ciała, jest schludne, nie ma resztek jedzenia na twarzy, jedzenie nie wypada z buzi i wkłada do ust tylko tyle, ile się zmieści itp.), jest sprawne, pogodne i lubiane. Komfort bycia lubianym powoduje, że dziecko jest uśmiechnięte, pewne siebie i potrafi inicjować kontakty z rówieśnikami i współpracować z nimi, i lepiej rozwiązuje swoje problemy życiowe.

O tym, że poczucie swojego ciała jest bardzo ważnym elementem w rozwoju, jako pierwszy napisał w 1888 roku J. Badal. Zwrócił uwagę na to, że zdrowi ludzie tworzą prawidłowy schemat swojego ciała. U chorego ze stwier-

dzonymi zaburzeniami pracy mózgu Badal zaobserwował kłopoty z odróżnieniem lewej i prawej strony swojego ciała. A. Benton, J. Gerstmann, G. Anton, F. Hartmann, A. Pick, M. Rosenberg i wielu innych badaczy tego okresu potwierdziło, że osoby mające uszkodzone półkule mózgu mają zaburzenia orientacji lewej i prawej strony swojego ciała. W 1923 roku K. Bonhoeffer opisał przypadek ogniskowego uszkodzenia okolicy skroniowo-ciemieniowej lewej półkuli mózgu. Pacjent nie odróżniał lewej i prawej strony swojego ciała, z trudem orientował się w przestrzeni, a jego wypowiedzi słowne były agramatyczne.

W 1904 roku W. Bechterew napisał, że przyczyną zaburzeń w tworzeniu schematu ciała są „ubytki czucia głębokiego”. H. Head i G. Holmes jako pierwsi zwrócili uwagę, że w tworzeniu schematu ciała bierze udział kora mózgowa. Według R. Mejerowicza schemat ciała jest częścią samoświadomości, a jego powstawaniu musi towarzyszyć integracja wrażeń dotykowych, ruchowych i wzrokowych. Swoje tezy przedstawił w 1948 roku, uznając, że synteza tych wrażeń dokonuje się w mózgu. J. Piaget podkreśla, że aktywność własna dziecka jest niezbędna w poznawaniu siebie i przestrzeni, która je otacza. Uważa on, że dzięki „koordynacji schematów pierwotnie różnorodnych (wzrok, dotyk, ruch) przestrzeń jest dla dziecka cechą czynności”. Jeśli dziecko aktywnie działa w przestrzeni, to może ją poznawać.

Schemat ciała to neuronalny model siebie oparty na poczuciu ciała i świadomości możliwości ruchowych poszczególnych części ciała. Najmniej zróżnicowane są mapy ciała w mózdku, a najbardziej precyzyjne są na poziomie kory mózgowej i tworzą mapę somatosensoryczną.

Suzanne Borel-Maisonny w 1952 roku opracowała test. Zadania testowe to różne pozycje ułożenia ramion. Eksperymentator układa ręce dziecka w określony sposób, następnie przywraca pozycję początkową do rozluźnienia mięśni włącznie. Dziecko samodzielnie powinno ułożyć rękę tak, jak zapamiętało, bez kontroli wzroku. Inne testy Borel-Maisonny to odtwarzanie przez badanego pozycji dziecka, które jest na obrazku.

W 1952 roku A. Benton opracował trzy próby identyfikacji dotykanych palców: dotykane pod kontrolą oka i bez kontroli oka, dotknięcia pojedyncze i podwójne. Z badań A. Bentona wynika, że brak precyzji w identyfikacji dotykanych palców skutkują zaburzeniami w budowaniu schematu swojego ciała i zaburzeniami mowy.

Połączenie wrażeń kinestetycznych i czuciowych pod kontrolą wzroku lub bez niej sprawia, że świat staje się poznawczo interesujący. Wyodrębnienie siebie z otoczenia to długi proces, a odkrycie tego daje dziecku szansę na poznawanie otoczenia. „Jeśli „ja” to „ja”, to czym jest „nie ja”? Muszę sprawdzić!” Jak pisze M. Feldenkrais „to ciekawość sprawia, że dziecko chce poznawać świat”.

Tourney (1956), badając noworodki, zauważyła, że w piętnastej dobie życia oglądają swoje prawe ręce, a lewą rękę – dopiero w czterdziestej pierwszej dobie. Palcami stóp poruszają szybciej u prawej stopy niż u lewej. Lateralizacja dokonuje się we wczesnej fazie rozwoju. Półroczne dziecko wyraźnie preferuje prawą rękę w sięganiu po przedmioty (u leworęcznych lewą rękę). Podczas stawiania pierwszych kroków obie ręce są tak samo potrzebne do utrzymywania równowagi, więc stronność zanika i pojawia się dopiero po opanowaniu sztuki sprawnego poruszania się na dwóch nogach.

J. Piaget zauważa trzy stadia rozwoju stronności: swój punkt widzenia, punkt widzenia osoby z naprzeciwka i względne położenie trzech przedmiotów. Dzieci najpierw potrafią pokazać swoją rękę, następnie swoją prawą rękę, a prawą rękę kolegi z naprzeciwka umieją u progu nauki szkolnej. Dopiero u progu nauki szkolnej dzieci rozumieją pojęcia lewa, prawa itp. Jeszcze nie używają tych pojęć, ale doskonale je rozumieją. Gdy usiądą na przeciw dorosłego, to potrafią odwzorować ułożenie ciała w sposób lustrzany. Określanie położenia przedmiotu znajdującego się pośród innych jest wprawne u dzieci szkolnych. Książka leży obok zeszytu, a długopis między zeszytem a książką. „A kto to tak poukładał? To ja, uczeń pierwszej klasy”.

J. Gerstman zwrócił uwagę na związek między uszkodzeniem ogniskowym w okolicy ciemieniowo-potylicznej

dominującej półkuli mózgu a poczuciem stronności, zaburzeniem w rozpoznawaniu swoich palców (agnozja palcowa) z zaburzeniami agrafii (utrata zdolności liczenia) i akalkulii (utrata zdolności pisania). Badania A. Straussa, H. Wernera i A. Bentona potwierdziły tę zbieżną zależność.

### **Ciało dziecka a otaczające je środowisko**

Poznanie stosunków przestrzennych i poznanie własnego ciała to dwie strony tego samego procesu, który może stać się jednością w działaniu podczas własnej aktywności. Im więcej własnej aktywności dziecka, tym lepiej tworzony jest schemat ciała. Dziecko tworzy schemat ciała w kontakcie ze światem zewnętrznym. W miarę zdobywania doświadczenia odkrywa rozmaite zależności między swoim ciałem a otaczającym je środowiskiem. Tworzenie i znajomość swojego ciała jest naturalną potrzebą dziecka, która powstaje w wyniku celowej aktywności. Poznanie lewej i prawej strony świata jest ściśle związane z poznawaniem stronności swojego ciała. Inicjatywę w działaniu u praworęcznych ma prawa ręka (a u leworęcznych lewa). Lateralizacja, czyli dominacja lewej bądź prawej strony ciała, dokonuje się na poziomie sensorycznym i jest efektem rozwoju motorycznego dziecka. Bilateralność to umiejętność użycia obu rąk do różnych celów podczas wykonywania jednej czynności. Jedna ręka trzyma talerz,

a druga łyżeczkę i wybiera jedzenie z talerza. Jedna ręka trzyma pojemnik, a druga wrzuca klocki (lub inne przedmioty); łopatką jest trzymana w jednej ręce, a wiaderko w drugiej, i tak zaczyna się robienie piaskowej babki; jedna ręka trzyma książkę, a druga przewraca kartki podczas czytania itd., itp.

Zabawy „Ojciec Wirgiliusz” czy „Kto potrafi zatańczyć tak...”, „Figurki”, „Dzień dobry ci Królu Lulu” dowodzą, że dzieci uważają, że ułożenie swojego ciała i odwzorowanie tego ułożenia jest i świetną zabawą, i daje sporo



wiedzy o człowieku. Zabawki „Twister”, „Książka cieni” i „Zrób to ty” dają dzieciom szansę na zrozumienie tego,

jak ważne a czasem trudne jest dysponowanie ruchem swojego ciała. Podczas jazdy rowerem (hulajnogą, samochodem, motocyklem, żaglówką) jadący pojazdem swoim ciałem pomaga skręcić w lewo lub w prawo.

Związek między tworzeniem schematu własnego ciała, działaniem, orientacją w przestrzeni, i mową jest ścisły. By mówić wyraźnie, trzeba nie tylko wiedzieć, jak poruszać ustami. Trzeba też doskonale czuć ułożenie narządów artykulacyjnych stosownie do wypowiedzanej głoski. Głoska „m” wymaga zwarcia warg, a głoska „u” napięcia mięśnia okrężnego wargi, głoska „h” wymaga zwarcia języka i podniebienia miękkiego, głoska „e” wymaga ruchu kąciaków warg w kierunku uszu, głoska „i” napięcia mięśni żuchwy, głoska „n” wymaga podniesienia języka i dotknięcia przednią częścią języka przednich zębów górnych itd.

Pod koniec pierwszego roku życia dziecko podnosi obie ręce do góry: „ale jestem duży!”. W drugim roku życia dziecko podnosi jedną lub drugą rękę, by sięgnąć po cokolwiek (potrafi podnieść rękę poproszone o to). Dopiero kilkunastolatnie dziecko potrafi podnieść rękę lewą lub prawą. Dziecko potrzebuje więc kilku lat, aby pokazać prawą rękę lub nogę, i kolejnych kilku lat, żeby położyć prawą rękę na lewym uchu lub dotknąć lewą ręką nosa. Umysłowe opracowywanie stosunków przestrzennych jest oparte na rozumieniu stosunków przestrzennych swojego ciała. Gdzie jest głowa? Gdzie jest brzuch, a gdzie są plecy? Co jest

dłuższe: ręka czy noga? Co jest wyżej: łokieć czy ramię? Co jest cięższe: ręka czy noga? Jaki kształt ma dłoń, a jaka stopa? Jaki kształt przypomina głowa?

Rodzice uczą dziecko liczyć, najpierw, dotykając palców dziecka, mówią: „jeden, dwa, trzy, cztery, pięć”, później dziecko palcem wskazującym dotyka palców drugiej ręki, licząc „jejen, wa, ci, ci, ci”. Kolejny etap liczenia palców to prostowanie palców i poprawne ich nazywanie: jeden, dwa i poruszanie liczonych palców itd. Pokazywanie, jaki „jestem duży”, a jaki mały jest pies (położenie dłoni pół metra nad podłogą), daje dziecku możliwość wykorzystania ruchu całego ciała (kucnięcie lub pochylenie ciała) do tego celu. Zdolności intelektualne na ogół traktuje się, jakby głowa była odizolowana od reszty ciała, a przecież czuciowe doznania całego ciała bardzo pomagają w nauce szkolnej. Dzieci uczą się wedle zasady CZUJĘ – WIEM – ROZUMIEM.

Według P. Wallona stworzenie sobie schematu ciała jest ważnym etapem w rozwoju umysłowym dziecka, bo jest początkiem myślenia symbolicznego.

Znajomość schematu ciała wiąże się z rozwojem świadomości człowieka, wyodrębnieniem siebie z otaczającego świata i przeciwstawieniem siebie jako podmiot w otoczeniu.

S. Fischer i S. C. Cleveland w 1958 roku podzielili zaburzenia w schemacie ciała na cztery typy zaburzeń:

brak poczucia granic swojego ciała, odczuwanie swojego ciała tak, jakby należało do innej osoby (depersonalizacja), przekonanie, że własne ciało posiada dodatkowe części, i uznawanie prawej strony ciała za lewą lub odwrotnie.

Tworzenie schematu ciała to bardzo długi, kilkuletni proces. Jeśli już jednak powstanie, to swędzi i boli nawet amputowana kończyna.

Schemat swojego ciała to główny model, do którego człowiek odnosi własne spostrzeżenia, i tak powstaje świadomość. Schemat ciała jest indywidualnie tworzony wokół osi ciała w sposób symetryczny.

Proces tworzenia zaczyna się już w okresie prenatalnym. Na początku postrzeganie swego ciała ma cha-



rakter zero-jedynkowy: poczuciu komfortu przeciwstawia się poczucie dyskomfortu, bo tyle jest w stanie zauważyć

i zinterpretować młody organizm. W trakcie rozwoju dziecko dostrzega, analizuje i zapamiętuje coraz więcej sygnałów pochodzących z wnętrza ciała (głód, ból, parcie na pęcherz moczowy, pragnienie, sytość) i z zewnętrznej powłoki skórnej swojego ciała (narastająca temperatura otoczenia – można się poparzyć, swędzące kolano – komar się „pożywił”, na ręce usiadł motyl – „nawet ładny”, „co chodzi po moich plecach?”). Reakcja na rozmaite bodźce zależy od poziomu rozwoju osobistego i poziomu zaspokojenia potrzeb fizjologicznych.

### **Zaspokajanie potrzeb**

Ludzkie potrzeby są różne: fizjologiczne, emocjonalne, poznawcze, społeczne i kulturowe. Zaspokajanie własnych potrzeb zależy od wieku i rozwoju ogólnego. Na początku życia wszystkie potrzeby człowieka zaspokajają inni ludzie. Im człowiek jest bardziej świadomy swoich potrzeb, tym bardziej stara się zaspokajać potrzeby wedle swoich możliwości i umiejętności. Gdy niemowlę chce pić – płacze, dwulatek prosi: „daj pić”, trzylatek mówi: „mamo, tak mi się chce pić; poproszę o sok”, czterolatek bierze kubek i pije, pięcioletek nalewa sok do kubka (połowa jest poza kubkiem), sześciolatek potrafi kupić ulubiony sok w sklepie (potrafi znaleźć sok na półce i, nie strącając innych przedmiotów, wkłada sok do koszyka z zakupami pod czujnym okiem dorosłego opiekuna), siedmioletek wie, ile kosztuje sok, dziesięcioletek wyjmuje sok z lodówki i pije,

gdy jest spragniony. Piętnastolatek potrafi samodzielnie zrobić sok – umie zerwać owoce, umyć je i wycisnąć przez maszynkę, a osiemnastolatek wie, że aby kupić sok, to trzeba mieć własne, zapracowane przez siebie pieniądze, dwudziestolatek pracuje na sok itd., a dziewięćdziesięciolatek ma odłożone na ten cel pieniądze, ale nie pamięta, gdzie je położył...

Sposób, w jaki człowiek zaspokaja swoje potrzeby, zależy od wieku i poziomu rozwoju osobniczego oraz od umiejętności i motywacji, ale też od selekcji i kategoryzacji ważności potrzeb. Gdy niemowlę się budzi, to niezależnie od pory dnia i nocy rozgląda się wokół siebie. Zorientowawszy się, że jest samo, nawołuje swoim głosem rodzica (opiekuna). W oczekiwaniu na opiekuna, dziecko wokalizuje, głuży, gaworzy a czasem zniecierpliwione płacze. Kiedy pojawia się rodzic, pochyla się nad dzieckiem i oznajmia swoje przybycie łagodnym głosem, dziecko uspokaja się i przygląda się, pytając: „kto się pochylił nade mną?”. Zapach, głos i ruch ciała są dla dziecka sygnałami, które ułatwiają identyfikację osoby. Większość dorosłych intuicyjnie dostarcza dziecku takich informacji, które szybko umożliwią rozpoznanie siebie. Najczęściej mówią łagodnym głosem: „co mogę dla ciebie zrobić, by cię uszczęśliwić?”, a następnie biorą dłoń dziecka w swoją i, dotykając swojej twarzy, mówią: „to ja, twoja mama”, czasem gładzą dłońią dziecka swoje włosy (uszy, policzki, ra-

miona itp.). Niekiedy podchodzi tata i dłonią dziecka dotyka swojej brody lub wąsów lub „drapiącego” nieogolonego policzka, i mówi: „to ja twój tata, jak się masz?, czego ci potrzeba?”. Rozsądni rodzice (opiekunowie) przedstawiają się w taki sposób, który wyróżnia ich spośród innych ludzi (długość włosów, określona fryzura, broda, wąsy, brwi itp.).

### **Rodzic i „nie rodzic”**

Przyglądanie się rodzicowi jest bardzo, bardzo ważne i bardzo, bardzo uważne, bo trzeba umieć odróżnić rodziców (opiekunów) od „nie rodziców”. Dzieci błyskawicznie uczą się rozpoznawać swoich rodziców (opiekunów). Dzieci wpatrują się w rodziców (opiekunów), angażując wszystkie swoje zmysły: węch, czucie, słuch i wzrok w taki sposób, jakby chciały odpowiedzieć sobie na pytanie „w jaki sposób szybko rozpoznać tego człowieka? „Uśmiechnę się na początek (przymilę, zrobię czułą minkę)”. Rodzic (opiekun) nie tylko odpowiada uśmiechem na uśmiech, ale zbliża swoją twarz i umożliwia dziecku identyfikację, a następnie delikatnie wkładając rękę pod głowę, mówi: „skoro już nie śpisz, to wyjmę cię z łóżeczka”. Delikatnie podnosząc głowę dziecka, drugą dłoń podkłada pod biodra dziecka. Gdy poczuje, że trzyma dziecko na rękach, delikatnie podnosi je do góry, tuląc dziecko i pieszczotliwie przemawiając. Dziecko tuli się do rodzica i tak potrzeba bliskości jest obustronnie zaspo-

kajana (odruch przywierania). Dziecko na rękach dorosłego jest tulone i kołysane, i słucha tego, co mu szepcze do ucha.

Małe dziecko słucha z uwagą rodzica, chociaż znaczenia słów nie rozumie, wtula się w dorosłego z całych swoich dziecięcych sił i czuje, że razem jest bezpiecznie, dobrze i miło. Czując miłość rodziców (opiekunów), dziecko wie, że wypowiedane przez dorosłego słowa wyrażają dobre uczucia i wspólnie budują zaufanie i mocną nierozzerwalną więź: „Jak dobrze być razem”.

Idzie Bobo z daleka do małego człowieka.

Idzie wyżej, idzie niżej, idzie dalej, idzie bliżej.

Idzie do noska, do uszka.

Idzie, idzie z daleka i...

Łaps, za nóżkę małego człowieka!

Do rączki, do brzuszka

Ukradło całuska.

Idzie Bobo z daleka do małego człowieka.

Idzie z przodu, idzie z tyłu, idzie z lewej, idzie z prawej.

Do pleców, do nóżki.

Idzie Bobo z daleka i...

Łaps, rączkę małego człowieka!

Do rączki, do brzuszka

Oddawaj całuska.

Baraszkowanie z rodzicami sprawia i dziecku, i rodzicom wiele radości z bycia blisko siebie. Ta bezpieczna bliskość jest podstawą do budowania prawidłowych relacji z innymi ludźmi. Bliski, fizyczny kontakt z rodzicami pozwala dziecku na zdobywanie wiadomości o fizycznych granicach swojego ciała. Rodzicom zaś bezpośredni kontakt fizyczny ze swoim dzieckiem uświadamia, jak bezbronne i delikatne jest małe dziecko i jak



wielka odpowiedzialność spoczywa na ich barkach za tę małą, ludzką istotę (opieka nad własnymi dziećmi daje dorosłym żywe świadectwo na to, jak bardzo powinni być wdzięczni własnym rodzicom za ich trud). Tuląc dziecko w swoich ramionach, rodzice uspokajają je,

usypiają, ale nade wszystko starają się przekazać dziecku, jak bardzo je kochają i jak bardzo cieszą się każdą wspólnie spędzoną chwilą.

## **Zabiegi pielęgnacyjne**

Podczas zabiegów pielęgnacyjnych rodzice dotykają całego ciała dziecka (myją, kąpią, nacierają oliwką, smarują kremem, owijają ręcznikiem, kocikiem) z wielką delikatnością i czułością. Gdy rodzice tulą płaczące dziecko, mówią mu, jak bardzo im smutno i przykro, i jak bardzo chcieliby ulżyć cierpieniu dziecka. Gdy karmią dziecko, to opowiadają o tym, co dziecko je i jak bardzo cieszą się z jego apetytu. Gdy dziecko śpi, zachowują się baaardzo cicho. Chodzą na palcach i mówią szeptem, by nie obudzić dziecka. Śpiące dziecko, jak powszechnie wiadomo, budzi „rodzic, który z filiżanką kawy lub herbaty bezzszelestnie siada w swoim ulubionym fotelu i zamierza wypić gorącą kawę lub herbatę”...

Gdy rodzice czeszą dziecko, opowiadają mu o tym, jakie ma piękne włosy i jak miło te włosy szcztokować. A gdy zmieniają pieluchę, są tak dumni z jej zawartości, że nawet ten nieprzyjemny zapach też podziwiają.

Nawet od bardzo dobrze rozwiniętego niemowlęcia nikt nie oczekuje tego, że samodzielnie się ubierze. Niemowlę ubiera się w taki sposób, żeby mogło aktywnie uczestniczyć w tym przedsięwzięciu. Kiedy rodzic zamierza zmienić dziecku kaftanik (lub śpioszki), wyj-

muje czysty kaftanik z szafy i układa w miejscu, które służy do ubierania dziecka. Następnie podchodzi do dziecka, pochyla się nad nim i opowiada o swoim zamiarze. Oczarowane pomysłem dziecko jest zabierane na ręce i położone na plecach w „przebieralni”. Rodzic bierze kaftanik, pokazuje go dziecku, pozwala dotknąć kaftanika i opowiada o tym, jaki jest miły, ciepły, pachnący, wygodny a uszyto go specjalnie dla ciebie, a szyły to cudo cztery najlepsze krawcowe na świecie itd.



Rodzic mówi to po to, by dziecko miało czas na przygotowanie się do zmiany. Dziecko przecież leżało sobie spokojnie w łóżeczku, a tu nagle jest w innym miejscu

i z nieznanej sobie przyczyny rodzic zmienia kaftanik. Nim dziecko zorientuje się, że nie jest w łóżeczku a rodzic zdejmuje kaftanik, to czasem płacze z powodu niezrozumienia tego, co się dzieje. Dziecko nie rozumie dobrych intencji dorosłego, a słowa nie wyjaśniają nowych okoliczności. Dziecko potrzebuje czasu na odnalezienie się w nowej sytuacji. Werbalizując swoje działanie, rodzic narzuca sobie rytm i tempo zmiany kaftanika, a dziecko ma czas na reakcję i aktywne uczestnictwo w sekwencji zdarzeń. Rodzic prosi dziecko o podanie ręki, gdy dziecko poruszy lewą ręką (lub prawą), rodzic wkłada tę rękę do rękawka kaftanika, następnie prosi o podanie drugiej ręki i na koniec wsuwa tył kaftanika pod plecy



dziecka. Czasem rodzic podkłada swoje prawe ramię pod lewy bok dziecka, a lewą dłoń wsuwa pod prawą łopatkę dziecka i, delikatnie narzucając kierunek ruchu, obraca dziecko na brzuch i zawiązuje lub zapina kaftanik (jeśli rodzic potrafi zapiąć kaftanik, gdy dziecko leży na boku, to dziecko przez chwilę leży na boku).

Podczas zabiegów pielęgnacyjnych rodzic nie tylko inicjuje określony ruch dziecka, ale często pomaga określić ruch wykonać. Gdy dziecko zmienia miejsce swego pobytu z łóżeczka (wózka, przewijaka) na inne, to



dzieje się to w określony sposób: najpierw podnosi się głowa dziecka, a następnie reszta jego ciała (głowa podnosi się pierwsza), a gdy dziecko jest układane w łóżeczku (wózku itp.), to najpierw biodra dotykają podłoża, a głowa ułoży się na swojej ulubionej „podusi” na końcu. Zabiegi pielęgnacyjne wykonywane w określonej kolej-

ności pozwalają dziecku na opanowanie ruchowych sekwencji potrzebnych do dalszego rozwoju (przewracanie się z brzucha na bok, z boku na plecy, siadanie, wstawanie itd.). Wszystkie wiadomości dziecko wykorzystuje w swojej ruchowej aktywności.

Jeśli zabiegi pielęgnacyjne są wykonywane prawidłowo, to dziecko rozwija się znakomicie nawet przy początkowych komplikacjach (wcześnieactwo, niskie lub wysokie napięcie mięśniowe itp.). W przypadku chaotycznego, gwałtownego wykonywania czynności pielęgnacyjnych deficyty rozwojowe pogłębiają się. Podczas zabiegów pielęgnacyjnych potrzeby całego systemu czuciowego muszą być w pełni zaspokajane. Mycie, głaskanie, masowanie, oliwkowanie, całowanie, owijanie ręcznikiem itp. dostarcza dziecku niezbędnych, różnorodnych wrażeń czuciowych.

Nim dziecko samodzielnie zacznie dotykać swojego ciała, ma już spore doświadczenie w percepcji dotykowej. Jeśli dziecko było na spacerze, to całym ciałem odczuwało ciepło, chłód, silny wiatr lub mróz. Podczas kąpieli było rozebrane, a po kąpieli było ubierane, więc całe ciało zdobywało wrażenia czuciowe: ciepła, zimna czy „gęsiej skóry”, gdy tata trzymał dziecko na rękach mocno, po „męsku”, a mama pewnie i delikatnie. Trzymanie dziecka w ramionach rodziców jest szansą na poczucie fizycznych granic swojego ciała. Małe dziecko ma wiele możliwości odbierania bodźców dotykowych.

Percepcja wrażeń dotykowych podporządkowana jest z jednej strony potrzebom dziecka a z drugiej strony możliwościom zinterpretowania bodźców przez układ nerwowy dziecka (analiza, synteza zapamiętywanie, odpowiednia reakcja do siły bodźca itp.). Dotykając swojego ciała, dziecko próbuje się dowiedzieć, gdzie „ja”, a gdzie „nie ja”. Kokosząc się, otrzymuje informacje o podłożu; czy jest miękkie czy twarde, suche czy mokre. Poruszanie kończynami daje informacje o swobodnym, nieograniczonym ruchu lub ograniczonym kocykiem (kołderką, becikiem itp.). „To ciekawość” napisał M. Feldenkrais, motywuje dziecko do rozwoju. Całe ciało dziecka dostarcza mu wszystkich, potrzebnych w początkowym okresie rozwoju informacji. Wiedza o swoim ciele jest niezbędna do poznawania najbliższego otoczenia i stanowi punkt odniesienia do wiedzy o świecie.

Podstawowe wiadomości o swoim ciele, jego ułożeniu i po-



trzebach (głód, ból, pragnienie, ułożeniowy dyskomfort itp.) dziecko zdobywa samodzielnie. W zdobywaniu informacji bardzo pomagają odruchy: MORO, STOS, ATOS, przywierania, Pereza, Palmara, Babińskiego, chwytny itp.

Noworodek musi odróżnić stan położenia na plecach i stan położenia na brzuchu. „Leżę sobie na plecach, nie muszę napinać mięśni i mogę swobodnie poruszać rękoma i nogami; leżę na brzuchu, muszę napiąć mięśnie i podnieść głowę”. Sześciomiesięczne niemowlę różnicuje stan leżenia i siedzenia. „Leżę sobie wygodnie; och, jak przyjemnie; siedzę, muszę uważać; oj! trzeba podparć się rękoma; u! udało się, jeszcze siedzę”. Dziesięciomiesięczne niemowlę różnicuje stan leżenia, siedzenia i stania. „Siedzę sobie wygodnie, ale stać też umiem; oj! muszę uważać, pomogę sobie rękoma i położę ręce na krześle; super!”. Roczne dziecko różnicuje stan leżenia, siedzenia, stania i chodzenia. „Stoję, jest bezpiecznie; rodzice mnie wołają, idęęę... Ojej!”.

Bibliografia dostępna w Redakcji.

(Zdjęcia Anna M. Florek)

# Dotknąć las

## Przemysław Barszcz

leśnik, prezes Polskiej Fundacji Przyrodniczo-Leśniczej  
w Krakowie

Wykorzystując dotyk, możemy uzyskać znacznie więcej informacji o przyrodzie niż przypuszczamy: jednym dotknięciem rozpoznać każde drzewo w lesie, poznać reguły ekologii, a nawet dowiedzieć się, jakie zwierzę przyjdzie tu dziś wieczorem.

Czego dzieci mogą dowiedzieć się o otaczającej przyrodzie za pomocą zmysłu dotyku? Prawie... wszystkiego, a na pewno bardzo dużo.

Rozpoznawanie gatunków drzew to wbrew pozorom rzadka umiejętność, ograniczona przeważnie do kilku podstawowych gatunków, w okresie gdy są one ulistnione. Tymczasem jest to umiejętność niezwykle istotna, nie tylko w pracy leśnika i przyrodnika. Wbrew pozorom, oprócz satysfakcji ze zdobytej wiedzy, rozpoznawanie dotykiem gatunków drzew może dostarczyć dzieciom niesamowitą wprost ilość cennych informacji o otaczającym świecie.

O ile rozpoznawanie drzew po liściach możliwe jest tylko w sezonie wegetacyjnym, o tyle wykorzystanie

zmysłu dotyku pozwala prawidłowo oznaczyć gatunek drzewa przez cały rok.

### **Tajemnica zapisana w hieroglifach**

Jednym z elementów, po których można bezbłędnie rozpoznać gatunek drzewa jest kora. Faktura tkanek tworzących korę, jej urzeźbienie, spękania, kształt zagłębień i wypukłości są unikalne w przypadku każdego gatunku drzewa.

**Kora buka pospolitego**, niezależnie od wieku drzewa jest równa z lekko wyczuwalną szorstkością, a dłoń po potarciu kory pokrywa się drobnym osadem startych drobinek. Rozpoznając to drzewo, wiemy, że gleba w tym miejscu jest żyzna, dość wilgotna i raczej cięższa, gliniasta. Pod drzewem można wyczuć bukiew – bukowe nasiona – orzeszki ukryte w kolczastych łupinach. Pod owocującym bukiem nocą można spodziewać się dzików.

**Kora brzozy brodawkowatej** u podstawy pnia jest twarda i gruba, ale nieco wyżej jest gładka, cienka, a od pnia odstają jej cienkie fragmenty w dotyku przypominające papier. Brzoza brodawkowata to gatunek pionierski. Jej lekkie, drobne nasiona są roznoszone przez wiatr na nowe, bezdrzewne tereny. Obecność brzoź jest dla nas informacją, że w tym miejscu, pod osłoną pionierskiej brzeziny, po kilkudziesięciu latach powstanie las.

**Kora jesionu wyniosłego** jest drobno, podłużnie żłobiona. Żłobienia tworzą długie, pionowe linie. Rozpoznając jesion, wiemy, że mamy przed sobą drzewo o bardzo twardym i wytrzymałym drewnie, dobrym na przykład do produkcji narzędzi. Poza tym, gdzieś blisko musi być woda – rzeczka, źródłisko lub płytko położona żyła wodna – jesion lubi dużą wilgotność i wyrasta tam, gdzie wody ma pod dostatkiem. Nazwa „wyniosły” dobrze oddaje charakter jesionu: to potężne drzewo osiąga nawet 40 metrów wysokości i jest bohaterem skandy-nawskich legend.

Ustalenie jednej informacji – gatunku drzewa, otwiera więc nie kończący się w zasadzie skarbiec z kolejnymi informacjami. Czego jeszcze dowiadujemy się, gdy sprawdzimy już, że stoimy właśnie pod jesionem? Nawet jeżeli powierzchnię ziemi pokrywa akurat śnieg, możemy z pewnością stwierdzić, że wczesną wiosną wyrosnie tam niepozorna, żółtawo kwitnąca śledziennica skrętolistna – roślina nieduża, lecz bardzo znacząca w naukach przyrodniczych, jako gatunek wyróżniający siedlisko olsu jesionowego. Kto wie, gdzie szukać śledziennicy, tym samym wie, gdzie szukać cennego leku, bowiem preparaty ze śledziennicy mają działanie odtruwające i przeciwzapalne, a nazwa świadczy, że była wykorzystywana przy schorzeniach śledziony.

Dla miłośników ornitologii odkrycie jesionu niesie za sobą informację, że w pobliżu można spodziewać się

przepięknego dzięcioła zielonego, wybierającego do założenia dziupli właśnie nadrzeczne łęgi.

Tego wszystkiego można dowiedzieć się jednym pociągnięciem dłoni po korze drzewa.

**Sosna pospolita** to najczęstsze drzewo leśne w Polsce. Niemal 70 proc. lasów w naszym kraju to sośniny! Kora sosny u dołu pnia jest gruba, spękana, a poszczególne fragmenty mają charakterystyczną, warstwową budowę. Wyżej kora ma postać cienkich, złuszcżających się płachetków. Tam, gdzie znajdziemy sosnę, możemy spodziewać się, że gleba będzie sucha i piaszczysta.

**Jodła pospolita** to piękne drzewo leśne, najlepiej znane nam jako choinka, gdyż to właśnie jodły najczęściej goszczą w naszych domach w Boże Narodzenie. Do niedawna jodły były w naszych lasach stosunkowo rzadkie – szkodziły im tak zwane kwaśne deszcze zawierające zanieczyszczenia przemysłowe. Na szczęście zamieranie drzewostanów jodłowych w ostatnich latach ustało, jednak nadal warto chronić te cenne drzewa. Kora jodłowa pokryta jest z wierzchu drobnymi pęcherzykami. Jeżeli przebiję się taki pęcherzyk paznokciem, na zewnątrz wypływa pachnąca żywica. Jodła to jedyne spośród naszych drzew iglastych, które nie ma przewodów żywicznych w drewnie lecz właśnie w pęcherzykach kory.



**Igły jodły**

### **Co z ciebie wyrośnie?**

Ważnym elementem, po którym można bezbłędnie rozpoznać gatunek drzewa, są **pąki liściowe**. Każdy profesjonalny podręcznik dendrologii przy opisie gatunku zawiera również opis pąków. Znajomość ich kształtów, łatwych do wycucia i rozpoznania przez dziecko dotykem, pozwala na prowadzenie obserwacji również poza sezonem wegetacyjnym.

**Pąki bukowe** są długie i ostro aż kłująco zakończone. Podobne w kształcie, lecz o połowę krótsze są **pąki**

**grabowe.** Jeżeli rozpoznamy graba pospolitego, będziemy wiedzieć, że mamy przed sobą drzewo o ciężkim i bardzo twardym, niemal „stalowym” drewnie, doskonałym na opał.

Przeciwnieństwem graba jest lipa drobnolistna. Jej pączki są kuliste a drewno bardzo miękkie, chętnie używane przez rzeźbiarzy. Z drewna lipowego wykonany jest 500-letni, monumentalny ołtarz Wita Stwosza w Kościele Mariackim w Krakowie. Przez wieki lipy dostarczały surowca na miski i łyżki, a z ukrytej pod korą warstwy łyka pleciono łapcie.

**Pąki liściowe dębu szypułkowego** są grube, lekko stożkowate, o zaokrąglonych krawędziach. Tam gdzie rośnie dąb, znajdziemy żyzną glebę. Drewno dębu jest bardzo cenne i używane do produkcji pięknych mebli. Niekiedy znajduje się tak zwany czarny dąb. To drewno dębowe, które przeleżało bez dostępu tlenu ukryte w dnie rzeki przez kilka tysięcy lat.

Przy pomocy dotyku bezbłędnie można nauczyć się rozpoznawać po pędach, jak fachowo nazywa się gałązki, również drzewa iglaste. Chociaż jest to bardzo łatwe, umiejętność ta jest zadziwiająco rzadka, a wiedza większej części ludzi ogranicza się do zbiorczego pojęcia „choinka”. Warto więc nauczyć dziecko, w jaki sposób łatwo rozpoznać, jakie drzewo iglaste ma przed sobą.

**W przypadku drzew iglastych** najpewniej oznaczymy gatunek po igłach, jak nazywamy ten specyficzny

rodzaj liści. Za wyjątkiem modrzewia wszystkie rodzime drzewa iglaste utrzymują igły przez cały rok, co bardzo ułatwia rozpoznanie.

**Modrzewia europejskiego**, wspomniany wyjątek, również łatwo poznać w ciągu całego roku. W okresie wegetacyjnym wyczuwamy jego mięciutkie, delikatne igły,



**Kora igły modrzewia**

wyrastające w pęczkach po kilkanaście sztuk. Gdy igły opadną, na gałązkach pozostają kilkumilimetrowe, wyraźnie wyczuwalne wyrostki, rozmiarów dużej główki od zapałki. To krótkopędy – zgodnie ze swoją nazwą są

rodzajem krótkich gałązek, z których zakończeń wiosną wyrastają igły. Modrzew wymaga dużo światła – znajdując modrzewia, niezależnie od pogody w danej chwili, mamy więc dodatkową informację, że znajdujemy się w miejscu o silnym nasłonecznieniu.

Jak rozpoznać pozostałe spośród drzew iglastych? Wystarczy zapamiętać, że jeżeli pocujemy w dłoni igły



### Igły świerka

sztynne lecz nie kłujące, długości około trzech centymetrów, płasko ułożone wzdłuż gałązki, **mamy do czynienia z jodłą**. Igły świerka są nieco krótsze, a przede

wszystkim są ostro zakończone i silnie kłują. W przeciwieństwie do jodłowych, igły świerkowe ułożone są dookoła gałązki.

Żeby odróżnić sosnę trzeba wiedzieć, że igły sosnowe są kilka razy dłuższe zarówno od igieł jodły jak i świerka. Ich zakończenia są wprawdzie ostre, lecz w dotyku igły sosnowe nie kłują, gdyż z racji długości są nieco wiotkie. Igły sosny pospolitej wyrastają z pędów w pęczkach po dwa. Z wczesnowiosennych pędów sosny, zasypanych cukrem, robi się bardzo zdrowy syrop przeciw kaszlowi.

Jeżeli wybierzemy się z dzieckiem na dendrologiczną wędrowkę po lesie, warto, przysiadając dla odpo-



**Kora sosny**



### **Igły sosny**

czynku, przeciągnąć dłoń wokół siebie. Kto dotknie dłoń mięką poduszkę mchu, ten bez tłumaczenia zrozumie, dlaczego las jest wielką gąbką chłonną wodę,



### **Leśne mchy i porosty**

chroni przed powodzią i przed suszą, powoli oddając zgromadzoną w sobie wilgoć.

A jeżeli dłoń trafi na sztywne krzaki borówki czernicy o niewielkich, skórzastych, sztywnych listkach? Gleba w tym miejscu z pewnością będzie kwaśna i uboga. Czy to wszystko, czego się dowiemy? Odwiedziłem kiedyś piękny, żyzny las dębowy w Bawarii. W jednym niewielkim miejscu rósł gęsty łan borówki, poza tym nie było jej nigdzie indziej. Miejscowy leśnik opowiedział mi, że

w tym miejscu mieszkańcy co roku grabili liście do wyścielenia obór. Chociaż nikt nie robił tego co najmniej od kilkudziesięciu już lat, gleba w tym jednym miejscu, pozbawiona warstwy próchniczej, nadal była znacznie uboższa i dlatego rosły na niej borówki.

Co jeszcze powie nam jedno pociągnięcie dłoni?

(Zdjęcia Przemysław Barszcz)

# Kolorowa terapia

Ewa Maksymowicz

niewidoma autorka książki kucharskiej

Każdy z nas wie, że nawet członkowie dzikich plemion (zarówno kobiety, jak i mężczyźni) noszą biżuterię. Na swoje nagie torsy zakładają wisiorki, naszyjniki, kolczyki, obroże i bransolety. Biżuteria wykonana z kolorowych paciorków, muszli, kamieni, piór a nawet kości stanowi ozdobę. Wskazuje na rangę człowieka w tej społeczności.

## **Jak jest u nas, w Europie?**

W Europie jest bardzo podobnie. Największą różnicą jest to, że w naszej kulturze biżuteria jest dodatkiem do ubioru. Rzadko noszą ją mężczyźni, ale jest prawdziwą przyjaciółką kobiet. Pań ze wszystkich grup społecznych. Nosimy ją na co dzień i od święta. W zależności od rodzaju ubrania i okoliczności dobieramy właściwą biżuterię. I nawet dziecko wie, jak to się robi. Nikt nie zakłada koralików do dresów. Każdy przecież wie, że kwiatek nie pasuje do kożucha. Na wielkie wyjścia: bale, bankiety, wesela, wizyty w operze, wkładamy biżuterię z metali i kamieni szlachetnych. Nawet jeśli biżuteria jest sztuczna, do złudzenia przypomina tę prawdziwą.

Na co dzień nosimy inne, bardziej zwariowane lub proste ozdoby wykonane z drewna i tworzyw sztucznych. Można powiedzieć, że bez biżuterii kobiety czują się nie do końca ubrane.

### **Co jest teraz w modzie?**

W ostatnim okresie szczególnie modna stała się biżuteria wykonywana ręcznie metodą filcowania. Doskonale prezentuje się ona w zestawieniu z włóczkową i jedwabną tkaniną. Korale, pasek, bransoleta czy pierścionek zmieniają stylizację noszonej wcześniej odzieży na bardzo nowoczesną. Filcowa broszka doda urody żakietom a nawet płaszczom. Własnoręcznie wykonana biżuteria, umiejętnie dobrana do ubioru, wyróżni nas z tłumu. Wiadomo przecież, że każda z nas chce wyglądać wyjątkowo.

### **Czy każdy może to zrobić?**

Umiejętność wykonywania takiej biżuterii zdobyłam na warsztatach arteterapii, zorganizowanych przez Okręg Warmińsko-Mazurski PZN w Olsztynie. Od tej pory zrobiłam już broszki, korale i lampiony dla całej rodziny, przyjaciół i znajomych. Prezenty wykonane własnoręcznie mają większą wartość emocjonalną niż te, które kupujemy w sklepach.

**W czasie tegorocznych ferii zimowych filcowania biżuterii uczyłam dzieci w jednej ze szkół podsta-**

**wowych na Mazurach.** Zajęcia cieszyły się takim zainteresowaniem, że trzeba je będzie powtórzyć. W czasie lekcji dzieci uczyły się nie tylko samej metody, ale również dobierania kolorów, łączenia wełny z innymi materiałami. Rozwijały artystyczną wyobraźnię, przez tworzenie kwiatów w kolorach rodem z bajek. Umiejętność zwiększania lub zmniejszania nacisku pobudzała zdolności manualne. Niezwykle fascynujące było oczekiwanie na efekt końcowy. Filcowanie okazało się bardzo odprężającym zajęciem.

Każdy z nas może to robić, wystarczy odrobina zmysłu artystycznego, pomysł i wyobraźnia.

### **Co można zrobić z filcu?**

Wykonywane przeze mnie kwiaty czasami są w kolorach naturalnych, innym razem nadaję im kolory, jakie nie występują w przyrodzie. Metodą filcowania robię również ozdoby świąteczne. Najlepiej prezentują się na lnianych obrusach. Zaprojektowałam także kilka lampionów, wykorzystując szklaneczki po zapachowych świecach. Wystarczy włożyć t-light i wesoły płomyk mieni się kolorowo przez filcowe włókna.

Zaprojektowałam korale, naszyjniki, paski i bransolety. Bardzo mnie cieszy, że zrobiona przeze mnie biżuteria zdobi ubiory moich koleżanek. I wreszcie to, co najważniejsze, filcując, aktywnie i na pewno artystycznie spędzam czas. Sprawia mi wiele radości, kiedy mogę



powiedzieć ciekawskim, że ten piękny kwiat zrobiłam własnoręcznie!

### **Jak i z czego to powstaje?**

Biżuterię i ozdoby świąteczne metodą filcowania, wykonuje się ze specjalnej wełny. Sprzedaje się ją w małych i nieco większych motkach. Dostępna w większości pasmanterii oraz sklepach internetowych. Motki są jednobarwne lub kolorowe. Wybór jest naprawdę ogromny. Na folii bąbelkowej należy ułożyć kilka warstw cienkich pasemek wełny, zwilżyć je bardzo gorącą wodą i posmarować rozpuszczonym w ciepłej wodzie szarym mydłem. Dalej ręką wygładzić powierzchnię, lekko ufor-

mować i przykryć folią bąbelkową. Głaszcząc energicznie folię, powodujemy filcowanie się wełny, przez co powstaje coś w rodzaju kawałka materiału. Teraz trzeba wypłukać go w zimnej wodzie, rozłożyć na ręczniku i pozostawić do wyschnięcia.

Na łodyżki i pręciki potrzebne są filcowe dredy, których wykonanie jest moim zdaniem najłatwiejsze. Kuleczki stanowiące środek kwiatka mogą być zrobione z wełny albo z koralików. Kiedy wszystkie elementy



zostaną zrobione, wypłukane i wysuszone, zabieramy się do ich połączenia. Potrzebna jest do tego specjalna igła, na końcu której są małe haczyki. Przez wciska-

nie takiej igły w materiał, powodujemy splątanie nici – to „zszywa” poszczególne elementy. Na koniec wystarczy przyszyć, już w zwykły sposób, agraftę, żeby łatwo przypinać broszkę do odzieży.

Jeśli na długim dredzie przyszyjemy kwiaty, kuleczki, to powstanie naszyjnik. W ten sam sposób można zrobić pasek i bransoletkę. Korale można wykonać z samych filcowych kulek, albo połączyć je z lśniącoymi paciorkami, jedwabnymi wstążkami, łańcuszkami itp. Niczym nie jesteśmy ograniczeni. Możemy łączyć fakturę w dowolny sposób – tak jak tylko przyjdzie nam do głowy. Każdy wykonany własnoręcznie przedmiot będzie niepowtarzalny, jedyny na świecie.

Filcowanie jest świetnym pomysłem na spędzanie wolnego czasu. Gorąco zachęcam rodziców, aby umożliwili dzieciom udział w warsztatach arteterapii.

(Zdjęcia Ewa Maksymowicz)

# Jaka szkoła. Bilans zysków i strat

Odpowiedziom na pytania, do jakiego szkolnictwa („otwartego” czy „specjalnego”) powinno trafić niewidome czy bardzo słabowidzące dziecko, gdzie będzie mu lepiej, gdzie więcej zyska, czy mniej straci w sensie emocjonalnym i poznawczym – poświęcono już bardzo dużo uwagi.

I chociaż argumenty w prowadzonej od lat dyskusji, ostatnio raczej przeważają na korzyść pozostawienia takiego dziecka w naturalnym środowisku (i zapewnienia adekwatnego do jego potrzeb systemu wsparcia), to jednak niektóre dzieci nadal trafiają i będą trafiać do ośrodków szkolno-wychowawczych, a ich rodzice – zanim podejmą decyzję – będą stać przed trudnym wyborem: jaka szkoła?

Poniższa rozmowa z pewnością nie pozbawi wątpliwości i obaw towarzyszących wyborowi szkoły przez rodziców dzieci niewidomych i z poważnymi problemami wzroku, ale może choć trochę przybliżyć świat internatowo-szkolny. Świat co prawda widziany z odległej dziś perspektywy czasowej, ale wciąż żywy i dobrze zapamiętany.

Moim rozmówcą jest Pan Marian Wołczyński, rocznik 1957, dziś magister ekonomii, tłumacz, mąż i ojciec

dwojga dzieci, a od niedawna dodatkowo dziadek dwojga wnucząt.

### **Panie Marianie, jakie były Pana pierwsze doświadczenia życiowe?**

Urodziłem się jako dziecko całkowicie niewidome, nie mam żadnych wspomnień wzrokowych, nieznana jest mi też, pomimo wielu badań, etiologia braku wzroku. Moja rodzina, złożona wówczas z rodziców i dwóch starszych ode mnie o cztery i dwa lata sióstr, mieszkała w małej miejscowości pod Radomiem. Po dwóch i pięciu latach od mojego urodzenia, przybyły jeszcze dwie kolejne siostry. Wszystkie są dobrze widzące. Wychowywałem się więc w rodzinie – jak dziś się mówi – wielodzietnej, ale przede wszystkim w domu pełnym ciepła i miłości rodzicielskiej. Jako dziecko czułem się w nim bezpiecznie, nie przypominam sobie, by rodzice traktowali mnie inaczej niż moje rodzeństwo; dawali mi dużo swobody, biegałem więc, jeździłem na rowerku, bawiłem się z siostrami... Nie mogę jednak wspominać dobrze relacji z rówieśnikami – z ich strony spotkało mnie w tamtym czasie wiele upokorzeń i przykrości.

### **Jakieś przykłady?**

Chyba najbardziej bolało, gdy wołano za mną „ślepy”, ale częstowanie „cukierkami”, czyli zawiniętymi w papierki po cukierkach różnymi nieczystościami też było

okrutne i upokarzające. Do dziś pamiętam, że mając te kilka lat, nie opuszczałem z obawy przed złośliwością rówieśników swojego bezpiecznego podwórka. Na szczęście traktowanie mnie, jako kogoś dużo od nich „gorszego” czy „głupszego”, miało miejsce tylko w początkowym okresie, to znaczy przed rozpoczęciem nauki w Laskach.

### **Jak doszło do wyboru tej szkoły?**

Gdy skończyłem siedem lat, powinienem zgodnie z obowiązkiem szkolnym, jak wszyscy moi rówieśnicy, rozpocząć naukę, jednak nauczyciele z rejonowej szkoły absolutnie nie byli przygotowani na przyjęcie niewidomego dziecka. Nie było więc w zasadzie wyboru – musiałem trafić do jakiejś szkoły dla niewidomych. Moi rodzice byli przekonani, że „szkoła katolicka” w Laskach będzie dla mnie najlepsza, taki też postawili warunek Kuratorium w Radomiu. Gdy już została podjęta decyzja o umieszczeniu mnie w tym Ośrodku, zaginęły dokumenty i do Lasek trafiłem dopiero w wieku dziewięciu lat.

### **Czy pamięta Pan swój pierwszy dzień w nowym miejscu?**

Dla mnie takim pierwszym wspomnieniem, czy bardziej epizodem związanym z Laskami, był przyjazd siostry Urszuli do mojego rodzinnego domu. Celem tej wizyty było prawdopodobnie przyjrzenie się niewidomemu dziecku w jego naturalnym środowisku i wstępne

podjęcie decyzji, do jakiej szkoły je skierować (w Laskach był wówczas, i jest nadal podział szkół podstawowych dla niewidomych: z „normą intelektualną” i z „obniżoną sprawnością intelektualną”). Pamiętam, że gdy siostra Urszula nas odwiedziła, ja wraz ze swoimi siostrami byłem na łące; pilnowaliśmy tam pasących się gęsi, a przy okazji biegaliśmy i bawiliśmy się w różne zabawy. Siostra mogła więc porozmawiać z moimi rodzicami, ale także wyrobić sobie zdanie na temat mojej orientacji w przestrzeni, umiejętności samoobsługowych czy nawiązywania kontaktów. Widocznie ta pierwsza „obserwacja”, jak również późniejsze testy wypadły korzystnie, ponieważ trafiłem do szkoły z tzw. normą.

### **Wracając do pytania – jak wspomina Pan pierwsze dni już w Laskach?**

Był to trudny dla mnie okres, bałem się nowego środowiska, obcych ludzi, a także tego, że niewiele umiem, i że mogę sobie z czymś nie poradzić. Trudności te były dodatkowo spotęgowane łzami mamy i ciężkim rozstaniem z siostrami. Na szczęście trafiłem do mądrych i wyrozumiałych wychowawczyń (dziś już nie żyjących) – pani Gertrudy i siostry Julii, dzięki którym stopniowo wdrażałem się do nowych obowiązków i przyswajałem sobie nieznane dotąd umiejętności. Do dziś pamiętam, że największą trudność w początkowym okresie pobytu w internacie sprawiało mi zawiązywanie butów.

## **Jakie wspomnienia związane z pobytem w nowym środowisku zapisały się Panu najbardziej w pamięci?**

Gdy zamieszkałem w internacie, tzw. Domu Chłopców, w około dwunastoosobowej grupie, musiałem przystosować się do nowych warunków – wszyscy mieliśmy swoje obowiązki, np. ścielenie łóżek, sprząatanie sypialni, dbałość o swoje ubrania. Z początku nie było mi łatwo, z czasem jednak radziłem sobie coraz lepiej z różnymi czynnościami.

Zajęć w internacie było sporo i wdrażano nas stopniowo, stosownie do wieku, do coraz trudniejszych. Pamiętam na przykład, jak podczas przerwy w dostawie prądu pompowaliśmy wodę ręczną pompą, czyściliśmy piec CO, przywoziliśmy pranie z pralni czy chleb z piekarni. Wszystkie te prace, łącznie z tygodniowymi dyżurami w sypialniach czy w stołówce, wykonywaliśmy wspólnie ze słabowidzącymi kolegami (w grupie było nas mniej więcej po połowie).

Pamiętam, że największe wymagania stawiano nam, ale też i najwięcej nauczono, podczas nauki w klasach V–VIII, kiedy funkcje wychowawców w internacie przejęli Bracia Szkolni.

## **Proszę coś więcej o nich powiedzieć.**

Bracia Szkolni to zgromadzenie zakonne, które miało swoją siedzibę w Częstochowie. Zakonnicy z tego zgromadzenia uczyli religii młodzież z warszawskich szkół (w tamtym czasie nauka ta odbywała się w punktach kate-

chetycznych, nie w szkołach). Natomiast dwóch zakonników – Paweł Pieczka i Tadeusz Gorla, w charakterze wychowawców, trafiło do internatu chłopców w Laskach. Pamiętam, że zamieszkali na terenie Zakładu w tzw. małym domku. Uczono nas wtedy, po lekcjach, różnych czynności przydatnych w samodzielnym życiu – smażenia, pieczenia, gotowania, przyszywania guzików, prasowania itp. Uważam, że najwięcej w zakresie nauki samoobsługi skorzystałem właśnie podczas ich pobytu w Laskach.

Ale chyba za jeszcze ważniejsze dokonanie Braci Szkolnych, uważam nawiązanie przez nich kontaktu z uczennicami warszawskich szkół, będącymi w naszym wieku i następnie organizowanie z ich udziałem spotkań i zabaw tanecznych. Z perspektywy czasu te spotkania z widzącymi koleżankami okazały się w moim przypadku niezwykle pomocne, ponieważ niejako oswoiły mnie, bardziej ośmieliły i nauczyły nawiązywania kontaktów z osobami pełnosprawnymi. Przypominam sobie na przykład, jaki byłem wcześniej spięty i niepewny, gdy podczas pobytu w domu, w czasie ferii czy wakacji, siostry zabierały mnie na wiejską potańcówkę do remizy strażackiej czy na spotkanie do świetlicy szkolnej.

### **Czy ta integracja z widzącymi rówieśnikami odbywała się tylko na terenie Lasek?**

Nie tylko. Wraz z Braćmi Szkolnymi wyjeżdżaliśmy do Warszawy i tam spotykaliśmy się z widzącymi kole-

żankami. Podczas spotkań chodziliśmy z nimi, na przykład do kina, do cukierni czy zoo. Zwiedzaliśmy też różne obiekty: Starówkę, Zamek Królewski, Arsenał.

### **A jak było z tęsknotą za rodziną, czy pamięta Pan jak długo trwała adaptacja do nowego środowiska?**

Pomimo starań ze strony wychowawczyń, bym czuł się jak najlepiej, pamiętam wylewane łzy i ogromną tęsknotę za rodzinnym domem. Trwało to długo, dziś – z odległej perspektywy czasowej, wydaje mi się, że dopiero gdzieś w trzeciej klasie szkoły podstawowej było mi łatwiej znosić tę rozłąkę.

Myślę, że było to także spowodowane tym, że moi koledzy z rodzinnej miejscowości, dawni „prześladowcy”, bardzo zmienili się na korzyść w stosunku do mnie. Gdy przyjeżdżałem na wakacje czy ferie, nie byłem już poniżanym „ślepy”, ale chętnie zabieranym na przykład nad rzekę równoprawnym kumplem. Ja sam też czułem, że zwłaszcza pod względem intelektualnym dorównywałem im, a w niektórych sferach byłem nawet lepszy od nich. Pamiętam, że łowiłem wtedy z chłopakami raki i ryby (wyciągałem je z rzeki ręką lub za pomocą specjalnej siatki, a potem z ogromnym zadowoleniem i dumą przynosiłem w wiaderku do domu), chodziłem na grzyby, brałem udział w różnych zabawach. Gdy wracałem do Lasek, bardzo mi tego brakowało, jak również swobody i kontaktu z przyrodą.

**Nie rozumiem, przecież Łaski są usytuowane w takim miejscu, że na brak kontaktu z przyrodą chyba nikt mieszkający tam nie powinien narzekać...**

No, niestety... W pierwszych latach mojego pobytu nie przypominam sobie, by przywiązywano większą wagę do naszego rozwoju fizycznego czy kontaktu z przyrodą. Czas wolny, pozaszkolny, spędzaliśmy raczej biernie – przy różnych grach planszowych (rewersy, chińczyk, szachy), czasem był spacer w parach. Sytuacja na tym odcinku zmieniła się dopiero wraz z przyjściem wspomnianych już Braci Szkolnych.

### **Jak był Pan przyjmowany w rodzinnym domu?**

Bardzo dobrze. Wyjazdy do domu w tamtych czasach były możliwe tylko na wakacje i ferie, więc dużo rzadziej niż obecnie. Pamiętam, że gdzieś około piątej klasy byłem w domu na tzw. świeczniku; gdy przyjeżdżałem, rodzice i siostry cieszyli się z moich osiągnięć i pomagali w rozwoju pasji i zainteresowań. Dokładali też wszelkich starań, bym dobrze się tam czuł. Pamiętam na przykład, jaką radość sprawił mi zakup radia, gramofonu i płyt z moją ulubioną muzyką, także „zachodnią”. Poza tym, będąc w domu, bardzo dużo czytałem (z biblioteki otrzymywałem wiele książek pisanych systemem Braille’a). Te dwie pasje pozostały mi do dziś. Lubiłem też obcować z przyrodą, interesowałem się wszystkim, czym zajmowali się moi rodzice i siostry, mam więc wy-

obrażenie na temat pracy na roli, wegetacji roślin, i myślę, że środowisko wiejskie bardzo mnie wzbogaciło.

### **Czy siostry nie miały do Pana żalu o trochę odmiennie (lepiej) traktowanie?**

Mogły mieć. Myślę, że rodzice, chcąc wynagrodzić mi w jakiś sposób brak wzroku i rozłąkę z domem, trochę mnie faworyzowali w stosunku do sióstr. Ale ja z kolei odczuwałem coś w rodzaju poczucia winy. Zdawałem sobie sprawę z tego, że mój pobyt w Laskach był obciążający finansowo moich rodziców, a więc pośrednio i moje siostry. Dlatego podczas pobytów w domu starałem się w jakiś sposób wynagrodzić im te koszty. Wykonywałem na przykład różne prace za siostry. Pomagałem też tacie poprzez nawlekanie liści uprawianego przez niego tytoniu, a następnie wieszanie go w suszarni. Po wyschnięciu trzeba było te liście posegregować w zależności od klas, w tym jednak już, niestety, nie mogłem być pomocny. Ale, na przykład, brałem udział w zwózce płodów rolnych – siana, owsa, pszenicy, czy podczas zbierania ziemniaków.

### **Gdzie, będąc już nastolatkiem, wołał Pan być?**

Kiedy były wakacje, i czasem trochę nudziłem się w rodzinnym domu, chciałem być w Laskach, natomiast gdy przebywałem w Ośrodku, i były jakieś poważniejsze wymagania (a mam wrażenie, że zwłaszcza w szkole

podstawowej były one bardzo wysokie) – marzyłem o pobycie w domu.

**Gdyby cofnąć czas i gdyby Pan miał podjąć decyzję o wyborze dla siebie szkoły, to czy byłaby to taka sama decyzja? Jeśli tak, to co Pana zdaniem można by zmienić, poprawić?**

Mnie z pewnością bardzo brakowało orientacji przestrzennej. Za moich czasów nie było nauki orientacji i poruszania się z białą laską. Uważam, że bardzo dużo z tego powodu straciłem (np. nie mogłem samodzielnie przemieszczać się poza terenem Ośrodka w Laskach), poza tym aż do końca nauki w liceum, ktoś z rodziny musiał mnie odbierać, zawozić do domu, a potem przywozić. Myślę, że straciłem też na kontakcie emocjonalnym, ponieważ z pewnością relacje z rodzicami i siostrami uległy zaburzeniu. Przyjeżdżając bowiem raz na jakiś czas do domu, zarówno ja czułem się trochę „jak nie u siebie”, ale też wszyscy członkowie rodziny traktowali mnie bardziej jak gościa niż domownika. I z perspektywy czasu patrząc – nie było to dobre.

**Czyli może rację mają rodzice walczący o to, by ich niewidome dziecko uczęszczało do szkoły rejonowej?**

Pewnie mają, ale aby takie dziecko osiągnęło sukces w szkole zwykłej, muszą być spełnione trzy podstawowe

warunki – odpowiednio przygotowani i potrafiący w razie potrzeby pomóc: nauczyciele, rodzina i rówieśnicy (a właściwie to całe środowisko) dziecka. Do tego takie dziecko musi mieć odpowiedni potencjał intelektualny i emocjonalny.

W mojej sytuacji, nie mogło być innej decyzji, niż ta podjęta. A dziś, po wielu latach od tamtego czasu, myślę, że pomimo pewnych strat, ja w szkole specjalnej znacznie więcej zyskałem, niż straciłem. Bilans więc – używając ekonomicznego języka, jako że jestem ekonomistą, wyszedł na plus. Zawdzięczam to nauczycielom, zwłaszcza wspomnianej już siostrze Julii, a także siostrze Rafaeli, niewidomym polonistom – Sabinie Kalińskiej-Drausowej, Krystynie Wiech, Leonowi Lechowi, niewidomemu matematykowi – Stanisławowi Gryglasowi, Stefanii Żyłko – uczącej mnie przyrody, małżeństwu Sabinie i Wacławowi Czyżyckim – którzy zainteresowali mnie geografią i grą w piłkę dźwiękową (goalball). W mojej pamięci bardzo dobrze zapisali się też wychowawcy: Bogdan Włodarczyk, Krystyna Salomończyk, Józef Placha, Siostra Blanka.

**Co Pan uważa za najistotniejsze, czego bezwzględnie Pana zdaniem powinny być uczone dzieci i młodzież niewidoma w ośrodkach szkolno-wychowawczych?**

Gdybym miał wpływ na kształt dzisiejszego szkolnictwa specjalnego, to od pierwszej klasy szkoły pod-

stawowej obowiązkowa byłaby nauka alfabetu Braille'a. Uważam, że zdobywcze techniki powinny być dodatkiem, suplementem, a nie czymś wiodącym. Ja – chociaż mam komputer, korzystam z niego, doceniam jego rolę – to uważam, że brajl jest nadal niezbędny osobie niewidomej. Podobnie jak nauka orientacji przestrzennej i samoobsługi.

Oczywiście, bardzo ważny jest poziom kształcenia, przekazywana wiedza teoretyczna i praktyczna. Ale dla mnie równie ważna, a może najważniejsza, była i jest umiejętność zaaklimatyzowania się wśród ludzi pełnosprawnych. Niewiele bowiem przychodzi z samej wiedzy i wyższego wykształcenia, jeśli taki magister czy nawet doktor, nie będzie umiał znaleźć się wśród innych ludzi.

### **Proszę pokrótce jeszcze powiedzieć, jak przebiegała Pana dalsza droga życiowa?**

Po maturze podjąłem pracę nakładczą, a jednocześnie zdałem egzaminy i zostałem przyjęty do Studium Ekonomicznego w Radomiu. Zamieszkałem wtedy u jednej z dwóch mieszkających tam sióstr, a że nie potrafiłem poruszać się samodzielnie po mieście, to w docieraniu do szkoły pomagały mi obie siostry na zmianę. Byłoby tak zapewne długo, gdyby nie dyrektor Studium, który gdzieś po dwóch miesiącach od rozpoczęcia nauki, poprosił mnie kiedyś na rozmowę i powiedział, że jego zdaniem, ja przede wszystkim muszę nauczyć się orien-

tacji i samodzielnie docierać na zajęcia. Wziąłem sobie to mocno do serca i po jakimś czasie – dzięki instrukcjom siostry Elżbiety Więckowskiej i pani Małgorzaty Plachy z Lasek oraz współpracy z moimi siostrami – zacząłem samodzielnie chodzić z białą laską. Trochę to trwało, ale dziś samodzielne poruszanie się, nie stanowi dla mnie żadnego problemu.

Po ukończeniu Studium, za namową znaczących dla mnie osób, i idąc niejako za ciosem, postanowiłem iść na studia z zakresu ekonomii. Ponieważ nie czułem się pewnie z przedmiotów ścisłych (byłem zdeklarowanym humanistą), brałem przez całe wakacje korepetycje z matematyki. Następnie pomyślnie zdałem egzaminy i dostałem się na studia. Zamieszkałem w akademiku z dość „impresowym” kolegą w pokoju. A że wolałem się uczyć, niż imprezować, wybrałem towarzystwo koleżanek – studentek i razem z nimi uczyłem się. Ten czas wspominam bardzo dobrze, bo oprócz nauki bardzo często chodziłem razem z nimi do kina, do teatru. Czasem czułem się przez nie wręcz „rozrywany”, jako że okres studiów przypadł na czas stanu wojennego i kartek – zdobywałem im więc „bez kolejki” różne dobra materialne. Wymienialiśmy się także umiejętnościami – ja udzielałem koleżankom korepetycji z przedmiotów humanistycznych, a one na przykład, rysowały mi na specjalnych foliach wykresy z matematyki.

## **Widać z tego, że wieloletni pobyt w Ośrodku nie zaburzył Pana umiejętności nawiązywania kontaktów z pełnosprawnymi osobami?**

Uważam, że to właśnie głównie zasługa Braci Szkolnych. Po tych zabawach, spotkaniach organizowanych przez nich z widzzącymi dziewczętami, nie miałem obciążenia innością, nie wstydziłem się braku wzroku, poza tym Laski dały mi umiejętność planowania, wpołyły szczerość, otwartość i wytrwałość w dążeniu do celu. Myślę, że dzięki tym cechom i umiejętnościom nie miałem też większych problemów ze znalezieniem ciekawej i odpowiedzialnej pracy.

## **A jak poznał Pan żonę?**

Było to zaraz po egzaminach wstępnych na studia. Przeczytałem wtedy w „Pochodni” ogłoszenie, że studentka bibliotekarstwa mieszkająca w Działdowie nawiąże kontakt z osobą niewidomą. Warunkiem tego kontaktu był samodzielny przyjazd do Działdowa. Pomyślałem wtedy, dlaczego nie spróbować. Próba – jak się okazało, wyszła pomyślnie i od ponad trzydziestu lat jesteśmy razem, mamy dwoje dzieci, a od niedawna dwoje wnucząt.

## **Niewidomy rodzic to duże wyzwanie. Jak Pan sobie radził w roli ojca? Co sprawiało największą trudność w wychowywaniu dzieci?**

Nie przypominam sobie takich rzeczy, z którymi nie mógłbym sobie poradzić, chętnie włączałem się w różne prace domowe i opiekuńcze. Pamiętam, że gdy dzieci były małe, każdego wieczora przed snem, czytałem im książki (pisane systemem Braille'a), często chodziłem z nimi do teatrzyków na różne imprezy dla dzieci. Gdy dzieci były w wieku szkolnym, chodziłem do szkoły na tzw. wywiadówki, w domu robiłem dzieciom dyktanda, sprawdzając ustnie, czy nie robią błędów ortograficznych (natomiast żona, dobrze widząca, oceniała ich charakter pisma). Wydaje mi się, że nie obciążałem ani żony, ani dzieci swoją niepełnosprawnością wzrokową, za wszelką cenę starałem się być maksymalnie samodzielny. Uważam, że niewidomy rodzic nie powinien nadmiernie oczekiwać i egzekwować od swoich dzieci pełnienia funkcji osobistego przewodnika i opiekuna. Oczywiście, nie oznacza to wyręczania czy zwalniania dzieci z ich obowiązków.

**Dziś Pana dzieci są już osobami dorosłymi. Założyły własne rodziny, mają swoje dzieci. Jak Pan widzi swoją rolę dziadka?**

Rodzina jest dla mnie najważniejsza. I chociaż nie mam dziś już takich obowiązków w stosunku do wnuków, jak przed laty w odniesieniu do dzieci, to nadal chętnie spotykam się z rodzinami dzieci i w miarę swoich możliwości uczestniczę w opiece nad wnukami – roczną Hanią (córką syna) i półrocznym Tymonem (synem cór-

ki). Na razie bawię się z nimi, ale wkrótce nadejdzie czas na czytanie książeczek.

**Co mógłby Pan, z perspektywy własnych doświadczeń, doradzić niewidomym osobom, planującym założenie rodziny i posiadanie dzieci? Czy jest coś, na co powinny, Pana zdaniem, zwrócić szczególną uwagę?**

Myślę, że każda osoba niewidoma czy z poważnymi problemami wzrokowymi planująca posiadanie dzieci, powinna wziąć pod uwagę możliwość obciążeń genetycznych (ja przeszedłem badania genetyczne i miałem to szczęście, że nie byłem obciążony; moje dzieci i wnuki są widzące), po drugie – powinno się być osobą dobrze zrehabilitowaną, maksymalnie samodzielną, po trzecie – osoba niewidoma powinna się aktywnie włączać w życie rodzinne i proces wychowawczy. Nie może być tak, że widzący partner/ka wyręcza czy całkowicie zwalnia osobę niewidomą z różnych obowiązków rodzinnych czy domowych. Skoro podejmuje się poważną decyzję o posiadaniu dzieci, to powinny one mieć oboje rodziców.

**Bardzo dziękuję za rozmowę.**

Z Marianem Wołczyńskim absolwentem Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych w Łaskach rozmawiała Renata Nowacka-Pyrlik

# Szkoła życia

Izabela Galicka

filolog polski

Od kiedy pamiętam, z moim wzrokiem zawsze było coś nie tak. Dzieciństwo przynosiło feerię kolorów i rozmaite kształty. Także problemy z orientacją w przestrzeni, co znacznie ograniczało możliwość samodzielnego poruszania się. Wtedy po prostu czułam, że dal jest nieznana i groźna, nie wiedziałam, że to krótkowzroczność. Matka i jej bliskość stanowiły jedyną ostoję bezpieczeństwa. Tłum był przerażający, bo łatwo było się w nim zgubić. Podobnie wielkie przestrzenie lasu czy łąki, gdzie kontury bliskich osób zamazywały się na horyzoncie. Lekarze zdiagnozowali niedorozwój siatkówki i zdecydowali, że wady tej nie można na razie korygować okularami. Ten mglisty stan przebywania w świecie nie do końca oczywistym trwał mniej więcej do dwunastego roku życia. Wtedy po raz pierwszy założyłam okulary i wrażenie było niesamowite. Rzeczywistość jakby się przybliżyła, stała bardziej namacalna i zrozumiała. Nie wiedziałam jeszcze wtedy, że rozpoczęła się właśnie walka z postępującą krótkowzrocznością.

Okulary w latach siedemdziesiątych, czyli w czasach mojego dzieciństwa, to był jednak stygmat. Szkoła okazała się paradoksalnie moim sprzymierzeńcem. Nauka przychodziła mi bez trudu. Nie sprzeciwiałam się, kiedy połowa klasy przychodziła „spisać” pracę domową. Stałam się wkrótce klasową maskotką, miłą, spokojną i lubianą. Nie pamiętam, żeby dla moich rówieśników mój wzrok stanowił jakiś problem. Zawsze znajdowała się jakaś opiekuńcza istota. Niestety jednak, wszelki sport pozostawał poza moim zasięgiem ze względu na możliwość odklejenia się siatkówki. Dlatego też „podwórko” nie miało dla mnie tego magiczno-radosnego brzmienia, co dla reszty dzieci.

Rekompensatę znalazłam sobie jednak bardzo szybko – stała się nią literatura. Prosto ze świata baśni „wskoczyłam” na głęboką wodę wielkiej literatury. Wtedy czytałam jeszcze bez okularów, zachłystywałam się tonami książek nazbyt poważnych i nie zawsze chyba odpowiednich dla nastolatki...Wolałam chyba żyć w świecie własnej literackiej wyobraźni niż w realu, jak to się dzisiaj mówi. Ta wielka intelektualna przygoda pochłonięła mnie bez reszty i w dużej mierze zdeterminowała wybór studiów.

Filologia polska stała się strzałem w dziesiątkę. Miałam już wtedy minus osiem dioptrii, ale znalazłam wielu przyjaciół – okularników podobnych do mnie. Klimat

wolnej Polski i nowinki okulistyczne z Zachodu sprzyjały nam. Zmieniała się także, z wolna wprawdzie, ale jednak, postawa społeczeństwa. Pamiętam jednak dobrze, że jako młoda kobieta strasznie wstydziłam się zapytać w sklepie, na przykład o cenę, której nie widziałam wyraźnie. Dwadzieścia lat temu w naszym niewyedukowanym społeczeństwie panowało zdecydowane przekonanie, że skoro chodzisz w okularach, powinnaś dobrze widzieć.

Po studiach zaczęłam pracować w liceum jako nauczycielka języka polskiego. Wydawało mi się to konsekwencją poprzednich poczynań dobrym wyborem. Nie wiedziałam wtedy, że będzie to droga schodami w dół. Niewątpliwie setki przeczytanych prac przyczyniły się do wzrostu krótkowzroczności aż do minus czternastu dioptrii, ale nie to było najważniejsze. Wychowana w środowisku akademików–okularników pierwszy raz zetknęłam się ze skrajnościami w ocenie ludzi niepełnosprawnych. Z młodzieżą nie było najgorzej. Nie przypominam sobie jakichś szczególnie złośliwych psikusów. Owszem, miałam przezwisko „Sokole Oko”, ale też doświadczyłam wiele przejawów życzliwości. Choćby tego, że uczniowie zawsze kładli kredę na właściwym miejscu, żebym nie musiała jej szukać. Licealiści, widząc moje problemy ze wzrokiem, zaproponowali też, że będą pisać prace na komputerze, żebym nie męczyła sobie tak bardzo wzroku. Na wycieczce w Tatrach, na szlaku do Murowańca, młody człowiek

z wielką odpowiedzialnością cały czas mnie asekurował.

Nietolerancji doświadczyłam bardziej ze strony kolegów i władz. Okazało się nagle, że nauczyciel, niezależnie od posiadanej wiedzy i umiejętności musi być w pełni sprawny. To właśnie w tych ludziach, nie we mnie, był zakorzeniony lęk, że uczniowie wykorzystają każdą nauczycielską słabość. Ponieważ nigdy nie traktowałam linii uczeń – nauczyciel jako barykady, nie czułam takiej presji. Owszem, wypracowałam sobie własne metody działania. Na przykład, chodziłam po klasie w trakcie prac klasowych czy wykładów, żeby dobrze widzieć całą klasę. Mimo to spotykałam się z zarzutami, że uczniowie „ściągają”, wykorzystując mój słaby wzrok. Tak jakbym była jedynym nauczycielem, u którego „ściągają”. Bolało mnie to, że zupełnie nie liczyła się moja kreatywność, zaangażowanie w organizację życia kulturalnego uczniów, robienie gazetek szkolnych. Zawsze jako główną przeszkodę dyrektorzy wysuwali mój słaby wzrok. Dlatego też często po roku pracy zwalniano mnie, zmieniałam miejsce pracy wielokrotnie, licząc, że tym razem będzie inaczej.

Stopniowo jednak i we mnie zachodziły pewne zmiany. Jako młoda osoba w szkole udawałam, starałam się pokazać, że widzę więcej, niż widziałam naprawdę. Jednak przez osiemnaście lat pracy w szkole nauczyłam się, że ta gra z otoczeniem, nie dość, że męcząca, to nie ma żadnego sensu. Przestałam ukrywać zarówno przed uczniami, jak i przed dyrektorami faktyczny stan rzeczy.

Jednak wobec jawnie nieprzychylnego odzewu na moją szczerłość musiałam wyciągnąć wnioski. Odejście ze szkoły, mimo że naprawdę lubiłam ten zawód, okazało się jedynym możliwym rozwiązaniem, któremu jednak towarzyszył smutek i poczucie przegranej z systemem.

Nie, nie chcę zionąć jadłem i resentymentem. Ale oglądając rewelacyjnego Chyrę w roli niedowidzącego nauczyciela, wiem, że jest tu sporo filmowej fikcji. Tyle mówimy dziś o tolerancji, o polityce antydyskryminacyjnej. Rzekomo pochylamy się nad osobami niepełnosprawnymi. Dla uczniów z dysfunkcją wzroku są już znaczne ułatwienia, choćby na maturze. Czy nie warto wobec tego życzliwiej spojrzeć na słabowidzącego nauczyciela? Czy problemem jest tu zbyt konserwatyzm środowiska nauczycielskiego? Może zmiana nastawienia pomogłaby wielu ludziom, którzy znaleźli się w takiej sytuacji jak ja, kiedy problemy ze wzrokiem „zablokowały” w sferze społecznej dalszy rozwój twórczego potencjału. Jeżeli rzeczywiście szkoła ma tworzyć zręby obywatelskiego i demokratycznego społeczeństwa, zmiana ta wydaje się wręcz nieodzowna.