

Zabawki wpływające na rozwój motoryczny dłoni (część II)

Anna Maria Florek

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

W siódmym miesiącu życia dziecko przekłada przedmioty z ręki do ręki, ale jeszcze nie wyrzuca przedmiotów. Dziecko potrafi utrzymać przedmiot w dłoni, ponieważ wprawnie używa w tym celu przeciwstawnego kciuka. Obserwator ma wrażenie, że dziecko siedzi przy taśmie produkcyjnej i musi jedną ręką wziąć przedmiot i przełożyć go do drugiej ręki. Druga ręka odkłada przedmiot i zabiera inny przedmiot z ręki, która przedmiot wzięła. Taki cykl „produkcyjny”. Po co dziecko zadaje sobie tak wiele trudu, żeby przełożyć różne przedmioty z ręki do ręki – w tym zachowaniu dziecko „rozdziela” swoim dłoniom odpowiedzialne funkcje: jedna sięga, a druga odkłada. Dziecko przygotowuje w ten sposób swoje dłonie do różnorodnego działania, w którym obie ręce będą potrzebne, ale każda robi coś zupełnie inne-

go (prawa ręka trzyma młotek, a lewa trzyma gwóźdź, prawa ręka trzyma szklankę, a lewa nalewa wodę, prawa trzyma szczoteczkę do zębów, a lewa nakłada pastę lub odwrotnie). Duże korale na sznurku spodobać się dziecku z pewnością, grająca rura, katarynka, tęcza spiralą z kwiatkami itp. Przesuwanie przedmiotów, które wiszą na sznurku też umożliwią dziecku przekładanie przedmiotu z jednej ręki do drugiej (labirynty z kulkami i drewnianymi kostkami).



W ósmym miesiącu życia trzymanie przedmiotów staje się czymś zwyczajnym. Dziecko uczy się trzymać dwa przedmioty, po jednym w dłoni. Ta działalność szczególnie podoba się dziecku, ponieważ może stukać przedmiotami o stół (lub inny przedmiot), może stukać jednym przedmiotem o drugi lub o inne przedmioty. „Puk, puk. Kto tu mieszka? Jaś z orzeszka”. Dziecko będzie

wytrwale opukiwać przedmiotami o siebie i o inne przedmioty, bo to daje dziecku możliwości poznawcze i sprawcze. Dziecko dowiaduje się, że trzymane przedmioty mogą wydawać różne dźwięki, a gdy puknie się mocno, to trzymane przedmioty wypadają. Gdzie spadną? „Muszę śledzić tor ich ruchu, by nie zniknęły bez śladu!”

Bębenek staje się najatrakcyjniejszą zabawką pod słońcem. Grając na bębnie, dziecko uczy się: działać w centrum i używać obu rąk w jednym celu. Gdy dziecko uderza w bębenek, patrzy i słucha. Samodzielnie wybija rytm, słucha i powtarza rytm. Czasem zaprasza dorosłego do zabawy. Może równocześnie uderzać oburącz, może uderzać raz jedną ręką a raz drugą ręką; może uderzać jeden raz albo dwa, albo więcej razy. Każde dziecko znajdzie swój rytm i swoje tempo działania. Rodzic, który aktywnie uczestniczy w zabawie, naprzemiennie uderzając w bębenek, będzie równorzędnym partnerem dialogu czynnościowego.

W dziewiątym miesiącu aktywność dziecka jest nastawiona na wyrzucanie przedmiotów z ręki i śledzenie toru ruchu spadających przedmiotów. Dopóki cokolwiek jest w zasięgu ręki i oka dziecka, to zabawa będzie trwać. Nie zawsze dorośli nadążają z podnoszeniem zrzuconych przedmiotów. Dziecko łapie i wyrzuca przedmiot, a dorosły podnosi i kładzie przed dzieckiem. Zabawki „rzucawki” będą przez dziecko najbardziej pożądane. Dorośli marzą o zabawkach „wracawkach”, ale dopóki

ich nie wyprodukują, muszą podnosić „rzucawki”. „Rzucawki” mają do spełnienia ważną rolę: dziecko uczy się używać swoich mięśni w zależności od planowanego ruchu (napiąć mięśnie lub rozluźnić); dają upust emocjom (dorośli w chwilach gniewu rzucają talerzami, butami, a jeśli nie mają pod ręką żadnego przedmiotu, to chociaż trzasną drzwiami). Opanowanie czynności rzucania przedmiotami znacznie ogranicza wkładanie przedmiotów do buzi. „Niech żyją rzucawki!”

Gdy dziecko zaczyna raczkować, stabilizuje swój tułów podczas ruchu. Zasada jest taka: im stabilniejszy jest tułów, tym sprawniejsza jest ręka. Palce dłoni podczas raczkowania powinny być proste i naprzemiennie odrywać się od podłoża podczas przemieszczania się dziecka. Raczkujące dziecko wzmacnia elastyczność nadgarstka, a zbieranie przypadkowo napotkanych przedmiotów znacząco wpływa na posługiwanie się palcami w określonym celu. Na podłodze leży wiele przedmiotów, których do tej pory dziecko nie miało okazji dotknąć, wziąć do ręki, powąchać, potrząsnąć i uważnie im się przyjrzeć. Aby wziąć do ręki określonej wielkości i kształtu przedmiot, palce dłoni muszą ułożyć się do tego odpowiednio. Łuki dłoni sprawiają, że palce dłoni układają się tak, żeby dopasować się do danego zadania czy przedmiotu. Czy cegłę, cukierka, cement, cytrynę, cynamon, ciastko i czapkę bierze się do ręki w taki sam sposób? W którym momencie

palce dłoni są zdolne do najbardziej efektywnego działania? Kto decyduje o należyтым ułożeniu palców? Jak, kiedy i gdzie uczy się tego dziecko?

Gdy dziecko porzuca poruszanie się na czworakach, musi oderwać ręce od podłoża. Od momentu, kiedy ręce nie są potrzebne do podporu, można nimi manipulować (dziecko jeszcze będzie używać rąk w chwilach utraty równowagi). Uwolnienie rąk od podpierania się nimi podczas przemieszczania się, całkowicie zmienia sposób poznawania świata. „Stoję sobie samodzielnie i obserwuję wasze działania. Wiele mogę się od was nauczyć. Mam neurony lustrzane. Dam sobie radę”. Samodzielne opanowanie pozycji pionowej to dziesiąty miesiąc życia, jedenasty miesiąc życia to chodzenie przy meblach i ścianie (chodzi o możliwość dotykania ściany w sytuacji zagrożenia utraty równowagi), samodzielne poruszanie się w pozycji pionowej to dwunasty miesiąc życia. W dwunastym miesiącu życia następuje także mielinizacja komórek nerwowych.

Drobna kaszka, drobna kaszka, a dla kogo?

A dla ptaszka.

Drobna kaszka, drobny mak, a ten ptaszek fruwa tak:
„rrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrr”.

Drobna kaszka, drobny groszek, a dla kogo?

Dla kokoszek.

Drobna kaszka, drobny mak, a kokoszki dziobią tak.

Drobna, kaszka, drobna wyka, a dla kogo?

Dla konika.

Drobna kaszka, drobny mak, a ten konik robi tak:
„ihaha”.

W piątym miesiącu życia dziecko wyciąga obie ręce w kierunku pożądanego przedmiotu. Dziecko chwyta przedmiot jedną ręką, mimo że bada przedmiot palcami oburącz i potrafi oderwać palce od dotykanego przedmiotu. W tym okresie dzieci uwielbiają zabawy w tworzywie ziarnistym (grochu, fasoli, szklanych kulkach, kaszy, piasku, małych piłkach itp.). Dzieci potrafią przebierać palcami w tworzywie bardzo długo, ponieważ jest to zgodne z ich potrzebą rozwojową. Wnętrze dłoni jest wypełnione miliardami hiperczułych komórek, które zbierają informacje o otaczającym świecie i przekazują je do mózgu. Tworzywa ziarniste dostarczają dzieciom tyle bodźców, ile dzieci potrzebują, a informacje docierają w takim tempie, w jakim dziecko jest w stanie je przetworzyć. Dziecko, które wkłada dłonie do tworzywa ziarnistego nie ma potrzeby wkładania przedmiotów do ust w celu poznawczym. W tworzywie ziarnistym dziecko może wykonywać swobodne ruchy oburącz, może poczuć różnicę między wnętrzem dłoni i zewnętrzną jej częścią, może spróbować podnieść dłoń wypełnioną tworzywem ziarnistym i zrobić własny ziarnisty deszcz, przełożyć zawartość jednej dłoni do drugiej. Przekładanie z ręki do ręki wiąże się po-

czątkowo ze stratą zawartości dłoni. Zabawy w tworzywie ziarnistym przygotowują dziecko do rotacji ręki w nadgarstku. W ten prosty z pozoru ruch angażuje się staw łokciowy. Uważna obserwacja dziecka w trakcie uczenia się tego ruchu uświadamia, że dziecko nie od razu wykonuje „pełny” obrót dłoni. Najpierw dziecko obraca dłoń do połowy (mniej więcej o 90 stopni), a dopiero po wielu próbach udaje się dziecku wykonać ruch swobodnie i obrócić dłoń o 180 stopni. Podczas obracania (supinacja) kości przedramienia ułożone są równoległe do siebie. Podczas ruchu nawracania (pronacja) kości przedramienia krzyżują się: kość promieniowa nachodzi (krzyżuje się) z kością łokciową. Czy taki ruch występuje powszechnie?

Samodzielne utrzymywanie pozycji siedzącej wymaga od dziecka używania rąk, także w celu podpierania się nimi w chwili utraty równowagi (dziecko często zbyt szybko obraca głowę w kierunku ciekawego bodźca, przechyla wtedy swój tułów i traci równowagę). Dziecko przygotowuje się w ten sposób do raczkowania. Z radością i wielkim zaangażowaniem dzieci biorą z podłogi do swoich rąk różne przedmioty (te małe, spotkane pierwszy raz w życiu budzą największe zainteresowanie). Dotykając wielu przedmiotów, dzieci uczą się rozróżniać, co można wziąć do buzi i zjeść, a co tylko polizać i poznać w ten sposób (przedmioty dzielą się na jadalne i niejadalne). Sześciomiesięczne dziecko wykonuje symetryczne ruchy

rąk, aby wziąć i utrzymać przedmiot oburącz. Sześciomiesięczne dziecko jest bardzo pomocne podczas ubierania i rozbierania właśnie dlatego, że potrafi wykonać symetryczne ruchy rąk. Swobodnie siedzące dziecko oddziela ruchy głowy i rąk (ręce poruszają się niezależnie od ruchów głowy). Dziecko wtedy pozwala założyć sobie rękawiczki z jednym palcem, cieszy się nimi (nie stara się wydobyć rąk z rękawiczek). Rękawiczki z jednym palcem przygotowują do zabawy z „gadającymi rękawiczkami” (żabka, tukan, kaczką itp.). Założenie rękawiczek z jednym palcem umożliwia przeciwstawność kciuka.

W siódmym miesiącu życia dziecko wykonuje obustronne ruchy stowarzyszone, kieruje obie ręce do przed-



miot, który chce wziąć do ręki. Często zapytane „jaki(a) jesteś duży(a)?” dziecko podnosi swoje ręce do góry. Uczy się wtedy, jak wysoko może podnieść swoje ręce i jak odpowiadać na pytania, ale przede wszystkim uczy się rozumieć.

Gdy dziecko swobodnie siedzi na kolanach dorosłego, potrafi bawić się w „kosi-kosi”, „sroczka”, „rak nieborak”, i inne „patataje”. Dziecko jest aktywnym uczestnikiem tych zabaw. One organizują dziecku centrum działania, uczą prosić o „jeszcze”, dzięki nim dziecko wie, co znaczy: początek i koniec.

Kiwam głową: tak, tak, tak.

Kręcę głową: nie, nie, nie.

Zgadzam się, gdy mówię tak.

Przeczę często, mówiąc nie.

Kiedy mówię tak, tak, tak.

Do zabawy to jest znak.

Gdy zaś mówię nie, nie, nie.

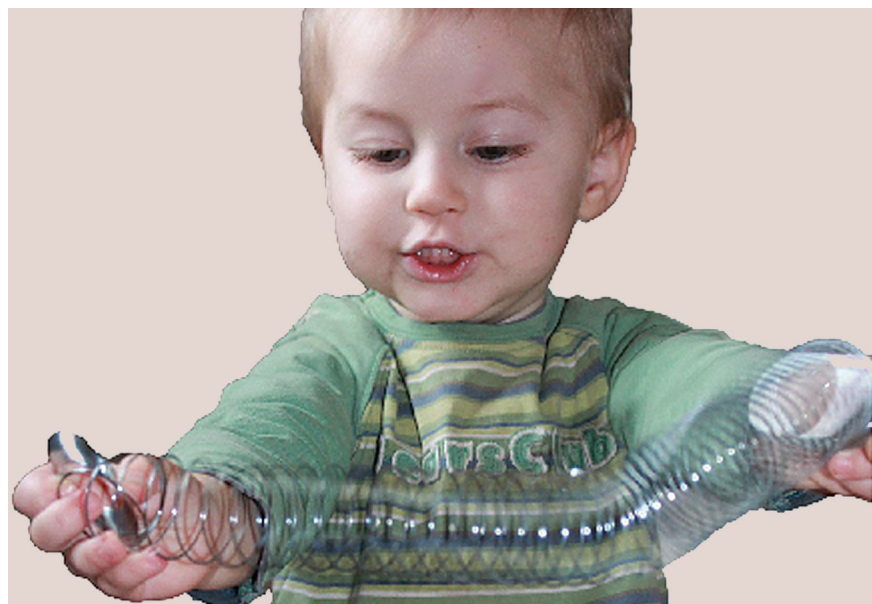
To zabawy koniec jest.

W ósmym miesiącu życia ruchy sięgania po przedmiot są coraz pewniejsze, a czworakujące dziecko dotyka wielu przedmiotów chcianych i niechcianych. Na podłodze leżą rzeczy, które dla dziecka są interesujące. Najbardziej interesujące są te przedmioty, których jeszcze nie miało w swoich dłoniach: od malutkich „paproszków”

do wielkich butów swoich rodziców. Zabawki, które dla dziecka będą atrakcyjne, to zabawki typu „naciśnij i jedź”.



W dziewiątym miesiącu życia dziecko potrafi przekładać przedmioty z ręki do ręki, uderzać nimi o inne przedmioty i obrócić przedmiot podczas przekładania z ręki do ręki. Zabawki „na” obie ręce to bębenek obrotowy, śmigiełko, rozciągana rura, pajacyk na sznurku, układanka wąż, układanka kuchnia, kurki dziobajki, chrupkające świnki, zwierzęta rosnące w wodzie, gniotki, krokodyl z zębami, matrioszki, świecące UFO itp.



W dziesiątym miesiącu życia dziecko ogląda trzymane przedmioty z uwagą. Dziecko zastanawia się, czy przedmiot, który właśnie trzyma, był już w moich dłoniach czy nie? Co to jest? „To twoja piłka” podpowiada mama (lub tata). Trzymanie przedmiotu oburącz pozwala dziecku stworzyć w swoim umyśle obraz tego przedmiotu. Dlatego dziecko więcej energii i uwagi poświęca aktualnie na trzymanie i oglądanie przedmiotów niż na sięganie po przedmioty.

Zapytane, gdzie jest tata, potrafi wskazać i ręką, i głową miejsce pobytu taty. Zapytane, gdzie jest mama, rozkłada ręce i obraca wewnątrz dłoni do sufitu, mówiąc: „nie ma”. Dziecko nie umie jeszcze powiedzieć, że mama poszła do fryzjera; ruch rąk jest wystarczającą odpowiedzią. Pytane, gdzie jest porządek, odpowiada zazwyczaj: „nie wiem” (rotacja dłoni w nadgarstkach połączona z podniesieniem barków w górę). Czasem na pytanie: „Jak się martwisz?”, dziecko kładzie dłonie na swoje policzki i robi smutną minę. Na pytanie: „Jaki jesteś duży?”, dziecko wyciąga obie ręce w górę, jakby chciało sięgnąć sufitu, czasem napina się, a czasem staje na palcach.

Widok dziecka, które zakrywa dłońmi swoją twarz i mówi: „nie ma mnie”, jest zabawny. Z filozoficznego punktu widzenia godny rozważenia. Co dzieje się ze światem, gdy mam zamknięte oczy? Jaki „ja” jestem ważny, gdy patrzę, świat istnieje i wszystko działa jak w szwajcarskim zegarku! Osiemnastomiesięczne

dziecko potrafi dłońmi zasłonić oczy, mówiąc: „nie ma mnie”. Trzylatek robi z dłoni lornetkę i patrzy przez nią uważnie. Okulary z własnych palców (kciuka i palca wskazującego) robi czterolatek. Maskę spidermana robi ktoś, kto ma sprawne dłonie i rozumie polecenie: złącz kciuk z palcem wskazującym, obróć swoje dłonie w nadgarstkach; złączone palce połącz na oczach, a pozostałe palce obu rąk obróć do siebie o 180 stopni i dopiero wtedy połącz na żuchwie. Łatwe?

Niestety, dziecko potrafi też pokazać, jak mama robi „Oj! Oj!”, zdradzając tym, że dobrze zna i rozumie sytuację: „nie wolno”, „nie rób tego”. Chociaż rodzic ma świadomość, że dziecko powinno przestrzegać zakazów, to nie zawsze udaje się skłonić dziecko do posłuszeństwa.

Pokaż Jasiu, gdzie masz oko, gdzie masz ucho a gdzie nos?

Gdzie masz rękę, gdzie masz nogę, gdzie na głowie rośnie włos?

Kłaśnij w dłonie, tupnij nogą. Kiwnij głową tak i nie. Teraz razem hop go góry, ładnie pobawimy się.

Zabawki, które uczynią z dziecka sprawcę i pozwolą mu zobaczyć efekty swojej działalności, będą atrakcyjne. „Naciskam i przedmiot wydaje dźwięk, naciskam i przedmiot znika, dotknę a przedmiot się porusza”. Wyskaku-

jący miś (pirat, wąż, clown i inne), odgłosy zwierząt, akrobata, wędrujący dzięcioł itp.



W jedenastym miesiącu życia dziecko potrafi objąć piłkę, wziąć samochód w obie ręce, trzymać lalkę lub misia oburącz – słowem potrafi posługiwać się dwiema rękoma. Wskazywanie przedmiotu palcem wskazującym gwarantuje dziecku otrzymanie tego, czego samodzielnie nie sięgnie. Jak to się dzieje, że dziecko potrafi przytrzymać kciukiem trzy palce i wyprostować

palec wskazujący, kierując go dokładnie na upragniony przedmiot? Kto uczy takich zachowań? Może dzieci podglądają dorosłych? Może odpowiednie zabawki pozwalają dzieciom używać palców w zależności od potrzeby? Kto wie...

Nakładanie krążków na drewniany drążek (lub plastikowy) nie jest dla dziecka beztruską zabawą – to wyczyn. Dla dziecka nie jest ważne, że krążki są różnej wielkości i można z nich zbudować wieżę. Dla dziecka ważne, żeby krążek nałożyć na drążek. Dziecko nakłada i zdejmuje te krążki tyle razy, że dorośli podziwiają tę cierpliwość. Jeśli tylko dziecko uzna, że nakładanie krążka na drążek jest łatwe to zaczyna przyglądać się wielkości krążków, bo drążek jest stały. Ta zabawa nie kończy się jednego dnia...



W dwunastym miesiącu życia ruchy rąk są skoordynowane: jedna ręka trzyma przedmiot, a druga manipuluje nim. Wiaderko i łopatką będą towarzyszami wielu zabaw. Napełnienie piaskiem całego wiaderka będzie



sukcesem osobistym dziecka. Samodzielne zrobienie babki z piasku zajmie dziecku sporo czasu, a psucie babek zrobionych przez innych sprawi, że zabawa trwa i trwa... Wyciąganie z torebki cukierka wymaga wprawnego trzymania torebki i celowego ruchu drugiej dłoni w kierunku cukierka. Trzeba utrzymać cukierka dopóty,

dopóki nie znajdzie się poza torebką. Jeszcze tylko odwijanie z papierka i już jest w buzi.

W dwudziestym czwartym miesiącu życia dziecko używa obu rąk do działania i współpracuje nimi: w prawej ręce ucho kubka a lewa przytrzymuje kubek, lewą ręką trzyma lalkę lub misia a prawą głaszcze (pokazuje oko lub ucho itp.), w lewej katarynka a w prawej korbka, w lewej ręce kijek a w prawej kukiełka znikiełka (może być odwrotnie w zależności od tego, która ręka jest dominująca), pukawka (w jednej ręce trzymam a drugą przesuwam i słyszę „puk”, widząc wyskakujący korek),

wibrujące zabawki za pociągnięciem sznurka pozwolą dziecku poczuć swoją aktywność.

Dziecko dwuletnie pozwala sobie zakładać rękawiczki „pięciopalczaste”, chce i lubi je nosić. Jeśli jednak zakłada je samodzielnie, to przeważnie brakuje palców, a w rękawiczkach są wolne miejsca na brakujące palce rzecz jasna.

Ten gruby to jest dziadziuś, przy nim jest babunia,
ten duży to jest tatuś, obok jest mamunia,
a to jest dziecina mała,
a to moja rączka cała trala, lala, lala.

Pacynki na palec, zabawki kołatki, pierścionki i kolorowe bransoletki pomagają dzieciom poczuć i zobaczyć, na którym palcu jest pacynka (pierścionek), klikające żabki i świerszyczki.

W trzecim roku życia dziecko próbuje rysować i często od swoich starszych sióstr lub braci słyszy: „tak to możesz trzymać butelkę z mlekiem! Kredkę trzyma się taaak!” Najbardziej charakterystyczny chwyt dla człowieka (bo tylko człowiek tak potrafi trzymać), to chwyt trójstronny (chwyt trzema palcami, trzymany przedmiot znajduje się między kciukiem a palcem wskazującym i środkowym). Chwyt palcem wskazującym i środkowym wspólnie z kciukiem to chwyt występujący wyłącznie u ludzi. Właśnie taki chwyt sprawia, że możemy pisać i rysować (malować) swobodnie i posługiwać się narzę-

dziami. Taki chwyt umożliwia opanowanie różnych, abstrakcyjnych symboli wcześniej, nim zostaną wyrażone słowami. Stosowanie tego charakterystycznego chwytu, to manifestacja gotowości do uczenia się w szkolnym sensie tego słowa. Jak inaczej wziąć szczyptę soli? Jak inaczej przewrócić kartkę czytanej książki? A jak zapleść warkocz? A gwóźdź przytrzymać? Jak zrobić zastrzyk? A jak obciąć i pomalować paznokcie? A krawat zawiązać? A buty założyć i zapiąć?

Trzylatek rysując, potrafi odwzorować koło, kwadrat, trójkąt; czterolatek rysuje dom; a pięcioletek głowonoga. Sześciolatek zaś odwzorowuje to, co chce, najczęściej jest to własne imię napisane wielkimi drukowanymi literami. Zabawki, które umożliwiają dzieciom nauczyć się używać chwytu trójstronnego to: bączek, wirujące fajer-



werki, poruszające się pacynki, elektryczny tor, Reks podaj kość, aparat, kamera, magnesy do podrzucania, mozaika, domino interaktywne, pchełki, magnetyczna rzeźba, magiczna czwórka itp.

Gry w karty uczą dziecko współdziałania obu rąk. Najpierw dziecko musi nauczyć się trzymać karty w jednej dłoni a drugą rozdawać karty. Dzielenie po równo to przygotowanie do nauki matematyki. Rozpoznawanie pary podczas gry w „Piotrusia” nie należy do łatwych zadań. Są inne bardziej skomplikowane i wesołe gry: „cześć Józku, cześć Mańka”, refleks, makao, świnia, dureń, guzik, wojna i wiele innych. Do wszystkich gier trzeba umieć rozdać karty i rozumieć zasady oraz ich przestrzegać, chyba że gra się w oszusta...

Gry typu memo będą doskonalić pamięć świeżą i pozwolą czterolatkom pokazać dorosłym współgraczom, że pamięć świeża u czterolatka jest doskonała, a wygrana dzieci jest w pełni zasłużona. Okrzyk: „wygrałem(a)m z tatą” (lub inną osobą dorosłą), nie należy do rzadkości.

Samodzielne opanowanie pozycji pionowej umożliwiają stopy w momencie, gdy potrafią utrzymać ciężar własnego ciała. Poruszanie się w pozycji pionowej rytmizuje oddech: jeden krok wdech, drugi krok wydech. Gdy dziecko swobodnie oddycha podczas poruszania się, zaczyna pchać przed sobą zabawkę typu pchacz. Taka zabawka toruje drogę dziecku i daje mu poczucie bezpiecznego poruszania się, dziecko koncentruje uwagę wzrokową na

tym, co ma przed sobą. Czasem dziecko chce wędrować z wiatraczkiem, a czasem chce ciągnąć coś za sobą (samochód, biedronkę gąsienicę itp.).

Opanowanie działania w pozycji pionowej jest możliwe, gdyż dłonie nie są wtedy podporą dla człowieka. Uwolnienie dłoni od podporu swojego ciała sprawia, że dłonie mogą swobodnie manipulować przedmiotami, a to rozwija umysł. Sprawność dłoni i zdolności intelektualne są ze sobą ściśle związane i wzajemnie wspomagają rozwój dziecka. Prawidłowy rozwój poznawczy determinuje prawidłowość rozwoju chwytów i ruchów dłoni. Zaciśnięta pięść to nie tylko zagrożenie, ale też świadectwo trudności w rozwoju organizmu. Warto wtedy pobawić się w „Łapki”. Zabawa jest naprzemienna: dłoń dziecka, dłoń dorosłego, dłoń dziecka, dłoń dorosłego. Pozwala poczuć swoje dłonie między dłońmi drugiego człowieka i bawić się bez słów i bez końca.

Naśladownictwo ruchów dłoni zaczyna się od bacznej obserwacji dorosłych. Półroczne dzieci potrafią kłaskać, dzwonić dzwonkiem, a dziesięciomiesięczne wkładać palce do różnych otworów (używają do tego kciuka lub palca wskazującego). Opanowanie wkładania palca w różne otwory jest zarówno rozwojowe, jak i niebezpieczne (kontakty są dla dziecka bardzo atrakcyjne, a „tata wkładał tam śrubokręt, a ja nie mogę włożyć palca?”). Budowanie wieży na kiju następuje po wkładaniu palca do otworu, bo dziecko najpierw musi poczuć

różnicę wkładania „do” i wkładania „na”. Budowanie kolorowych wieży na kiju lub kolorowej wieży z kubków różnej wielkości jest dla dziecka wielką atrakcją. Z jednej strony staje się świadomym sprawcą, a z drugiej strony może przyglądać się swoim budowlom, podziwiać samodzielnie lub pokazać szczęśliwym rodzicom. Do takiego jednak działania potrzebna jest współpraca obu rąk: jedna ręka trzyma, druga buduje.

Wypuszczanie przedmiotów z ręki jest przygotowaniem do rzucania i łapania piłki. Wyrzucanie przedmiotów ze swojej dłoni, to ćwiczenie rotacji nadgarstka, wystarczy obrócić dłoń i po wyprostowaniu palców przedmiot wypada. Bez rotacji dłoni przedmiot, mimo wyprostowanych palców nie wypada. Poznawczy trójkąt: spojrzenie na upragniony przedmiot (lokalizacja przedmiotu), sięganie ręką (dam radę czy nie?) i posiadanie przedmiotu, w celu poznawczym (co to jest?).

Współdziałanie wzroku, kontrola wzrokowa ruchu ręki sprawia, że trzymanie różnych przedmiotów jest coraz bardziej doskonałe i pewne. Ułożenie palców dłoni musi być adekwatne do kształtu przedmiotu, a napięcie mięśni odpowiednie do ciężaru przedmiotu. Chwytywanie poruszającego się przedmiotu na sznurku to wyzwanie dla dziecka. Podczas wykonywania tak skomplikowanej czynności dziecko musi w odpowiednim momencie wyciągnąć rękę i złapać ruchomy przedmiot. Liczba niepowodzeń w łapaniu przedmiotu na sznurku przekonuje

obserwatora, że zadanie jest bardzo trudne. Dziecko wyciąga ręce do przedmiotu, który się oddala, a gdy przedmiot jest w zasięgu ręki dziecka, to ręce dziecka są zgięte i zamiast dotykać przedmiotu, odpoczywają po wykonaniu ruchu wyprostowania i próbie złapania przedmiotu. Dziecko działa odwrotnie w stosunku do własnego zamiaru. Nim dziecko nauczy się, że przedmiot łatwo złapać wtedy, gdy się zbliża i jest w zasięgu ręki, to doświadcza wielu porażek (z punktu widzenia zamiaru dziecka). Doskonale to widać podczas zabawy z „bilą”. Jo-jo, piłka na gumce, UFO, wirujący motyl, rzutki, bańki mydlane itp. pozwolą dziecku poznać i zrozumieć zasadę skutecznego działania.



Dziecko uczy się chwytać poruszający przedmiot na zasadzie przypadkowego sukcesu. Często dorośli pomagają dziecku i zatrzymują w odpowiednim momencie poruszający się przedmiot. Na ogół dzieci chcą być samodzielne i jeśli czują, że potrafią same chwycić przedmiot, odpychają ręce osób dorosłych. Właśnie na tym polega rozwój dzieci. Dziecko samo decyduje, kiedy samodzielnie może chwycić przedmiot, ponieważ pragnie aktywnie uczestniczyć w poznawaniu otaczającego świata. Źródłem myślenia jest samodzielne działanie. W działaniu zawarty jest czynnik poznawczy. Dziecko rozwija się prawidłowo wtedy, gdy ma potrzebną i bezpieczną swobodę w działaniu. Im więcej możliwości do spontanicznego działania, tym więcej okazji do uczenia się. Ostatecznym celem uczenia się jest przekształcanie otoczenia tak, by zrealizować swoje potrzeby i wykorzystać swoje umiejętności. Sposób działania determinuje rozwój chwytów dłoni. Jeśli kciuk jest przeciwstawny, to z łatwością można brać do ręki różne przedmioty. Przeciwstawność kciuka sprawia, że przedmiot jest w dłoni tak długo, jak potrzeba, żeby go obejrzeć, poznać, nazwać i wykorzystać go zgodnie z jego przeznaczeniem. Jeśli zaś kciuk nie jest przeciwstawny, to mimo iż przedmiot jest obejmowany przez pozostałe cztery palce dłoni, bardzo szybko „sam” wypada. Gdy jest poza polem widzenia (wzrokowego zainteresowania) dziecka, to pozostaje poza sferą dziecięcego zainteresowania.

Bez przedmiotu w dłoni dziecko ma utrudniony dostęp do zdobywania wiedzy o przedmiocie, który trzymało przez chwilę, a już nie ma go w dłoni. Dziecko nie ma szansy na oglądanie przedmiotu, a manipulowanie przedmiotem jest niemożliwe, bo traci zainteresowanie przedmiotem, na który nie patrzy z bliska. Obejmowanie przedmiotów czterema palcami nie zachęca do rotacji nadgarstka, ponieważ nim nastąpi obrót dłoni, przedmiot wypada. Oglądanie dłoni, w której „coś” było, ale wypadło, jest frustrujące. „Mam dziurawą rękę, wszystko z nich wypada i nie mogę przyglądać się przedmiotom, które chciałbym poznać.”

Działanie własnymi rękoma daje poczucie sprawstwa i wiary we własne siły, bo opiera się na gromadzeniu własnych doświadczeń i własnych spostrzeżeń będących ich wynikiem. Im więcej wrażeń we wnętrzu własnej dłoni, tym więcej informacji dociera do mózgu. Wnętrze dłoni jest wypełnione miliardami komórek, których zadaniem jest recepcja wrażeń i szybki przekaz do mózgu. Mózg wówczas rozwija się prawidłowo, bo otrzymuje różnorodne informacje niezbędne do rozwoju poznawczego dziecka. Brak różnorodności powoduje depryzację i zaburzenia w rozwoju. Ile razy dziecko musi próbować sięgać i brać do swej dłoni różne przedmioty, by się dowiedzieć, w jaki sposób chwycić widziany przedmiot. Nim dziecko nauczy się chwycić różne przedmioty, musi wytworzyć ich obraz w swoim umyśle. Dłoń i mózg muszą

ściśle współpracować. Inaczej przed zabieraniem przedmiotu do ręki dziecko musiałoby się zastanawiać, jak bierze się pomidora, a jak poziomkę? Jak trzymać kiełbasę, a jak dropsa? Jak trzymać łyżkę, a jak łopatkę? Jak trzymać piłkę, a jak balon? Jak złapać mydlaną bańkę, a jak kamień? Z całą pewnością najpierw trzeba rozpoznać przedmiot i w ułamku sekundy zdecydować o sposobie, w jaki zostanie wzięty do dłoni. Człowiek nie ma aż tak dużo czasu, by się zastanawiać przed każdym zamiarem wzięcia potrzebnego przedmiotu do swych dłoni, jak ułożyć dłoń i jak mocno trzymać przedmiot, aby nie wypadł i aby nie uległ zniszczeniu. Łapanie ryb gołymi rękoma skończyłoby się wtedy śmiercią głodową, a zbieranie jajek miazgą jajeczną w koszyku. Szybka i właściwa decyzja, co do sposobu ułożenia dłoni i przyjęcia właściwej postawy reszty ciała pozwala ludziom na podnoszenie i przeniesienie nie tylko piłki i kartonu z klockami, ale też ciężkiej walizki lub cegły i innych przedmiotów „budowlanych” (okna, dachówki, drzwi itp.). Czy kartka papieru formatu A4 zmieści się w dłoni? Wystarczy z kartki papieru zrobić kulkę. Czy lewa i prawa dłoń potrafi zrobić to zręcznie i szybko? Czy współpraca oburącz się opłaca? Czy łatwo zrobić to zadanie? Spróbuj.

Pod koniec pierwszego roku życia dziecko prostuje palec wskazujący i wokalizacją potwierdza, że przedmiot, po który sięga dorosły, ono chce otrzymać. Otrzymanie upragnionego przedmiotu daje dziecku poczucie spraw-

stwa, a rodzicom podsuwa pomysł na rozwijanie komunikacji. „Ile masz lat?” Pokazanie jednego palca sprawia, że otoczenie bije brawo i okazuje podziw: „jaka ty jesteś mądra Kasiu!” Pokazanie jednego palca sprawia, że świat się zmienia... Pokazanie jednego palca służy wielu różnym celom: można pokazać, co chce się mieć, można nim grozić (Oj!, Oj!) lub zakazywać (nie wolno!), można palec położyć na ustach (cicho!), można palec włożyć do buzi lub do nosa czy ucha; palec wskazujący jest bardzo użyteczny. Wraz z kciukiem tworzą niezwykły duet, mogą chwytać małe przedmioty jak pęsetą. Chwyt pęsetkowy jest bazą do zabaw w cienie, naśladowanie dziobania, robienia kółka z palców czy zrobienia sobie własnych, „palczastych” okularów, a jeśli ktoś jest zdolny, to odwracając dłonie, robi maskę „spidermana” itp., i można pokazać, że ma się dwa lata. Liczenie na palcach to umiejętność i trudna ruchowo, czuciowo, intelektualnie, i pamięciowo. Patrząc na dziecko, które prostuje kolejne palce swojej dłoni, można odnieść wrażenie, że to wysiłek niebotyczny, a skupienie uwagi na poziomie rozwiązywania równania kwadratowego. Przecież to takie proste!

Patrząc na osobę, która miga, ma się wrażenie, że balet to nic w porównaniu z perfekcją ruchową palców, które mówią tak wiele, że nie każde oko nadąży rozszyfrować przekazywane informacje. Migające osoby mogą przekazywać tajne wiadomości.

Zabawy w tworzywie ziarnistym pozwalają dziecku na niezbędną czuciowo- ruchowo-wzrokową stymulację palców dłoni. Palce dłoni doświadczają zakresu swoich ruchów, organizują centrum działania pod kontrolą oka oraz dostatecznej wrażliwości czuciowej wnętrza dłoni, a także wpływają na budowanie prawidłowego napięcia mięśniowego, które umożliwi trzymanie różnych przedmiotów o różnym kształcie, ciężarze i fakturze. Zabawy w ryżu preparowanym dają dzieciom radość z beztroskiej zabawy, bezpiecznego wkładania ryżu do ust. Jeśli zaś ryż przyklei się do dłoni, dziecko może odklejać jedną ręką ziarenka ryżu i zjadać je ze smakiem. Może próbować pocierać dłonie z ziarenkami ryżu między nimi. Może zrobić ryżowy deszcz, bo „w moim domu fajnie jest, nawet z ryżu pada deszcz”. Można wsypywać ryż do kubeczka i wybierać po jednym ziarenku. Można przesypywać ryż z kubeczka do garnka lub odwrotnie. Jeśli ryż zostanie zastąpiony grochem, fasolą, szklanymi kulkami, koralami, kaszą, makaronem itp. to zabawa będzie równie radosna. Bezpiecznie będą bawić się tylko te dzieci, które nie biorą drobnych przedmiotów do buzi i rozumieją pojęcie: koniec, tylko tu. Zabawy w tworzywie ziarnistym są bardzo ważnym etapem w rozwoju człowieka. Zaczynają się, gdy dziecko umie zginać i wyprostować palce swoich dłoni, a kończą się, gdy nie da się palcami poruszać w ogóle. Przygotowanie ciasta drożdżowego, kruszonki, kleju do kafelków, cementu itp.

ma swój początek w zabawach w tworzywie ziarnistym. Trudno docenić fakt zaangażowania w zabawę i korzyści, które płyną z tej działalności. Bawiąc się beztrudno, niedydaktycznie, bez narzuconej wizji i presji (teraz zbuduj dom, a teraz zorganizuj przyjęcie dla lalek), wbrew pozorom dzieci (i dorośli) uczą się najwięcej. Jak inaczej dziecko się dowie, że garść to np. 15 cukierków? Co oznacza zaciśnięta pięść? Nie oddam tych cukierków, które są w mojej dłoni. Jak inaczej zrozumie, co oznacza pojęcie, przygarnąć kogoś czy odgarniać śmieci? Rozwój motoryczny dłoni nie jest procesem, który otrzymuje się z tytułu posiadania ręki. Człowiek uczy się, gdy aktywnie działa. Jeśli to działanie jest radosne (a nie pod przymusem), to człowiek jest szczęśliwy. Rzeźby z piasku (lodu, śniegu itp.) powstają dlatego, że ludzie chcą je tworzyć. Nie tworzą ich ani dla pieniędzy, ani dla sławy. Rzeźby te powstają, ponieważ ludzie mają frajdę w tworzeniu ich. Najczęściej życie tych rzeźb jest tak krótkie, że oglądają je tylko najbliżsi. Te rzeźby mają tę zaletę, że nikt ich nie ocenia a twórca może działać według własnego poczucia estetycznego i w każdej chwili może zmienić zamiar: chciałem ulepić dom, a wyszedł samochód, i też mi się podoba. Ten nieoczekiwany efekt może być motorem dalszego działania. Czy efekt musi być precyzyjnie zaplanowany? Nie, bo to tylko zamki z piasku. Można więc budować, co się chce i jak się chce. Można zburzyć budowlę i zacząć budować inaczej, po-

znając konsekwencje swojego działania. Nie każdy jest Michałem Aniołem, ale i Michał Anioł w piasku bawił się na pewno. Bawiąc się w tworzywie ziarnistym, łatwo umilić sobie czas i nigdy nie ma czasu na nudę, bo piasku wszędzie dostatek.

Ostatecznie do piasku można dorzucić trochę maku i wyobrażać sobie, że za chwilę na bal porwie Kopciuszka bogaty a piękny książę i będzie towarzyszył w klasyfikowaniu zbiorów: mak na prawo, piasek na lewo, a części wspólnej brak. Czy rozpoznawanie przedmiotów lewą i prawą ręką wymaga takiego samego sposobu działania? Wystarczy zamknąć oczy i przygotować kilka różnych przedmiotów przed sobą i próbować je rozpoznać bez pomocy wzroku i tylko jedną ręką. Czy tempo rozpoznawania przedmiotów prawą i lewą ręką jest takie samo? Czy są jakieś różnice w rozpoznawaniu przedmiotów prawą i lewą ręką? Naukowcy twierdzą, że ogromne...

Większość zabawek wymaga od dzieci używania dłoni. Aby używać swoich dłoni dziecko, musi wiedzieć, że ma dłonie, musi znać zakres ruchu rąk, musi wiedzieć, kiedy używa się jednej, a kiedy obu rąk. O możliwościach swojego działania dzieci nie dowiadują się z teoretycznych wykładów. O tym, jak się bawić dzieci dowiadują się w trakcie własnego, swoistego rozwoju. Najpierw prostują swoje ręce, następnie wkładają do buzi zaciśniętą piąstkę, kciuk, prostują palce dłoni, łączą

dłonie pod kontrolą wzroku (organizując centrum swojego działania, postrzegając siebie jako sprawcę działania), dotykają przedmiotów, nakładają palce dłoni na przedmiot, obracają swoje dłonie, biorą różne przedmioty do swoich dłoni, przekładają je, oglądają, wyrzucają, łapią je, manipulują przedmiotami, poznają ich funkcje i przeznaczenie, nazywają, pytają i wymyślają nowe, własne...

Żadne dziecko nie rozwija się w ściśle opisany sposób. Kolejność pojawiania się poszczególnych chwytów daje dzieciom możliwość prawidłowego rozwoju. Zabawki ułatwiają poznawanie świata, dają radość z własnej aktywności, umożliwiają wspólne działanie i dlatego wiele z nich jest przekazywanych z pokolenia na pokolenie, a jak się bawić własnymi rękoma pokazuje „Książka cieni”.

To wytwory ludzkich dłoni decydowały o rozwoju cywilizacji, za nimi muszą podążać inne sfery rozwoju człowieka. Ludzkie dłonie chronią ciało człowieka przed szkodliwym bodźcem: odruch cofania dłoni przed gorącem, odruch wyprostowania dłoni przed upadkiem, odruch zakrywania twarzy przed „latającym talerzem”. Ludzkie dłonie informują o temperaturze wody; jeśli woda jest zbyt gorąca lub zbyt zimna, reszta ciała nie zanurza się. W niepewnych sytuacjach trzęsą się ręce, w sytuacjach wielkiej radości ręce wznoszone są w górę,

a dłonie z wyprostowanymi palcami pokazują, że można sięgnąć gwiazd lub z zaciśnięta pięść mówi: „ja wam jeszcze pokażę...”

Wszelkie decyzje o ruchach dłoni muszą być podejmowane bez namysłu, odruchowo, bezbłędnie. Jeśli bowiem człowiek nie cofnie ręki przed młotkiem, piłą, ogniem itp., to straci coś najcenniejszego w procesie swojego rozwoju.

Jak wielkie znaczenie mają dłonie w procesie poznawczym doskonale widać po rzeźbach głuchoniewidomych twórców. Rzeźbią rzeczy, których nigdy nie widzieli, a są wierną kopią rzeczywistości pod każdym względem. Warto zobaczyć...

Bibliografia dostępna w Redakcji.

(Zdjęcia Anna Florek)

Otyłość u dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością wzroku

Magdalena Wrzesińska

doktor nauk medycznych, Zakład Rehabilitacji Psycho-
społecznej, Uniwersytet Medyczny w Łodzi

Lucjan Pawlicki

profesor dr hab. nauk medycznych, Klinika Chorób
Wewnętrznych i Rehabilitacji Kardiologicznej, Uniwer-
sytet Medyczny w Łodzi

Według Światowej Organizacji Zdrowia oraz raportów naukowych osoby z niepełnosprawnością w porównaniu z osobami bez niepełnosprawności należą do grupy zagrożonej wysokim ryzykiem otyłości. Nadmierna masa ciała rozpoznana w okresie dzieciństwa czy adolescencji może prowadzić do różnych zaburzeń, m.in. choroby układu krążenia, układu kostno-szkieletowego, zaburzeń metabolicznych. Otyłość w okresie dzieciństwa zwiększa ryzyko nadmiernej masy ciała w dorosłości, a także może przyczynić się do różnych zaburzeń funkcjonowa-

nia psychosomatycznego, w tym obniżenia jakości życia, zwiększenia poziomu lęku oraz ryzyka stanów depresyjnych.

Aktualnie podejmowana jest dyskusja nad przyczynami zwiększonego ryzyka otyłości w grupie osób z niepełnosprawnością. Ograniczenia w mobilności oraz udziale w działaniach z zakresu promocji zdrowia już od najmłodszych lat uznaje się za jedno z głównych przyczyn nadmiernej masy ciała wśród dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością.

Od wielu lat do oceny poziomu nadwagi i otyłości jest używany wskaźnik masy ciała – BMI. Współczynnik ten obliczany jest przez podzielenie masy ciała w kilogramach przez kwadrat wysokości ciała w metrach. Przykładowo osoba, która waży 70 kg i ma 170 cm wysokości powinna obliczyć wskaźnik BMI w następujący sposób:

$$\text{BMI} = \frac{70 \text{ [kg]}}{(1,7)^2 \text{ [m]}} = 24,2$$

Uzyskany wynik odnosimy do przedziałów ustalonych dla wskaźnika BMI (Tabela 1). Wynik 24,2 oznacza, że osoba ma prawidłową masę ciała.

Tabela 1: Poziomy dla wskaźnika BMI wg WHO

Poziomy	BMI(kg/m ²)
Niedowaga	<18.50
Prawidłowa masa ciała	18.50 - 24.99
Nadwaga	≥25.00
Otyłość	≥30.00

W przypadku dzieci i młodzieży wartość BMI powinna być odniesiona do siatek centylowych, które uwzględniają wiek i płeć badanego dziecka czy adolescenta. Obecnie w prewencji kardiologicznej zwraca się szczególną uwagę na rozpowszechnienie otyłości brzusznej (centralnej) oraz związane z nią negatywne konsekwencje zdrowotne w zakresie funkcjonowania układu krążenia i metabolizmu. Obecnie popularny jest wskaźnik WHtR. Obliczamy go dzieląc wysokość ciała w cm przez obwód talii w cm. Otyłość brzuszną rozpoznajemy, gdy wskaźnik WHtR jest większy lub równy 0.50.

Pracownicy Uniwersytetu Medycznego w Łodzi podjęli badania (projekt MNiSW nr 502-03/5-127-03/502-54-134), których celem była ocena rozpowszechnienia

nadwagi i otyłości w grupie młodych osób z niepełnosprawnością wzrokową uczęszczających do placówek specjalnych.

W badaniach uczestniczyło 238 osób w wieku 7–23 lata (średnia wieku $15,5 \pm 3,90$). Większość badanych to osoby słabowidzące (ok. 84 proc.), pozostali badani to osoby niewidome. Byli to uczniowie z czterech polskich specjalnych placówek szkolnych dla osób niewidomych i słabowidzących: w Dąbrowie Górniczej, Łodzi, Krakowie oraz Wrocławiu.

W analizach statystycznych podzielono badanych na dzieci 7–9 lat, wczesnych adolescentów (10–13 lat), późnych adolescentów (14–18 lat) oraz młodych dorosłych 19–23 lata. Interpretacja wyników w odniesieniu do BMI została dokonana w oparciu o siatki międzynarodowe wg IOTF. W badaniach wykonano pomiary antropometryczne: masy ciała, wysokości ciała, obwodu talii i bioder, a także przeprowadzono wywiad lekarski.

Nadwagę stwierdzono w przypadku 18.5 proc. ($N=44$) badanych osób, natomiast otyłość u 7.1 proc. ($N=17$) badanych. Nieznacznie częściej chłopcy wykazywali nadmierną masę ciała niż dziewczęta, odpowiednio 26.6 proc. oraz 25.4 proc. Zaobserwowano także nadmierną masę częściej u osób niewidomych (31 proc.) niż u słabowidzących (25 proc.). W naszych badaniach w grupie 7–18 lat co piąta osoba miała nadwagę, a 9 proc. badanych

miało otyłość. W przypadku badanych przez nas młodych dorosłych, prawie 15 proc. miało nadwagę i 4 proc. otyłość. Co trzeci uczeń i co piąta uczennica miała otyłość centralną. Prawie trzykrotnie częściej uczniowie w porównaniu z uczennicami mieli otyłość centralną pomimo prawidłowego wskaźnika BMI, odpowiednio 9,7 proc. oraz 3,5 proc.

Badania dotyczące polskiej populacji uczniów bez udokumentowanej niepełnosprawności, mówią że około co piąty uczeń w wieku 7–18 lat ma nadmierną masę ciała, a 8.5 proc. chłopców i 5.3 proc. dziewcząt ma otyłość centralną. Na tej podstawie można zakładać, że badani uczniowie z niepełnosprawnością wzrokową w wieku 7–18 są szczególnie zagrożeni nadwagą i otyłością oraz chorobami układu krążenia i metabolizmu.

Podsumowanie i rekomendacje

Prowadzone badania antropometryczne i podstawowe badania lekarskie cieszyły się dużym zainteresowaniem wśród badanych uczniów. W trakcie realizacji badań prowadzona była także edukacja zdrowotna uczniów na temat znaczenia BMI w prewencji nadwagi i otyłości oraz wskaźnika WtHR w prewencji kardiologicznej. Badane osoby miały również możliwość zapoznania się ze sprzętem antropometrycznym.

Wyniki projektu oraz wnioski praktyczne z jego realizacji skłoniły realizatorów projektu do podjęcia współpracy z firmą graficzną, w celu opracowania materiałów z zakresu edukacji zdrowotnej dla tej grupy osób. Kolejnym krokiem będzie opracowanie programu prewencyjnego dla badanej grupy w kierunku profilaktyki nadwagi i otyłości oraz promowania zdrowego stylu życia. W projekcie zakłada się działania edukacyjne we współpracy z rodzicami i kadrą pedagogiczną.

Na zakończenie pragniemy podziękować wszystkim pracownikom szkół za pomoc w organizacji badań oraz za życzliwe przyjęcie na terenie placówek szkolnych.

Poczuć się ptakiem

Przemysław Barszcz

leśnik, prezes Polskiej Fundacji Przyrodniczo-Leśniczej
w Krakowie

Chociaż stwierdzenie „poczuć się ptakiem” brzmi może nieco górnolotnie, w rzeczywistości jednak całkiem łatwo możemy pomóc dzieciom w zrozumieniu życia ptaków, a tym samym w poznaniu kolejnego fragmentu otaczającego świata. Jak aktywność taka sprawdza się w praktyce, miałem okazję przekonać się podczas pro-



Uczeń z wykonanym przez siebie gniazdem pokrzewki

wadzenia zajęć dla przyrodniczego koła dzieci niewidomych i słabowidzących.

W jakim aspekcie życia najłatwiej nam zbliżyć się do ptaków? Na przykład – robiąc gniazdo. Własnoręczne zrobienie ptasiego gniazda to nauka i zabawa. Zajęcia te są uniwersalne – można zorganizować je zarówno dla większej grupy dzieci, jak i dla jednego młodego uczestnika.

W jaki sposób przygotować się do ornitologicznego rękodzieła, tak żeby miało ono aspekt edukacyjny, przekazany przy tym w sposób przystępny, łatwy do przyswojenia a także – co nie mniej ważne – stanowiący atrakcyjną zabawę? Pozwolę sobie odpowiedzieć na to pytanie w oparciu o własne doświadczenia. W przygo-



Sikora mądra wijąca gniazdo w dziupli

towywaniu ptasich gniazd brałem udział nie tylko jako prowadzący zajęcia, ale również własnoręcznie pracując nad przeplataniem gałązek, pleceniem źdźbeł trawy i wyklejaniem miseczek.

Zięba, wilga i skowronek

Do zajęć przede wszystkim należy przygotować sobie listę gatunków ptaków, zamieszkujących różne środowiska i w związku z tym budujących wyraźnie różniące się od siebie gniazda. Gatunki te pokrótce charakteryzujemy, opisując po kilka podstawowych cech: wielkość (tu najlepiej posłużyć się porównaniem do ptaka powszechnie znanego, korzystając np. ze znajdującego się w pracowni wypchanego eksponatu – wielkości gołębia, nieco większy od wróbla itp.), tryb życia (drapieżny, żywiący się nasionami łuszcza, owadożerny), środowisko życia (np. wodny, polny, leśny). Przykładowy zestaw gatunków mógłby wyglądać następująco:

– Sroka – duży ptak krukowaty wielkości gołębia, wszystkożerny, często poluje na drobne zwierzęta, zamieszkuje miasta i tereny otwarte z zadrzewieniami. Jej kuliste, zmontowane z gałązek gniazdo wyróżnia się charakterystycznym daszkiem.

– Wilga – ptak śpiewający, mniejszy od gołębia, owocożerny. Gniazdo o kształcie wylepionej wewnątrz

gliną miseczki przymocowuje w rozwidleniach gałęzi, wysoko w koronach drzew.

– Zięba – drobny ptaszek śpiewający nieco mniejszy od wróbla. Zjada owady i nasiona. Zamieszkuje tereny zadrzewione. Małe gniazdko ulokowane jest dla bezpieczeństwa przed drapieżnikami zawsze na końcach cienkich gałęzi i charakterystycznie zamaskowane z zewnątrz mchem.

– Dymówka – jaskółka wielkości wróbla, lecz o dłuższych skrzydłach. Poluje w locie na owady. Swoje ulepione z gliny gniazda z prowadzącym do środka niewielkim otworkiem przykleja pod powalą stajni i obór, zamieszkiwanych przez zwierzęta gospodarskie.

– Skowronek – ptak nieco większy od wróbla. Jego przysmakiem są nasiona i owady. Gniazduje na rozległych polach, składając jajka w niewielkim dołku w ziemi. Słynny z treli wyśpiewywanych bez przerwy podczas zupełnie pionowego lotu na wysokość kilkudziesięciu metrów. Medal za kondycję.

– Sieweczka rzeczna – większa od wróbla. Odżywia się drobnymi bezkręgowcami, których poszukuje, przebiegając brzegi rzek. W nocy można wykryć jej obecność w pobliżu wody po niezbyt głośnych, charakterystycznych melancholijnych gwizdach. Na gniazdo wybiera dołek w nadrzecznym piasku lub żwirku.

– Rybitwa czarna – mniejsza od gołębia, niezwykle ruchliwa i głośna. Poluje, nurkując w pogoni za rybkami



Gniazdo sieweczki rzecznej to po prostu niewielki dołek w mokrym piasku

i wodnymi bezkręgowcami. Jej gniazda to pływające na wodzie tratwy. Podobną strategię gniazdową stosuje perkoz dwuczuby.

– Każdy z wybranych gatunków różni się od innych trybem życia i zamieszkiwanym środowiskiem, co znajduje odbicie w budowanych gniazdach. Przy każdym gatunku omawiamy również budowane przez niego gniazdo.

Ruszamy w teren

Następnym etapem jest zebranie materiałów na gniazda. Najciekawiej będzie zebrać te materiały razem z dzieć-

mi w terenie – tak jak robią to ptaki. Jakiego budulca będziemy potrzebować, żeby przygotować gniazdko? Proponuję glinę (jeżeli ktoś nie chce się wybrudzić, można zastąpić ją plasteliną), pióra, suchą trawę, mech, cienkie, giętkie gałązki drzew lub krzewów, suche trzciny, piasek i żwir. Już samo świadome poszukiwanie i zbieranie materiału na gniazda powie dużo dzieciom o warunkach panujących w środowisku życia poszczególnych gatunków ptaków. Poruszając się po terenie, dziecko szybko zorientuje się, że trzciny rosną w miejscach podmokłych, brzegi jeziora są piaszczyste a nazbieranie porcji gałązek wystarczającej na gniazdo to spory wysiłek. No i nie można przecież zapomnieć o mchu – troskliwy ptasi rodzic dba o to, aby pisklętom było miękko i wygodnie.

Pora na gniazdo

Oczywiście w gnieździe powinny znaleźć się jajka. Na naszych zajęciach zastosowaliśmy gotowane na twardo (eliminuje to ryzyko zgniecenia i wybrudzenia się) jajka w trzech rozmiarach: jajka kurze dla gatunków dużych (sroka), jajka kurze małych rozmiarów (wilga, rybitwa czarna) oraz jajeczka przepiórcze dla pozostałych, najmniejszych wybranych ptaszków.

Kiedy mamy już wytypowane i omówione gatunki ptaków, których gniazda będziemy budować, nazbieraliśmy w pocie czoła budulec, poznając przy okazji różne rodzaje środowisk i przygotowaliśmy porcję jajek, kolej-

ny etap możemy zrealizować w pomieszczeniu. Jest nim budowanie gniazd.

Zanim jednak przystąpimy do budowy, należy rozdzielić pracę. Każdy uczestnik losuje gatunek, lub gatunki, których gniazda będzie budował. Nie zdradza jednak pozostałym, co wylosował.

Najwyższy czas, żeby w końcu zbudować gniazda. Podczas budowy należy zwracać uwagę na charakterystyczne cechy, które cechują gniazdo danego gatunku, pozwalając na jego rozpoznanie.

Gniazdo sroki powinno mieć kształt sporej miski wyplecionej z gałązek i wylepionej wewnątrz gliną. Od góry sroki budują charakterystyczny daszek.

Wilga wije gniazda w postaci misternie wyplecionej z trawy miseczki wielkości dwóch złożonych dłoni. Takie gniazdo przymocowuje, przywiązując go do rozwidlenia niezbyt grubej gałęzi.

Gniazdo zięby to również miseczka, tylko że znacznie mniejsza. Z zewnątrz obłożone jest i zamaskowane mchem i przyczepione do końca delikatnej gałązki.

Jaskółka dymówka lepi gniazda z gliny, zostawiając jedynie niewielki otwór, przez który dorosłe ptaki dostają się do środka a młode opuszczą gniazdo, gdy będą już zdolne do lotu.

Skowronek nie przemęcza się przy budowie gniazda – być może wszystkie siły zużywa na podniebne trele.

Budując jego gniazdo, wystarczy więc, jeżeli w kupce gliny zrobimy niewielkie zagłębienie i umieścimy tam jajeczka. Podobnie wyglądać będzie gniazdo sieweczki rzecznej, z tą tylko różnicą, że zagłębienie stanowiące jej gniazdko powinno być wykonane w piasku lub żwirku.

Gniazdo rybitwy czarnej powinno móc pływać po wodzie. Wykonajmy więc platformę z powiązanych ze sobą suchych i lekkich łodyg trzciny.

Po wykonaniu gniazd uczestnicy zajęć próbują rozpoznać, jakie gniazdo wykonała koleżanka lub kolega. Oczywiście trzeba umieć uzasadnić swoją odpowiedź.



W trakcie budowania gniazda rybitwy czarnej

(Zdjęcia Przemysław Barszcz)

Z wizytą w Domu Pomocy Społecznej dla Dzieci w Niegowie

Renata Nowacka-Pyrlik

tyflopedagog

Wiadomo, że niektóre dzieci oprócz poważnych problemów wzrokowych (z całkowitym brakiem włącznie), mają dodatkowe problemy zdrowotne. Wśród nich znaczącą populację stanowią osoby z niepełnosprawnością intelektualną – w różnym stopniu, której często dodatkowo towarzyszą sprzężenia typu: epilepsja, głuchota, mózgowe porażenie dziecięce, przykurcze, niedowłady kończyn, fenylekotonuria, autyzm, małogłowie i wiele, wiele innych.

Sytuacja tych dzieci od początku jest dużo trudniejsza, niż „tylko” niewidomych czy słabowidzących, i wymaga od rodziców, nauczycieli, rehabilitantów, opiekunów znacznie więcej uwagi, pracy, cierpliwości i nakładów finansowych (przy czym efekty pracy z takimi dziećmi nie zawsze są widoczne i satysfakcjonujące).

Dzieci ze sprzężoną niepełnosprawnością wychowują się w różnych warunkach; we wczesnym dzieciństwie

zazwyczaj w domach rodzinnych, korzystając z różnych form wsparcia i rehabilitacji. Potem, jak wszystkie dzieci, podlegają obowiązkowi szkolnemu (który w odniesieniu do osób z niepełnosprawnością intelektualną jest wydłużony; osoby z umiarkowanym stopniem realizują obowiązek szkolny do dwudziestego pierwszego roku życia, ze stopniem znacznym i głębokim – do dwudziestego piątego). Alternatywą mieszkania w swoich rodzinach, korzystania z nauczania indywidualnego w domu, czy uczęszczania do szkół specjalnych w miejscu zamieszkania, są dla takich dzieci specjalne ośrodki szkolno-wychowawcze i domy opieki społecznej.

Dziś chciałabym przybliżyć działalność jednego z takich Domów, w którym znalazło miejsce do życia kilka osób niewidomych z niepełnosprawnością intelektualną i dodatkowymi problemami zdrowotnymi. Dom ten znajduje się w Niegowie (niedaleko Wyszkowa), do którego z Warszawy wiedzie szybka i wygodna trasa E67.

To tu, w 1931 roku, z inicjatywy Matki Wincenty – założycielki Zgromadzenia Zakonnego Sióstr Benedyktynek Samarytanek Krzyża Chrystusowego (z domu – Jadwigi Jaroszewskiej) została zakupiona przez to Zgromadzenie część majątku z zabudowaniami, z zamiarem utworzenia Domu dla dzieci z upośledzeniem umysłowym.

Pomimo trudnej sytuacji w okresie międzywojennym, a jeszcze trudniejszej podczas wojny, działalność na rzecz

osób niepełnosprawnych zapoczątkowana przez Matkę Wincentę – osobę obdarzoną wyjątkową charyzmą i współczuciem dla ludzi słabszych, zmarginalizowanych, często porzuconych przez swoje biologiczne rodziny – przetrwała, a nawet rozwinęła się. W roku 1966 Dom został upaństwowiony, ale na szczęście siostry zakonne mogły nadal w nim pracować jako pielęgniarki i opiekunki.

Gdy w okresie transformacji nastąpiła możliwość odzyskania od państwa zagarniętego majątku, siostry Benedyktynki wystąpiły o zwrot Domu. Dzięki temu aktowi od 1991 roku Dom jest znów prowadzony przez Zgromadzenie.

Miałam przyjemność odwiedzić ten Dom w grudniowe przedpołudnie. Na pierwszy rzut oka przestronny zadrzewiony teren z dużą ilością zieleni (teraz odpoczywającą po okresie wegetacji) i wygodnymi alejkami prowadzącymi do kilku budynków. Natomiast wewnątrz jednego z tych budynków – szerokie korytarze, ogromna sala gimnastyczna z drabinkami pod ścianami i przyrządami do ćwiczeń, „sala doświadczania świata” służąca do aktywizacji wszystkich zmysłów, sale do rehabilitacji medycznej, sale do terapii zajęciowej (z pięknymi, pomysłowymi pracami, wykonanymi z różnych materiałów, wiszącymi na ścianach i stojącymi w gablotkach), w części „mieszkalnej” duże, jasne pokoje z mnóstwem kolorowych zabawek i pomocy do nauki... Ale

najistotniejsze, co zapisało mi się w pamięci, to uśmiechnięte twarze mieszkańców tego Domu. Ich radość i duma z wykonywanych przez siebie prac rękodzielniczych, z możliwości wspólnego ćwiczenia na sali gimnastycznej, z uczestnictwa w zajęciach szkolnych i rehabilitacyjnych prowadzonych przez panie nauczycielki i rehabilitantki. Z bycia razem.

Wyszłam z tego Domu zauroczona jego klimatem, wystrojem i organizacją. Po wizycie w nim mogłabym zachęcać rodziców, stojących przed trudnym dylematem, gdzie ewentualnie skierować swoje dziecko dotknięte sprzężoną niepełnosprawnością – aby odwiedzili ten Dom, a następnie rozważyli możliwość umieszczenia dziecka właśnie w nim. Niestety, nie bardzo mogę zachęcać, ponieważ aktualnie brak wolnych miejsc. Ale może kiedyś...

Ponieważ w Domu tym mieszka kilka osób całkowicie niewidomych, chciałam dowiedzieć się, jak one sobie radzą, jak funkcjonują, czy w odniesieniu do nich stosowane są jakieś specjalne metody. Chciałam też zdobyć więcej informacji ogólnych. O rozmowę poprosiłam **siostrę Cecylię Lewandowską** – pełniącą od kilkunastu lat funkcję Dyrektora Domu Pomocy Społecznej dla Dzieci w Niegowie oraz **panią Renatę Nowicką** – Kierownika Szkoły Filialnej Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Wyszku i terapeutę.

Dowiedziałam się, że w Domu aktualnie mieszka 108 osób podopiecznych. W skład Domu wchodzi trzy budynki. Na dość dużym terenie znajdują się ogrody kwiatowe i warzywne, budynki gospodarcze z różnymi zwierzętami oraz plac zabaw.

Wychowankowie mieszkają w tzw. *Rodzinkach* (jest ich siedem, w jednym budynku trzy, w dwóch pozostałych po dwie). Każda *Rodzinka* ma swoje pomieszczenia – salon, służący do wspólnego bycia ze sobą, sypialnie (każdy z pokoi pomalowany na inny kolor), łazienki, jadalnię z aneksem kuchennym. Wszyscy mieszkańcy mają swoje własne ubrania, buty, pościel a także zabawki, książki i inne pomoce, dzięki czemu mogą czuć się bardziej odpowiedzialni za swoje rzeczy. W grupach tych, podobnie jak w rodzinie, każda osoba ma przydzielone obowiązki dostosowane do jej możliwości i zainteresowań. W ramach *Rodzinki* mieszkańcy wspólnie jedzą posiłki, pełnią różne dyżury, wymieniają się radościami, smutkami i przeżyciami, wspólnie spędzają wolny czas i pracują (np. osoby bardziej sprawne pieką ciasto czy przygotowują jakąś sałatkę, a później, wraz z pozostałymi mieszkańcami *Rodzinki* spożywają posiłek), wspólnie obchodzą swoje imieniny czy urodziny, uczestniczą we wspólnej modlitwie, obchodzą święta, ale też pomagają sobie nawzajem (np. osoby sprawniejsze podczas posiłków karmią te, które ze wzglę-

du na swoją niesprawność nie mogą jeść samodzielnie).

Podobnie rzecz się ma, gdy ktoś zachoruje. Wtedy w ramach *Rodzinki* każdy mieszkaniec, który znajdzie się w trudniejszej sytuacji zdrowotnej, może liczyć na współczucie, troskę, opiekę i wsparcie swoich współtowarzyszy. Siostra dyrektor i pani Renata często były świadkami, jak nawet osoby nie posługujące się mową, były przejęte i skoncentrowane na takich trudnych doświadczeniach, jak przeżywały chorobę czy pobyt w szpitalu innej osoby. Także gdy ktoś odchodzi na zawsze, to *Rodzinka* jest z nim do końca. A potem uczestniczy w pogrzebie. Jak w prawdziwej rodzinie. Zdaniem siostry dyrektor „smutne wydarzenia są również okazją do wspólnego przeżywania tego, co nas wszystkich – sprawnych i niepełnosprawnych – od czasu do czasu dotyka. My nigdy nie zgłębimy do końca tego, co te dzieci czują, jak przeżywają różne sprawy w aspekcie duchowym, na ile rozumieją określoną sytuację. To ich przeżywanie pozostanie dla nas tajemnicą, ale jak obserwujemy ich zachowanie, np. w kaplicy, podczas modlitw za osobę chorą, to wyraźnie widać emocjonalne zaangażowanie”.

W jakim wieku są osoby tu mieszkające? W jakim mogą zostać przyjęte?

Siostra dyrektor: Najmłodsza nasza mieszkanka ma obecnie sześć lat, ale gdyby trafiło do nas dziecko młodsze, np. trzyletnie, to też mogło by zostać przyjęte. Z założenia przyjmujemy osoby, które nie ukończyły 18 lat, czyli takie, które podlegają i jeszcze przez kilka lat będą podlegać obowiązkowi szkolnemu (maksymalnie do 25 roku życia). Związane jest to głównie z tym, że w naszym Domu znajduje się filia szkoły specjalnej.

Ale taki wymóg wynika także z tego, że w pracy dydaktycznej z młodszymi osobami można więcej osiągnąć w sensie poznawczym, wychowawczym, społecznym, w porównaniu ze starszymi.

Co jest warunkiem przyjęcia do Domu Pomocy? Kto kieruje? Jak przebiega proces dydaktyczno-terapeutyczny?

Siostra dyrektor, pani Renata: Każda osoba ubiegającą się o przyjęcie do naszego Domu musi mieć orzeczenie o niepełnosprawności intelektualnej w stopniu umiarkowanym, znacznym albo głębokim. Z niepełnosprawnością w stopniu lekkim nie przyjmujemy, ponieważ taka osoba, funkcjonująca inaczej niż nasi podopieczni, prawdopodobnie nie czułaby się tu dobrze; trudno byłoby jej znaleźć odpowiednie towarzystwo, nawiązać kontakt.

Z prośbą o przyjęcie zwracają się do nas zazwyczaj bezpośrednio rodzice dziecka albo Powiatowe Centra

Pomocy Rodzinie. Na dzień dzisiejszy nie mamy wolnych miejsc. Sytuacja taka jest spowodowana głównie tym, że nasze dzieci po zakończeniu edukacji szkolnej, zostają nadal z nami, mając zapewniony dom aż do końca życia (bardzo rzadko zdarza się, aby ktoś po zakończeniu nauki szkolnej wrócił do swojego domowego środowiska). Dlatego możemy stwierdzić, że prawie wszyscy zostają do końca.

Po ukończeniu 21 czy 25 lat i formalnym zakończeniu nauki, mieszkańcy Domu uczestniczą z kolei w zajęciach w ramach warsztatów terapii zajęciowej, nadal korzystają też z rehabilitacji, uczestniczą w zajęciach ruchowych, wycieczkach, turnusach i innych formach aktywności.

Jeśli chodzi o zajęcia terapeutyczne, to mamy siłownię, dużą salę gimnastyczną, pracownię logopedyczną, pracownię do prowadzenia kinezyterapii, rehabilitacji i hydroterapii. Od niedawna prowadzone są, sprawiające ogromną przyjemność naszym podopiecznym, zajęcia z zakresu hipoterapii i dogoterapii.

Mamy też dwie sale terapii zajęciowej, gdzie uczestnicy warsztatów wykonują przeróżne prace artystyczne z wykorzystaniem np. liści, szyszek, papieru, wikliny, nasion fasoli, makaronu, gliny itp. Kto ma talent, to jest on w pełni wykorzystywany i rozwijany. Nie zawsze i nie wszystkie prace są wykonywane przez jedną osobę. Czasem jest to praca zespołowa – jedna osoba np.

zgina potrzebne elementy, druga maluje, trzecia wycina, inna przykleja itd. Ktoś musi jeszcze nadać powstającej pracy końcowy charakter, ładnie ją wyeksponować. Oczywiście, panie terapeutki podpowiadają i nadzorują podczas całego procesu twórczego, ale znaczący wkład w powstające prace wypływa ze strony uczestników.

Mamy również kuchenkę terapeutyczną, gdzie zarówno uczniowie szkoły, jak i uczestnicy terapii zajęciowej biorą udział w zajęciach mających na celu przygotowanie prostych potraw – ugotowanie kisielu, budyniu, upieczenie „łatwego” ciasta. Uczą się też np. składania serwetek, nakrywania do stołu, gdzie podczas zajęć zwracana jest uwaga na zasady bezpieczeństwa, estetykę, mycie rąk itp.

W Państwa Domu przebywa aktualnie kilka osób całkowicie niewidomych. Od kiedy tu mieszkają? Jak sobie radzą? Czy występują jakieś problemy związane z ich niepełnosprawnością wzrokową?

Siostra dyrektor, pani Renata: Wszystkie te osoby trafiły do nas jako dzieci, dziś w sensie formalnym są dorosłe, więc od ich przyjęcia minęło już sporo czasu. Troje z nich jest z głęboką niepełnosprawnością, na wózkach; osoby te są całkowicie zależne od otoczenia i wymagają pełnej opieki. Brak wzroku jest w ich przypadku tylko jednym z bardzo poważnych uszkodzeń.

Natomiast cztery pozostałe osoby – dziewczynka i trzech chłopców są dość samodzielne. Dziewczynka, która porusza się na wózku ma sprawne ręce, jest bardzo kontaktowa, samodzielnie je i chętnie wykonuje różne prace manualne. Natomiast chłopcy chodzący samodzielnie przemieszczają się w ramach swoich *Rodzinek*, uczestniczą również w zajęciach terapii zajęciowej, wykonując dostępne im prace; jeden z chłopców ma talent muzyczny, pięknie gra na flecie. Cała czwórka jest w kontakcie werbalnym, co bardzo ułatwia współpracę z nimi.

Ilu mieszkańców Domu utrzymuje kontakt ze swoimi rodzinami biologicznymi?

Siostra dyrektor, pani Renata: Niestety, tylko około 20 proc. naszych podopiecznych jest odwiedzanych i czasem zabieranych przez swoje rodziny na parę dni (np. na Wigilię i święta Bożego Narodzenia czy część wakacji). Pozostali mieszkańcy nie mają nikogo bliskiego, albo ich kontakt z rodziną ogranicza się, np. do otrzymywania kartek na święta.

Chyba najtrudniejsze dla naszych podopiecznych są właśnie święta Bożego Narodzenia. Ponieważ np. w telewizji różne reklamy dużo wcześniej przypominają o nich, to nasi mieszkańcy już od tego czasu zaczynają wyczekiwać na bliskie im osoby i prezenty. Niestety, zazwyczaj

pozostają rozczarowani brakiem jakiegokolwiek kontaktu ze swoimi biologicznymi rodzinami. Dodatkowo jest im smutno, gdy obserwują radość i przygotowania do wyjazdu ze strony swoich kolegów czy koleżanek zabieranych na czas świąt przez ich bliskich. Oczekiwanie na własną rodzinę kończy się tak naprawdę dopiero około 16.00 w Wigilię Bożego Narodzenia, kiedy zaczynają się uroczyste kolacje w naszych *Rodzinkach*.

A jak spędzany jest czas wolny? Zaglądając na stronę internetową Domu, można znaleźć wiele kolorowych zdjęć z roześmianymi uczestnikami różnych olimpiad, zawodów, wycieczek, turnusów rehabilitacyjnych. Czy mieszkańcy chętnie biorą udział w tych imprezach? Kto je sponsoruje?

Siostra dyrektor, pani Renata: O tak, w naszym Domu dzieje się sporo. Poza wymienionymi imprezami wyjazdowymi utrzymujemy liczne kontakty ze społecznością lokalną, np. z Warsztatami Terapii Zajęciowej w Wyszku, z dziećmi i młodzieżą z różnych szkół – organizowane są wtedy np. wspólne dyskoteki czy śpiewanie kolęd. Takie spotkania są cenne dla naszych dzieci, ale może jeszcze ważniejsze dla naszych gości, uczą ich bowiem współczucia, tolerancji i obcowania z innością.

Przyjeżdżają też do nas na praktyki studenci i klerycy. Oni także uczą się obcowania z osobami niepełno-

sprawnymi intelektualnie, dodatkowo zdobywają wiedzę i praktyczne umiejętności, np.: w jaki sposób być przewodnikiem osoby niewidomej, czy jak prowadzić wózek z osobą niechodzącą.

Kiedyś, jak można zobaczyć na stronach internetowych, wyjeżdżaliśmy z naszymi podopiecznymi na dwutygodniowe turnusy rehabilitacyjne dofinansowywane przez PFRON. Od kilku lat nie udaje nam się, niestety, pozyskiwać z tego źródła środków na grupowe wyjazdy. Ostatnio wyjeżdżamy więc na krótsze turnusy siedmio-, dziesięciodniowe i wycieczki, a środki na nie pozyskujemy dzięki współpracy z Fundacją „Dzieło Samarytańskie”, utworzoną przy Zgromadzeniu Sióstr Benedyktynek Samarytanek Krzyża Chrystusowego.

Natomiast w codziennym życiu Domu staramy się organizować wszystkim sprawniejszym mieszkańcom czas w taki sposób, by czuli się potrzebni i odpowiedzialni za różne swoje działania. Uczestniczą więc z w różnych dyżurach (np. przynoszą obiad z kuchni, nakrywają do stołu, przygotowują kanapki, zmywają naczynia, wynoszą śmieci, pomagają przy prasowaniu, sprzątaniu itp.).

Nasi mieszkańcy pomagają także w gospodarstwie – gdzie karmią zwierzęta (a jest ich sporo: króliki, kaczki, kury, bażanty, kozy, jest także kucyk, pies i mnóstwo kotów) i podczas prac w ogrodzie. Ogromną frajdę stanowią wykopki. Uczestniczą w nich wszyscy, nawet ci

mniej sprawni. Po zakończeniu pracy na wszystkich „zbieraczy” czeka ognisko z pieczeniem ziemniaków. Poprzez uczestniczenie w różnych pracach nasi mieszkańcy mają poczucie, że są za coś odpowiedzialni, coś potrafią, że są ważni i doceniani (czasem czują się wręcz niezbędni i niezastąpieni). Oczywiście, ich praca wymaga kontroli i nadzoru ze strony personelu, ale z pewnością ma znaczenie dla ich rozwoju.

Bardzo dziękuję za rozmowę i możliwość poznania tego miejsca – Renata Nowacka-Pyrlik

Radość płynie z audiobooka

Izabela Galicka – Co skłoniło Panią do wydawania audiobooków?

Ewa Olejnik – Mając sama syna w wieku przedszkolnym, szukałam fajnych, ambitnych ofert dla dzieci. Byłam rozczarowana niską jakością dźwiękową obecnych na rynku produkcji. Były wówczas, co prawda, nagrania Polskiego Radia sprzed lat, do których można się było odwołać, ale niewiele więcej. Przyszło mi do głowy, żeby wypełnić tę niszę i zapewnić dzieciom atrakcyjne, dobre jakościowo nagrania. A ponieważ z zawodu jestem reżyserem dźwięku, czułam się do tego w pełni przygotowana.

I. G. – Jak Pani myśli, co sądzą o tym rodzice

E.O. – Małe dzieci jeszcze nie czytają, zatem audiobook to pierwsze zetknięcie się z literaturą. Rodzice nie zawsze znajdują wystarczająco dużo czasu na czytanie, niekiedy przeszkadzają im niedogodności głosowe czy interpretacyjne. Jak pisał jeden z francuskich profesorów, Alfred Tomatis: „Ucho nie jest stworzone wyłącznie do słuchania, lecz do pobudzania mózgu i ciała”. Stosował on metodę treningu słuchowego w terapii, np. w dysleksji i jąkaniu się. Twierdził, że słuchanie pobudza wyobraźnię, mapę emocjonalną mózgu i myślenie abstrakcyjne.

I.G. – Czy audiobook to alternatywa dla książki, czy samodzielna wartość estetyczna?

E.O. – Ma Pani zapewne na myśli książkę tzw. tradycyjną, czyli drukowaną, dla której audiobook rzeczywiście może być alternatywą. Nie zapominajmy jednak, że audiobook to przede wszystkim literatura, a zatem najprawdziwsza książka, tyle że wydana w innej postaci. W sumie nie to jest najistotniejsze, czy dziecko słucha, czy czyta, ważne, że obcuje z literaturą. Jeśli woli słuchać, niech słucha, a my dorośli cieszymy się z każdej chwili spędzonej z tekstem literackim, podanym w tej czy innej postaci. Ponadto obie te wersje – dźwiękowa i drukowana – mogą z powodzeniem egzystować równolegle. Mamy wydania podwójne, złożone z płyty i drukowanej książki – dziecko przechodzi od słuchania do czytania bądź odwrotnie, te dwie formy percepcji wzajemnie się dopełniają, wspomagają. A jeśli chodzi o samodzielną wartość estetyczną audiobooka, wynika ona wprost z jego jakości artystyczno-realizacyjnej, o której decydują takie elementy jak np. walory literackie, interpretacyjne (kreacja aktorska), dźwiękowe (obecność muzyki, efektu czy atmosfery dźwiękowej), edytorskie (estetyka obwoluty, redakcja) oraz cała strona realizacyjna, a więc przede wszystkim dobre brzmienie.

I.G. – Czy w Pani przekonaniu dzieci chętniej sięgają po audiobook niż po książkę?

E.O. – Jest to sprawa bardzo indywidualna, ale na ogół dzieci kochają słuchać, nie trzeba ich do tego namawiać. To przecież same dzieci proszą co wieczór rodziców, żeby im poczytali. Jest jedna bardzo ciekawa właściwość dziecięcego słuchania. Dzieci potrafią słuchać tego samego fragmentu kilka, a nawet kilkanaście razy, mają ten unikalny dar (a może po prostu potrzebę) słuchania wielokrotnego. Dorosłych to dziwi, bo oni słuchają raz i koniec. A dziecko wiele razy powraca do swoich ulubionych audiobooków i wciąż znajduje tam coś frapującego, wciąż odkrywa je na nowo. Każde kolejne słuchanie jest dla dziecka nową przygodą emocjonalną i poznawczą.

I.G. – Czy trudno dobrać właściwych lektorów dla potrzeb dzieci?

E.O. – Niewątpliwie dobór lektorów to bardzo ważny aspekt przygotowania audiobooka. Podstawą jest tekst, zawsze wychodzimy od niego. W pierwszej fazie decydujemy, czy wybrać głos męski czy kobiecy. Później jest dyskusja nad samą barwą głosu, jego cechami – czy ma to być przykładowo głos poważny, dostojny, radosny, należący do starszego czy młodszego człowieka. Czy niski i głęboki, czy wprost przeciwnie. Dla nas ważne

jest to, aby czytał dzieciom wybitny aktor, odrzucamy lektorów bez przygotowania aktorskiego. Trzeba mieć wszelkie predyspozycje i kompetencje, żeby przekazać dziecku sens literatury, dotrzeć interpretacją do istoty tekstu, uczynić go bardziej zrozumiałym. Nie jest to łatwe, lecz na szczęście znani aktorzy zgadzają się na współpracę. Tu ważna uwaga również dla rodziców – posłuchajmy fragmentu audiobooka, zanim kupimy go swojemu dziecku. Przekonajmy się, czy się tego dobrze słucha, czy interpretacja jest wiarygodna, spójna, czy brzmienie nam się podoba.

I.G. – Jakie znaczenie ma oprawa muzyczna?

E.O. – Muzyka jest bardzo istotna, jest ona uniwersalnym sposobem przeżywania emocji, dostarcza bogatych wrażeń zmysłowych. Badania potwierdzają, że człowiek „wychowany” na muzyce ma bogatszą wyobraźnię, jest bardziej wrażliwy. Słuchanie muzyki wspomaga rozwój określonych struktur mózgowych, odpowiedzialnych za różne inne nasze zdolności jak choćby te ścisłe, matematyczne. Muzyka wreszcie uwalnia od stresu. W audiobooku zaś buduje klimat, nastrój, dzięki czemu tekst literacki jest bardziej wyrazisty dla słuchacza (albo może lepiej przemawia do słuchacza?). To samo mówią innymi słowami dzieci – że słuchając muzyki, widzą przed oczami całe obrazy.

I.G. – Jakie zdolności i umiejętności rozwijają, pani zdaniem, audiobooki?

E.O. – W ogóle wartość słuchania jest niezaprzeczalna. Wśród wszystkich zmysłów 80 proc. impulsów dociera do nas przez słuch. Dlatego słuchanie ma olbrzymi wpływ na rozwój poznawczy i emocjonalny dziecka. Jak już wspomniałam, stymuluje ono wyobraźnię, wrażliwość sensoryczną, jest odpowiedzialne za powstawanie synaps w określonych strefach mózgowych oraz połączeń między dwoma półkulami mózgu. Polepsza także pamięć werbalną, co przekłada się na wyniki w nauce dziecka.

I.G. – Czy zastanawiała się pani, jakie znaczenie może mieć audiobook dla dziecka słabowidzącego bądź niewidomego?

E.O. – Dla dzieci z problemami wzroku audiobook jest realną szansą na codzienne obcowanie z książką, poznanie dobrej literatury. Na targach książki, w których bierzemy aktywny udział, rodzice dzieci słabowidzących i niewidomych przychodzą i pytają o różne pozycje. Narzekają, że oferta audiobooków na półkach księgarskich jest zbyt mała. Rzeczywiście, jest ona wciąż dość ograniczona. Sieci handlowe jak gdyby nie doceniały znaczenia audiobooków. Zajmują one często tylko niewidoczny dla odbiorcy kącik, nie są eksponowane, nie

mówiąc o braku możliwości wysłuchania choćby fragmentów, co dla promocji audiobooka jest absolutnie kluczowe. Dzieje się tak nie tylko w małych księgarniach, ale i w sieciach, dysponujących ogromnymi przestrzeniami. Tak jakby audiobook był czymś gorszym. A przecież to książka, tylko w innej formie.

I.G. – Jaką informację zwrotną otrzymuje pani od słuchaczy?

E.O. – Otrzymujemy wiele entuzjastycznych maili od słuchaczy, spotykamy się z nimi podczas targów, obserwujemy reakcje, jakie wywołuje nawet parosekundowe słuchanie. To dla nas niezwykle ważne i budujące doświadczenia. Cieszy nas to, że rodzice dzisiaj potrafią już ocenić i docenić wysoką jakość produktu w przeciwieństwie do rzeczy przeciętnych. „Szacunek na Waszych płytach dla małego ucha jest WIELKI!” – napisał kiedyś do nas jeden z rodziców. To mobilizuje i nadaje sens naszej pracy.

I.G. – Czytanie książki jest przeżyciem indywidualnym. A słuchanie?

E.O. – Słuchanie może być przeżyciem zbiorowym, może wspaniale integrować grupę, rodzinę. Uwielbiam obserwować te wszystkie niesamowite reakcje, jakie wywołuje wspólne słuchanie. Ten moment, kiedy zakła-

damy słuchawki na uszy dzieci i rodziców i zaczyna się wspólne słuchanie, bywa niezwykle wzruszający. Nagle coś się zaczyna dziać. W ciągu kilku sekund zmienia się mimika dziecka, oczy zaczynają błyszczeć, dziecięca buzia zwraca się ku rodzicowi, a rodzic ku dziecku. Taka żywa, spontaniczna wzajemna reakcja, chęć dzielenia się tym, co słyszę, wspólny śmiech, radość, zaduma, wspólne wzruszenie... To frapujące doświadczenie, ta interakcja między rodzicem a dzieckiem.

I.G. – Czy dzieci chętniej sięgają po audiobooki niż dorośli?

E.O. – Myślę, że tak. Dzieci są wdzięczniejszymi słuchaczami, bo dla nich słuchanie jest czymś naturalnym. Dorosły szybciej się nudzi, traktuje audiobook czysto poznawczo. A dziecko słucha i słucha na okrągło, i nieustająco jest zaciekawione. „OBECNOŚĆ 100 proc., mózg jak dobrze naoliwiona maszyna produkuje obrazy, wyobraźnia i fantazja kipią” – jak to trafnie ujęła jedna z mam naszych wiernych słuchaczy. Dla dziecka słuchanie jest przeżyciem emocjonalnym, dlatego motto naszego wydawnictwa brzmi „Radość słuchania”. Efekty słuchania widać po chwili – dzieci momentalnie uczą się ulubionych fragmentów na pamięć, powtarzają je, bawią się słowem, zaczynają rozmawiać z rodzicami zasłyszanyymi frazami, zmieniać swój język. Tak więc

bakcył został połączony, literatura w naturalny sposób weszła w życie dziecka.

Dziękuję za rozmowę

Wywiad z Ewą Olejnik, reżyserem dźwięku, doktorantką na Uniwersytecie Fryderyka Chopina w Warszawie, właścicielką wydawnictwa specjalizującego się w audiobookach dla dzieci i młodzieży, przeprowadziła Izabela Galicka, filolog polski i kulturoznawca

SPIS TREŚCI KWARTALNIKA „NASZE DZIECI” ZA 2015 ROK

Nr 1 (306) styczeń – luty – marzec

Dzieci na Wielkanoc – wiersz Konstantego Ildefonsa Gałczyńskiego

Wiosna w zapachach – Przemysław Barszcz

Zapach jako bodziec dostępny dla dzieci niewidomych i słabowidzących powoduje lepsze poznanie i zrozumienie otaczającego świata. Poznanie zapachów trzech wiosennych okresów – przedwiośnia, wczesnej wiosny i wiosny właściwej.

Biorę sobie ciebie za dziecko – Angelika Broniewska

O problemie zaakceptowania dziecka niepełnosprawnego w rodzinie, przeszkodach czyhających na rodziców w związku z wychowywaniem niepełnosprawnego dziecka, fazach, przez jakie przechodzi się na wieść, iż nasze dziecko jest niepełnosprawne.

Przytul mnie – Ewa Maksymowicz

Głównie o szmacianych lalkach i innych przytulankach z różnych materiałów i o tym, jakim są doskonałym materiałem dydaktycznym dla dzieci z problemami wzroku.

Staż za biurkiem – Katarzyna Głowacka

O realizowanych, w czasie stażu przez niewidomą panią Kasię, spotkaniach edukacyjnych z dziećmi w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym. Spotkania te dotyczą trudności, z jakimi spotykają się osoby z problemami wzroku oraz tego, jak sobie z nimi radzą. Pani Kasia na spotkania zabiera ze sobą swojego psa przewodnika.

Wycieczka do Rumunii – z siostrą Agatą pracującą od 40 lat w Ośrodku Szkolno-Wychowawczym dla Dzieci Niewidomych w Laskach rozmawiała tyflopédagog Renata Nowacka-Pyrlik

O sposobie na włączenie niewidomego dziecka uczącego się poza domem, przebywającego w internacie, do lokalnej społeczności. Siostra Agata organizuje wyjazdy edukacyjne do miejsc zamieszkania jej wychowanek. Jedna z wychowanek pochodzi z Rumunii, stąd wycieczka do tego kraju.

O strzelających bombkach na choince i pachnącej bajce – Marta Jenczewska

O mikołajkowej imprezie zorganizowanej dla dzieci z koła Polskiego Związku Niewidomych w Toruniu.

Polskie filmy o niewidomych – Zofia Krzemkowska

O filmie „Carte Blanche”, którego bohaterem jest tracący wzrok nauczyciel. Scenariusz filmu powstał w opar-

ciu o prawdziwą historię nauczyciela historii z Lublina, który stracił wzrok z powodu schorzenia siatkówki.

Co oferuje Związek dzieciom w 2015 roku – opracowała Elżbieta Oleksiak

O turnusie i koloniach organizowanych w 2015 roku przez Instytut Tyflogiczny PZN i kalendarzu imprez proponowanych przez osiem okręgów.

Spis treści kwartalnika „Nasze Dzieci” za 2014 rok – opracowała Elżbieta Oleksiak

Nr 2 (307) kwiecień – maj – czerwiec

Zabawki, które wpływają na rozwój systemu czuciowego – Anna Maria Florek

Po artykule o wpływie zabawek na rozwój komunikacji, funkcji słuchowych przyszedł czas na artykuł o wpływie zabawek na rozwój systemu czuciowego. O znaczeniu zmysłu czucia, braku i nadmiarze bodźców; o odkrywaniu przez dziecko zależności między swoim ciałem a otaczającym je środowiskiem, potrzebach i ich zaspokajaniu, zabiegach pielęgnacyjnych.

Dotknąć las – Przemysław Barszcz

O tym, czego można dowiedzieć się o otaczającej przyrodzie za pomocą dotyku. Tym razem o rozpozna-

waniu rodzaju drzew po korze, pąkach liściowych, leśnym mchu i porostach.

Kolorowa terapia – Ewa Maksymowicz

O możliwości wykonywania biżuterii i ozdób metodą filcowania i nauczaniu tej metody dzieci z problemami wzroku ze szkół podstawowych.

Jaka szkoła. Bilans zysków i strat – wywiad z Marianem Wołczyńskim przeprowadziła Renata Nowacka-Pyrlik

O próbie odpowiedzi na pytania, do jakiej szkoły – specjalnej czy ogólnodostępnej – powinno trafić niewidome czy słabowidzące dziecko, opowiada absolwent Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych w Laskach.

Szkoła życia – Izabela Galicka

O doświadczeniach osoby tracącej wzrok związanych z nauką w szkole podstawowej, średniej, na studiach, o szukaniu pracy, nietolerancji doświadczanej ze strony kolegów, władz.

Nr 3 (308) lipiec – sierpień – wrzesień

Zabawki, które wpływają na rozwój systemu czuciowego (część II) – Anna Maria Florek

Ciąg dalszy rozważań na temat zabawek wpływających na rozwój systemu czuciowego, tym razem o odróżnianiu siebie od otoczenia, tworzeniu obrazu własnego ciała, wrażliwości na bodźce czuciowe, zabawach w malowanie poszczególnych części ciała, zabawach balonami, magnesami, w wodzie, na śniegu, selekcji i odbiorze bodźców czuciowych.

Zobacz zwierzę – Przemysław Barszcz

Krótki przewodniki dla rodziców i opiekunów dzieci niewidomych i słabowidzących – jak zobaczyć zwierzę. Zwierzęta można oglądać w minizoo, w gospodarstwach agroturystycznych.

Świetlikowo – Karolina Husakova, Joanna Homel, Iwona Janoszek

Świetlikowo to portal rozwijający widzenie przeznaczony dla dzieci w wieku od dwóch do siedmiu lat stworzony przez grupę specjalistów z zakresu terapii widzenia. O tym, jak wytropić sowę, rykowisko jeleni, co można spotkać w zoo nocą.

Wykorzystanie tabletu do pracy z niewidomymi i słabowidzącymi dziećmi z dodatkowymi ograniczeniami – Irena Kuczborska

O wykorzystaniu nowoczesnego sprzętu do pracy z niewidomymi i słabowidzącymi dziećmi – iPady, table-

ty w Poradni Kompleksowej Diagnozy, Wczesnej Edukacji, Terapii, Rehabilitacji Stowarzyszenia „Tęcza”.

Nowy Ośrodek Chorób Rzadkich w Gdańsku –
Renata Nowacka-Pyrlik

Z myślą o dzieciach cierpiących na zespoły wad i chorób trudnych czy niemożliwych do zdiagnozowania, leczenia i rehabilitacji powstała w Gdańsku przy Poradni Genetycznej Uniwersyteckiego Centrum Klinicznego druga placówka w Polsce (pierwsza powstała w Krakowie).

Biała laska kontra czarny pies – Katarzyna Głowacka

Refleksje oparte na osobistym doświadczeniu związanym z korzystaniem z psa przewodnika (psa asystującego) i laski.

Poradnia Fundacji Cedunis – Joanna Witczak-Nowotna, Małgorzata Paplińska

Poradnia powstała w Warszawie, zaprasza głównie nauczycieli ze szkół ogólnodostępnych na warsztaty i szkolenia dotyczące doboru metod i form pracy z uczniami z problemami wzroku, prowadzi także warsztaty z nauki brajla, zajęcia dla uczniów korzystania z pomocy optycznych, nauki orientacji.

Wspomnienia: Dzień Dziecka w Toruniu (Grażyna Kowalska); Kolonie w Rabce (Magdalena Glema,

Barbara Walczak, Aleksandra Dobkowska); Turnus w Laskach (Jakub Sobczuk)

O Dniu Dziecka zorganizowanym w kole PZN w Toruniu, bardzo pozytywnych wspomnieniach uczestników kolonii i turnusu organizowanego dla dzieci z całej Polski przez Instytut Tyflogiczny PZN w Rabce i Laskach.

Nr 4 (309) październik – listopad – grudzień

Przy wigilijnym stole – wiersz Jana Kasprowicza

Zabawki wpływające na rozwój motoryczny dłoni
– Anna Florek

Kolejny artykuł z serii zabawek wpływających na rozwój tym razem dłoni. Do czego dziecko używa rąk w poszczególnych miesiącach życia, omówienie czterech stadiów rozwoju chwytów dłoni.

O.K.U.L.A.R. – Magdalena Gendek, Mikołaj Jabłoński

O.K.U.L.A.R. Ogólnopolski Konkurs Uzdolnionych Ludzi Artystycznie Różnorako powstał z inicjatywy dwójga licealistów ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 8 dla Dzieci Słabowidzących im. dr Zofii Galewskiej. Pierwszy konkurs odbył się w 2014 roku. W konkursie w 2015 roku uczestniczyli uczniowie z siedmiu ośrodków dla niewidomych i słabowidzących. W konkursie biorą udział młodzi zdolni ludzie w kilku

kategoriach: scenicznej, literackiej, filmowej oraz plastycznej.

Zimą wszystko się zaczyna – Przemysław Barszcz

O zjawiskach przyrodniczych, które można usłyszeć, dotknąć i poczuć w górach zimą.

Tacy sami – Renata Nowacka-Pyrlik

O doświadczeniach małżeństwa obojga niewidomych wychowujących samodzielnie czteroletnią Kornelię. Opowiadają o swoim dzieciństwie, edukacji, pracy, wychowywaniu dziecka, spędzaniu czasu wolnego.

„Na pomoc ginącej miłości” – Angelika Broniewska

Pojawienie się dziecka w rodzinie najczęściej związane jest z kryzysem małżeństwa, jak walczyć o zdrowie dziecka, a jak z równą pasją o swoje małżeństwo.

Zachęcam do przeczytania – Renata Nowacka-Pyrlik

O dwóch książkach kanadyjskiego autora Ryana Knightona „Zapiski niewidomego taty” i „Jedno oko na Maroko”. Pierwsza mówi o jego doświadczeniach związanych z byciem niewidomym tatą, druga jest autobiografią – autor opowiada w niej o swoim dzieciństwie, rodzinie, chorobie.

Opracowała Elżbieta Oleksiak, tyflopedagog w Instytucie Tyflogicznym PZN.



WITAJ
WIOSNO

