

Miejsce do zabawy dla dzieci niewidomych z dodatkowymi ograniczeniami (część III)

Jayanthi Narayan

dyrektor Narodowego Instytutu dla Osób Niepełnosprawnych w Indiach

Marianne Riggio

Konsultant regionalny w Hilton/Perkins program w szkole dla Niewidomych im. Perkinsa w USA

ZABAWA SAMODZIELNA

Wyobraź sobie noworodka w ramionach matki i pomyśl, jak mamy i ich nowonarodzone dzieci w naturalny sposób bawią się ze sobą. Ten obraz może podpowieść wiele pomysłów na to, w jaki sposób zacząć bawić się z dziećmi głuchoniewidomymi. Do pierwszych zabaw dziecko wykorzystuje własne ciało, by następnie poszerzyć umiejętność zabawy poza tę najbliższą mu przestrzeń.

Niemowlęta często bawią się własnymi rączkami i nóżkami, co stanowi najwcześniejszą formę zabawy. Zazwyczaj do tego rodzaju zabawy zachęca je urok swo-

ich dłoni i stópek dostrzegany dzięki zmysłowi wzroku. Jednakże przy dysfunkcji wzroku ten rodzaj zabawy może nie być tak stymulujący, gdyż dziecko nie będzie w stanie wyraźnie dostrzec własnych dłoni czy usłyszeć klaskania, kiedy uderza jedną o drugą.

Pewne proste adaptacje mogą zachęcić dzieci do udziału w tej formie wczesnej zabawy. Zawsze jednak należy pamiętać, że musimy uszanować godność dziecka. Wybieraj to, co jest odpowiednie do jego wieku, a także ciekawe dla niego.



W przypadku małego dziecka można:

- ❖ pomalować małej dziewczynce paznokcie lakierem w jaskrawym kolorze (zachowaj ostrożność, jeśli lubi wkładać palce do buzi);
- ❖ zrobić bransoletki z miękkiego materiału z dzwoneczkami (upewnij się, że dzwoneczków nie da się odgryźć i połknąć);
- ❖ kupić bądź ozdobić kapciuszki wzorami lub paskami w jaskrawych kolorach.

Zachęcając dziecko do samodzielnej zabawy, zawsze należy przechodzić od zabaw w pobliżu jego ciała do bardziej odległego otoczenia. Wiele dzieci z niepełnosprawnością sprzężoną ma trudności w poruszaniu się po swoim otoczeniu, a jednocześnie dostrzeganie obiektów znajdujących się w oddali czy przetwarzanie informacji wzrokowych z odległości stanowi dla nich wyzwanie. Dlatego otoczenie trzeba do dziecka „przybliżyć”. Oczywiście, wybierając rzeczy do zabawy w jakimkolwiek miejscu, musimy myśleć przede wszystkim o bezpieczeństwie. Nie dawaj dziecku przedmiotów, które mogłoby połknąć lub w które mogłoby się zaplątać. Z drugiej strony, wiele łatwo dostępnych rzeczy może stać się bardzo stymulującymi zabawkami. Jeśli, na przykład, powiesz obok siebie dwie łyżeczki, będą wydawać miły dźwięk, kiedy dziecko będzie w nie uderzać, poza tym są błyszczące i interesujące wizualnie.

Istnieje wiele sposobów, by pobudzić ciekawość dziecka i zmotywować je do eksploracji swojego otoczenia.

Dr Lilli Nielsen, duńska psycholog, wymyśliła koncepcję ograniczonej przestrzeni do zabawy, którą nazywała „małym pokoikiem”. Opracowała ten pomysł, kiedy zauważyła, że dzieci lubią przebywać na małej przestrzeni, bawiąc się pod łóżkiem lub w szafie. Często jednak dzieci z niepełnosprawnością wzrokową i dodatkowymi ograniczeniami nie mają dostępu do takich doświadczeń.

Mały pokój możemy wyposażyć w materiały, które są szczególnie ciekawe dla konkretnego dziecka.



Przygotowując miejsce do zabawy dla dziecka z trudnościami w poruszaniu się wynikającymi z zaburzeń rozwojowych bądź fizycznych, trzeba zastanowić się nad kwestią pozycjonowania. Na przykład, jeśli dziecko ma porażenie mózgowe, ważne jest, aby jego barki były nieco podparte, tak by w maksymalnym stopniu mogło posługiwać się rękami.

Położenie go płasko na plecach pod wiszącymi nad nim zabawkami wywołałoby tylko jego frustrację. Istnieją możliwości, które możemy wykorzystać, żeby zapew-

nić dziecku otoczenie zaspokajające jego potrzeby w zakresie stymulacji wzrokowej, dotykowej i słuchowej, a jednocześnie uwzględniające odpowiednią pozycję.



Błyszcząca folia i wiszące jaskrawe dekoracje świąteczne z metalicznym połyskiem są interesujące wizualnie i można je zgnieść przy niewielkim wysiłku fizycznym. Inne pomysły to:

- ❖ pompony z jaskrawej włóczki;
- ❖ szczelnie zamknięta plastikowa butelka wypełniona koralikami w jaskrawych kolorach;
- ❖ mały, dobrze zamknięty koszyczek wypełniony metalowymi dzwoneczkami lub zakrętkami od butelek.

Materiały powinny być umieszczone w taki sposób, żeby „reagowały” na każdy ruch dłoni, przypadkowy czy

zamierzony. Ma to decydujące znaczenie dla stworzenia dziecku odpowiednich warunków do podjęcia działania.

Powiększanie kącika zabaw

Tak jak dziecko rozwija się i rośnie, tak też powiększa się obszar, na którym potencjalnie może się bawić. Wizualna atrakcyjność jaskrawej zabawki czy zapamiętany dźwięk wydawany przez pozytywkę mogą stanowić katalizator ruchu i zabawy. Gdy stymulują dziecko zabawki



znajdujące się w zasięgu jego ręki, stopniowo zacznie badać otoczenie, by znaleźć więcej rzeczy do zabawy.

Przymocowanie zabawek za pomocą sznurka do kamizelki bądź specjalnej tablicy jest jedną ze strategii, która ułatwi dziecku badanie terenu, by znaleźć nowe rzeczy do zabawy. Kiedy upuści zabawkę przywiązaną do tasiemki, możemy pomóc mu ją odnaleźć, przesuwając wraz z nim ręce wzdłuż sznurka. Takie działania ułatwią także dziecku opanowanie pojęcia stałości przedmiotów, tzn. zrozumienie, że przedmioty w dalszym

ciągu istnieją, nawet jeśli nie znajdują się bezpośrednio w zasięgu ręki czy w naszym polu widzenia.

Kolejny krok polega na umieszczeniu zabawek poza zasięgiem dziecka i pokazaniu mu, gdzie zostały położone. Na początek wybierz takie przedmioty, których właściwości są dla niego interesujące. Układaj je na konkretnej półce lub w koszykach, które zawsze stoją w tym samym miejscu, by dziecko wiedziało, gdzie ich szukać.

Gdy dziecko zacznie się sprawniej przemieszczać, umieszczaj zabawki na półkach, do których będzie mogło dosięgnąć. W przypadku dziecka z dysfunkcją wzroku ważne jest, by rzeczy do zabawy trzymać zawsze w tym samym miejscu,



aby wiedziało, gdzie ich szukać. Jeśli ma ich dużo, można ułożyć je według zmysłów, na które działają. Na przykład, na jednej półce stoją zabawki grające, na drugiej zabawki manipulacyjne (rozwijające zdolności manualne), a na trzeciej różnego rodzaju zabawki, które można wprawić w ruch.

Indywidualna zabawa z dorosłym

Bawiąc się z rodzicem bądź opiekunem w gry polegające na naprzemiennym wykonywaniu czynności i bliskim kontakcie fizycznym, dziecko uczy się, że pod wieloma względami jest takie samo jak jego towarzysz zabawy. Zrozumienie tego faktu ma decydujące znaczenie zwłaszcza w przypadku dzieci niewidomych i słabo-



widzących, kiedy rozwija się u nich świadomość własnego ciała i tożsamość osobista – bardzo ważny krok w rozwoju umiejętności społecznych/zabawy.

Przykładem prostej i przyjemnej zabawy jest pozwolenie dziecku, by położyło dłonie na naszej głowie i bawiło się naszymi włosami. Należy tylko uważać, jeśli lubi ciągnąć za włosy.

Wszystkie dzieci, niepełnosprawne i pełnosprawne, lubią się też bawić w „a kuku”. Jedną z wersji tej zabawy może polegać na zakładaniu na zmianę kawałka materiału na twarz drugiej osoby.

Trzymanie dziecka na kolanach podczas zabawy pomaga mu poczuć się bezpiecznie. Możesz kołysać



się rytmicznie, potem zatrzymać się i odczekać chwilę; w ten sposób pozwalasz mu pokazać całym swoim ciałem, że chce jeszcze (zazwyczaj robi to, kołysząc się dalej lub później, kiedy jest starsze, używając w tym celu innego sygnału o bardziej symbolicznym charakterze). Dzięki takiemu postępowaniu dziecko staje się aktywnym uczestnikiem zabawy.



Kiedy dziecko bawi się w takie rytmiczne zabawy, czuje się bezpiecznie i pewnie w swojej umiejętności przewidywania czynności ruchowej, która nastąpi.

„Patataj, patataj, pojedziemy w cudny kraj” to kolejna zabawa, gdzie dziecko i dorosły pozostają w bliskim kontakcie fizycznym. Wszystkie dzieci lubią podskakiwanie na kolanach stanowiące element tej zabawy. Zachęca ona także do zabawy w udawanie.

Również zabawy paluszkowe sprawiają dzieciom radość. Na przykład w zabawie „Sroczka kaszkę warzyła”,

dziecko spodziewa się, że będzie połaskotane. Te rymowanki najbardziej spodobają się dzieciom, które w jakimś stopniu słyszą. Bawiąc się w zabawy polegające na łąskotaniu, zachowaj ostrożność, jeśli u dziecka występuje wzmożone napięcie mięśniowe lub nieprawidłowe odruchy.

W przypadku dziecka, które nie jest w stanie usłyszeć śpiewanej piosenki czy wierszyka, czasami lepszym rozwiązaniem są zabawy polegające na klaskaniu. Bawiąc się w takie zabawy z młodszym dzieckiem, wygodniej będzie, jeśli usiądzie ci ono na kolanach. Starsze może siedzieć naprzeciwko ciebie.

Bawiąc się w takie zabawy z dzieckiem, które siedzi ci na kolanach, pamiętaj, by najpierw położyć jego dłonie na swoich. W ten sposób może samo wybrać, czy chce kontynuować czynność, czy też nie.



Zawsze należy umożliwić dziecku dokonanie wyboru, czy chce uczestniczyć w danej zabawie, czy też nie.

Dzieci z niepełnosprawnością sprzężoną, tak jak wszystkie dzieci, lubią się bawić zwykłymi przedmiotami codziennego użytku. Oto kilka pomysłów, jak wykorzystać takie rzeczy do zabawy:



- ❖ wcieranie sobie nawzajem w skórę kremu do rąk;
- ❖ stukanie w garnki i rondle odwrócone do góry dnem;
- ❖ zabawa ciastem – rozwałkowywanie i ugniatanie;
- ❖ zabawa kapeluszem – zakładanie i zdejmowanie go sobie nawzajem z głowy.

Należy pamiętać, że chcemy, aby dziecko brało udział w takich interakcjach z własnej woli, bez przymusu.

Inicjowanie zabawy z innymi dziećmi

Zanim zaczniemy zachęcać dziecko do zabawy polegającej na współdziałaniu, powinniśmy wrócić do podstawowych etapów rozwoju zabawy u prawidłowo rozwijających się dzieci. Młodsze dzieci nie są bardzo interesująco tym, co robią inne osoby. Kiedy są starsze, zaczyna je to ciekawić coraz bardziej: najpierw naśladują inne dzieci, a potem zaczynają z nimi współdziałać.

Ale co w przypadku dziecka, które nie widzi innych dzieci? Które nie słyszy bądź nie rozumie tego, co mówią? Które nie jest w stanie nawiązać kontaktu fizycznego? W jaki sposób takie dziecko może stać się obserwatorem zabawy? W jaki sposób może zacząć bawić się zespołowo?

Kiedy przypomnimy sobie, że wzrok i słuch to zmysły, które łączą nas ze światem znajdującym się poza przestrzenią naszego własnego ciała, zdamy sobie sprawę, że musimy włożyć nieco wysiłku, by dziecko z niepełno-

sprawnością sensoryczną i dodatkowymi ograniczeniami nawiązało kontakt z dziećmi widzącymi i słyszącymi. Dzieci z niepełnosprawnością sprzężoną nie potrafią łatwo rozpocząć interakcji z innymi dziećmi, dlatego musimy stać się dla nich pewnego rodzaju pomostem.

Bez względu na otoczenie, w którym się znajdujemy, musimy pomóc dziecku głuchoniewidomemu czy z inną niepełnosprawnością sprzężoną zorientować się, kim są jego rówieśnicy i co robią. Jeśli jest to możliwe, należy jednak unikać dużych skupisk dzieci widzących i słyszących, gdyż takie grupy są często niebezpieczne dla dziecka niewidomego i wzbudzają jego strach.

Ułatwianie rówieśnikom zrozumienia niepełnosprawności dziecka

Otwartość to jedna z wielu wspaniałych cech dzieci. Nie mają jeszcze takich zahamowań jak dorośli i nie bywają skrupowane tak jak oni. Dzieci są z natury ciekawe, chcą poznawać nowe sposoby nawiązywania kontaktu i zazwyczaj są w stanie automatycznie wprowadzać właściwe sposoby współdziałania z różnymi osobami.

Wróćmy do przykładu niewidomego dziecka z dodatkowymi ograniczeniami, z którym trzeba się witać za pomocą znaku bądź wskazówki oznaczającej imię danej osoby. Kiedy wyjaśnimy innym dzieciom, na czym polega znak migowy określający imię, bardzo szybko za-



pamiętają, jak się nim posługiwać. Początkowo będą go używały, bo będzie to coś nowego, ale potem stanie się to ich naturalnym odruchem.

Jeśli wyjaśnimy dzieciom pełnosprawnym, na czym polega niepełnosprawność danego dziecka, w sposób bardzo naturalny będą wiedziały, jak włączyć je do swojej grupy.

Ćwiczenia symulacyjne to doskonały sposób, by pomóc dzieciom zrozumieć, na czym polega dana niepełnosprawność. Takie ćwiczenia dają im skuteczną podstawę do rozwiązywania problemów między sobą



oraz są najlepszym sposobem na włączenie dziecka niepełnosprawnego do grupy.

Symulacje, gdzie dzieci wykonują codzienne czynności, mając zawiązane oczy, a następnie opowiadają o swoich odczuciach na ten temat to doskonałe doświadczenie edukacyjne.

Dostęp do środowiska społecznego

By pomóc dziecku z niepełnosprawnością sensoryczną i dodatkowymi ograniczeniami nawiązać relacje społeczne z innymi dziećmi, przede wszystkim musimy uświadomić mu, że w jego otoczeniu są też inne osoby oraz wyjaśnić, kim są i co robią. Jest to pomaganie dziecku w byciu obserwatorem!

Musimy przy tym zachować zdrowy rozsądek. Nie chcemy opowiadać o każdym kroku każdego dziecka. Taki sposób postępowania nie byłby praktyczny, gdyż dziecko nie miałoby szansy na zabawę.

Zanim dziecko z niepełnosprawnością sensoryczną i dodatkowymi ograniczeniami będzie miało ochotę na zabawę z innymi dziećmi, najpierw musi nabrać do nich zaufania. Opowiadając innym dzieciom o niepełnosprawności naszego dziecka, wykonaliśmy bardzo ważny pierwszy krok na drodze do ich wspólnej zabawy. Poniżej znajduje się kilka przykładów aktywności, które zachęcają dzieci do wspólnej zabawy w naturalny sposób. Zwróć uwagę, że mają one na celu naprowadzić cię na pomysły, które mogłyby się sprawdzić w przypadku twojego konkretnego dziecka i waszego środowiska.

Pamiętaj, by pomóc dzieciom wybrać zabawę, która będzie podobać się im wszystkim. Jest to szczególnie istotne w sytuacjach, gdzie grupa składa się z dzieci niepełnosprawnych i pełnosprawnych. Nie chcemy, żeby

którekolwiek dziecko odbierało obecność dziecka niepełnosprawnego jako ciężar.



Zabawa w pobliżu innych dzieci

Początkowo wszystkie dzieci bawią się same w pobliżu innych dzieci. Podobnie może bawić się dziecko głuchoniewidome. Powiedz mu, że przy stoliku wodnym obok niego bawią się też inne dzieci; potem każde z nich może dalej bawić się samo. Zabawa w piaskownicy czy przy stoliku wodnym w naturalny sposób powoduje, że dzieci znajdują się blisko siebie. Nie tracą zainteresowania zabawą, jeśli będziesz zmieniać kolor i temperaturę wody, a także dawać im różne pojemniki do

wypełniania piaskiem oraz wodą. Zawsze zachowaj ostrożność podczas zabawy w wodzie, zwłaszcza w przypadku dzieci, u których występują drgawki.

Zabawa z innym dzieckiem

Tak jak w przykładzie, gdzie dziecko i dorosły bawią się wspólnie, podobnie dzieci mogą bawić się razem w naprzemienne wykonywanie danej czynności. Dzieci często czują się najbezpieczniej, kiedy siedzą na podłodze na podobnych matach i mogą do siebie turlać piłkę bądź inną zabawkę.



Kiedy dzieciom pełnosprawnym powiemy o potrzebach dziecka niepełnosprawnego, mogą one bez pro-

blemu samodzielnie dostosować zabawę w klaskanie czy inną typową grę dziecięcą tak, by odpowiadała tym potrzebom.

Huśtawka w formie poziomej deski to popularny sprzęt obecny na wielu placach zabaw. Dziecko, które nie widzi czy nie słyszy, trzeba poinformować, że na drugim końcu huśtawki jest ktoś inny. Zanim dzieci zaczną się bujać, najpierw na huśtawce powinno usiąść drugie dziecko. Dziecko głuchoniewidome powinno dotknąć swojego towarzysza zabawy, a następnie przejść na przeciwległy koniec zabawki i usiąść na swoim miejscu.

Również różnego rodzaju piramidki i kubeczki do wkładania jeden w drugi łatwo wykorzystać do zabawy polegającej na naprzemiennym wykonywaniu czynności.

Zabawa w małej grupie

Zabawa powinna być spontaniczna, a jednak czasami dzieci potrzebują pomocy w tym zakresie. Pamiętając o bezpieczeństwie, możemy zastanowić się, w jaki sposób najlepiej zorganizować zabawę dzieci w małych grupach. Grupa może składać się z dzieci pełnosprawnych i niepełnosprawnych w dowolnej konfiguracji.

Dzieciom łatwiej będzie poznać się nawzajem w naturalny sposób, kiedy usiądą w kółeczku i zaśpiewają razem piosenkę lub pobawią się w grę, w której każdy się przedstawia.



Prosta piosenka powtarzana z imieniem każdego dziecka i uściskiem dłoni na powitanie to dobry sposób na przedstawienie wszystkich obecnych.

Dzięki zastosowaniu prostej adaptacji, takiej jak włożenie do piłki dzwoneczka, dziecko może wziąć udział w zabawie w turlanie zabawki. Wtedy, jeśli wszystkie dzieci siedzą, dotykając się stopami, ma fizyczny kontakt ze swoimi rówieśnikami.

Korzystając z pomocy dorosłego lub rówieśnika, który będzie pełnił funkcję tłumacza, dziecko może poturlać piłkę do innej osoby, a potem poczekać, aż ktoś

poturla ją z powrotem do niego. Tłumacz będzie mu mówił, u kogo piłka jest w danym momencie.

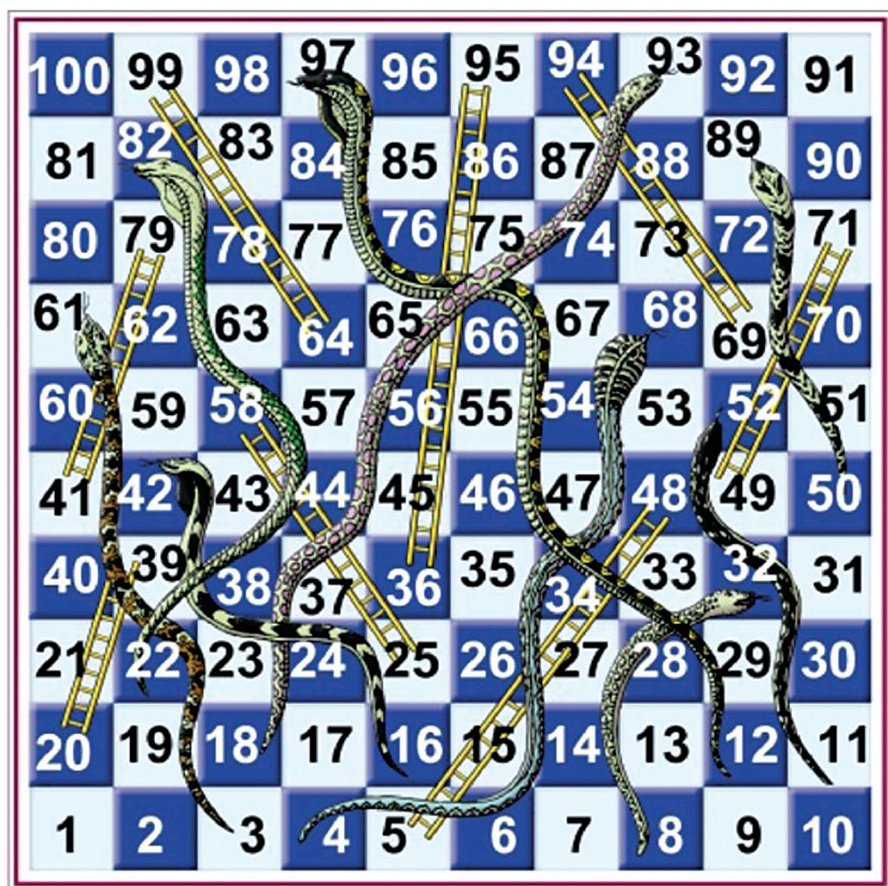
Prześcieradło lub wielkie koło wycięte z kawałka nylonu w jaskrawym kolorze może stać się świetnym rekwizytem do wielu zabaw. Niech wszystkie dzieci trzymają brzegi materiału. Mogą się razem poruszać i zatrzymywać w rytm piosenki, mogą odbijać piłkę plażową od materiału, mogą na zmianę przebiegać pod nim – możliwości jest bez liku.

Gry planszowe

Gry planszowe można łatwo dostosować, tak by mogły z nich korzystać dzieci, które nie widzą lub mają problemy z małą motoryką. Gry takie jak warcaby rozgrywane są na planszy, na której namalowana jest siatka, ale jeśli uwypukli się jej linie za pomocą kleju lub przyklei do nich sznurek, w grę natychmiast będzie mogło grać dziecko niewidome. Takie wypukłe linie uniemożliwią też pionkom przypadkowe przemieszczanie się.

Na kartach do gry można wytłoczyć znaki brajlowskie albo powiększyć liczby, by umożliwić zabawę dzieciom niewidomym lub słabowidzącym.

W pierwszej kolejności musisz zastanowić się nad grą czy zabawą, którą mógłbyś dostosować do potrzeb danego dziecka lub grupy dzieci. Reszta pójdzie łatwo,



jeśli „postawisz się na miejscu” dziecka, które niezbyt dobrze widzi czy słyszy.

(W Polsce wiele gier planszowych, takich jak warcaby, Chińczyk, Samotnik zostało przystosowanych do możliwości percepcyjnych dzieci i można je zakupić, np. w sklepie przy ul. Konwiktorskiej – przypis redakcji).

Zabawa na dworze

Żeby umożliwić dziecku z niepełnosprawnością sensoryczną i dodatkowymi ograniczeniami zabawę na dworze, wystarczą proste adaptacje. Nauczyciel orientacji przestrzennej i bezpiecznego, samodzielnego poruszania się może pomóc konkretnemu dziecku zorientować się na placu zabaw i wśród dostępnych tam sprzętów. Jeśli nie możesz skorzystać z pomocy takiego nauczyciela, kieruj się zdrowym rozsądkiem, wymyślając sposoby na ułatwienie dziecku dostępu do zabaw na dworze.



Prawdopodobnie najprostszy sposób na dostosowanie otoczenia na dworze polega na wykorzystaniu liny, która doprowadzi dziecko do placu zabaw.

Zakończenie

Mamy nadzieję, że po przeczytaniu tej publikacji Czytelnik uświadomił sobie, jak ważną rolę odgrywa zabawa w życiu wszystkich dzieci. Często mówi się, że: „Zabawa to praca dziecka”. Rzeczywiście, to poprzez zabawę dzieci uczą się cennych umiejętności społecznych i poznawczych, które kładą fundamenty pod sukcesy w późniejszym życiu.

W naszym społeczeństwie robimy szybkie postępy w uznawaniu prawa osób niepełnosprawnych do uczestniczenia we wszystkich aspektach życia codziennego. Zabawa to istotny element, którego nie można pominąć.

Mamy nadzieję, że Czytelnik znalazł w niniejszej publikacji przydatne pomysły będące przykładami myślenia, które musimy przyjąć, by dać dzieciom z niepełnosprawnością sensoryczną i dodatkowymi ograniczeniami możliwość zabawy. Ma być ona punktem startu do tworzenia wielu fajnych i ciekawych propozycji dla dzieci.

(Publikacja „Creating play environment for children with sensory impairment and additional disabilities” wydana przez Hilton/Perkins Program w Perkins School for the Blind w USA, 2005 rok – tłumaczenie Renata Wójtowicz)

Jak uczyć dzieci słabowidzące posługiwania się wzrokiem w przestrzeni otwartej

Agata Hołubowicz

terapeuta widzenia, instruktor orientacji przestrzennej,
Ośrodek Wczesnego Wspomagania Rozwoju w Sobieszewie

Rodzice dzieci słabowidzących pełni niepokoju o przyszłość swoich dzieci zgłaszają się do ośrodków wczesnego wspomagania w poszukiwaniu pomocy. Marzą, żeby ich dzieci mogły wieść w przyszłości życie, jakie prowadzą osoby w pełni korzystające ze wzroku – kończyć szkoły wraz ze swoimi dobrze widzącymi kolegami, grać w piłkę, iść na studia, prowadzić samochód – lub po prostu cieszyć się widokiem piękna otaczającego nas świata w gronie przyjaciół.

Oczekiwania względem terapeuty widzenia są bardzo duże, a nabywanie kolejnych umiejętności zdaniem rodziców powinno odbywać się na zajęciach w ośrodku tak często, jak to jest możliwe. Zaskoczeniem dla rodziców dzieci jest, że ograniczenie nauki posługiwania się wzrokiem do warunków pomieszczeń ośrodka – zwłaszcza w przypadku dzieci ze sprzężoną niepełnospraw-

nością – może okazać się niewystarczające; nie zawsze bowiem dzieci opanowujące kolejne umiejętności optyczne automatycznie korzystają z nich w obcych miejscach i w otwartej przestrzeni. Z tego też powodu na całym świecie dąży się do przeniesienia rehabilitacji dziecka do jego domu i okolic, gdzie dziecko czuje się bezpiecznie i swobodnie; ale w warunkach polskich przy niedoborze terapeutów i placówek terapeutycznych nie zawsze jest to możliwe.

Zaskoczeniem dla rodziców jest, że pierwsze zalecenia w ośrodku wczesnego wspomaganie rozwoju dotyczą dostosowania otoczenia domu do potrzeb dziecka słabowidzącego, tak aby dziecko miało możliwość wykorzystania nabywanych podczas zajęć umiejętności w domu; otoczenia na dworze nie da się jednak w taki sposób dostosować. Możemy nieznacznie wpłynąć na umiejętności wzrokowe dziecka, ograniczając nadmierne oświetlenie przez daszki, parasolki, okulary przeciwsłoneczne czy fryzurę z długą grzywką, ale nie jesteśmy w stanie poprawić kontrastu w otoczeniu, a także zmniejszyć dystansu patrzenia w przypadku obiektów odległych. W swojej praktyce spotkałam się z sytuacjami, gdy niemowlęta i małe słabowidzące dzieci wykorzystywały spacer w wózku jedynie jako okazję do wypoczynku i przesypiały całe spacer. Bardzo przykre dla mnie jako terapeuty były też sytuacje, gdy spotykałam rehabilitowane przez siebie dzieci w miejscach publicznych od-

wrócone twarzą do ściany wózeczka, podczas gdy na zajęciach w ośrodku dzieci ciekawie rozglądały się po otoczeniu. Rodzice tych dzieci często przyznawali, że po prostu nie przyszło im do głowy, że powinni spróbować zachęcić swoje dziecko do korzystania ze wzroku podczas spacerów na świeżym powietrzu, skoro dziecko nie robiło tego spontanicznie.



W warunkach otwartej przestrzeni w mocnym świetle słonecznym największe problemy mają dzieci ze światłowstrętem oraz wrażliwe na olśnienia jak w przypadku zmętnień rogówki czy nieusuniętej zaćmy. Dzieci bezsoczewkowe po operacjach zaćmy, których oczy nie

mają umiejętności akomodacji, mogą mieć większe trudności w ocenie odległości i w lokalizowaniu ciekawych obiektów w przestrzeni, a także z koordynacją wzrokowo-ruchową podczas poruszania się. Zaburzone poczucie głębi i u dzieci słabowidzących sprawia, że z większą obawą niż ich widzący rówieśnicy korzystają z placów zabaw wyposażonych w konstrukcje typu „Małpi Gaj” czy basenów z piłkami, w których tak sprawnie radzą sobie inne dzieci, choć oczywiście zdarzają się wyjątki. Wszystkim dzieciom słabowidzącym, a szczególnie dzieciom ze sprzężonymi niepełnosprawnościami przeszkadza natłok bodźców w otoczeniu: duża ilość zlewających się ze sobą bodźców wzrokowych w połączeniu z hałasem, w którym trudno zidentyfikować poszczególne dźwięki, potrafi przestraszyć i zniechęcić nasze maluchy do patrzenia.

Niektóre dzieci słabowidzące przestają rozglądać się już w sytuacji, gdy w domu pojawia się więcej osób niż tylko domownicy. Dzieci te wklejają się w swoich opiekunów twarzą do nich, stają się nadmiernie wyciszone – jakby nieobecne, bądź odwrotnie – krzykiem sygnalizują chęć przywrócenia okoliczności dających poczucie bezpieczeństwa. Ten drugi przypadek przeważnie szybko wymusza na opiekunach ograniczenie kontaktów społecznych. Tymczasem zamiast testować możliwości dzieci, powinniśmy stopniowo uczyć je radzić sobie z sytuacjami dla nich trudnymi. Można zacząć od spotkań

rodzinnych, w których powoli wprowadzać będziemy nowe osoby. Goście nie powinni traktować naszego słabowidzącego malucha jak przytulankę przekazywaną z rąk do rąk, czy grupowo pochylać się nad nim, wydając okrzyki zachwytu. Spotkanie przy kawie z nową ciocią będzie udane, jeżeli poświęcimy na początku chwilę na pokazanie dziecku tej cioci z odległości, z jakiej jest w stanie rozpoznać swoje zabawki. Przeważnie to dziecko pokazywane jest gościom, a nie odwrotnie, a oni nie mają przecież problemów ze wzrokiem! Powinniśmy pamiętać o ograniczeniu niepotrzebnych dźwięków w domu – wyłączyć radio czy telewizor, aby umożliwić dziecku lepszą orientację słuchową. Następnie możemy poprosić dziecko o zlokalizowanie wzrokiem w otoczeniu znanej mu osoby, to zachęci je do rozróżniania i identyfikowania znanych i nieznanymi osób oraz przyglądania się twarzom. Gorąco namawiam do tego rodziców dzieci ze sprzężonymi niepełnosprawnościami. Nie zakładamy z góry, że dziecko nie poradzi sobie z takim zadaniem – być może wymagać to będzie od nas wszystkich większej ilości prób i dłuższego oczekiwania na reakcję dziecka, ale dużym błędem rodziców jest brak zachęcania do jakichkolwiek działań dzieci słabowidzących ze sprzężeniami. Jeżeli nasze dziecko funkcjonuje jakby w zwolnionym tempie, to my do tego tempa musimy się dostosować. Inaczej nauczymy malucha, że jeżeli dostatecznie długo poczeka to mama, tata, babcia

czy ciocia pojawią się tuż przed nim, mówiąc do niego, podając różne przedmioty na chybił trafił, próbując zgadnąć, co je ucieszy. Pozbawia to nasze dziecko motywacji do spontanicznego przeszukiwania otoczenia wzrokiem i nie da okazji do sprawdzenia swoich możliwości. Stopniowo ilość gości w domu można zwiększać, obserwując czujnie reakcje dziecka i zachęcając je do aktywności, a następnie można spróbować wizyt poza domem, odwiedzając bliskich znajomych.

Gdy już zdecydujemy się opuścić bezpieczne domowe warunki, mamy szansę pokazać dziecku wszystkie miejsca, w których my przebywamy na co dzień. Te miejsca to bliższe i dalsze otoczenie domu oraz miejsca użyteczności publicznej, jak sklepy. Wizyta w sklepach dla części rodziców dzieci słabowidzących zwłaszcza z dodatkowymi niepełnosprawnościami bywa horrorem. Wielu rodziców opowiadało mi, jak w szalonym tempie z wrzeszczącym w niebogłosy dzieckiem przemierzali alejki sklepowe, próbując zlokalizować najpotrzebniejsze produkty i zakończyć gehennę. Słyszałam również o problemach ze wzmagającym się oczopląsem w alejkach hipermarketów. Malutkie dzieci ze względu na kontakt z bakteriami i natłok bodźców, z którymi dzieci sobie nie radzą, lepiej pozostawić w domu, nie możemy jednak unikać wypraw do sklepu z dzieckiem w nieskończoność. Półroczne zdrowe dziecko możemy spróbować zabrać na zakupy, warto jednak początkowo wybierać mniejsze

sklepy ze względu na mniejszy hałas i ograniczoną ilość bodźców wzrokowych; warto wypróbować różne pory zakupów. W świetle dziennym dzieci powinny czuć się nieco bezpieczniej, ale dla części dzieci wieczorne oświetlenie na ulicach i w sklepach może okazać się atrakcyjnym dodatkiem zachęcającym do korzystania ze wzroku. Jeżeli wozimy dziecko w wózku sklepowym, to siedzi ono bokiem do półek z kolorowymi produktami spożywczymi, na których co jakiś czas umieszczone są kolorowe etykiety. Jeżeli przesuwamy się z wózkiem w szybkim tempie, ruch w polu widzenia dziecka może wywołać wrażenie przesuwania przed oczami kontrastowych wzorów, co może wywołać oczopląs. Dlatego robiąc zakupy z dzieckiem, poświęćmy trochę więcej czasu, pozwólmy mu przyjrzeć się produktom w sklepie, sięgnąć do nich, nie mijajmy ich w zawrotnym tempie.

Dużo lepszą formą spędzania czasu z dzieckiem poza domem są spacer i zabawy na łonie przyrody. Możemy wykorzystać oświetlenie i kolorystykę typową dla każdej pory roku tak, aby dać dziecku motywację konieczną do korzystania ze wzroku w trudniejszych dla niego warunkach.

Najłatwiej wykorzystać głęboką kolorystykę oraz kontrast w lecie. Ciepło i sprzyjająca pogoda powodują, że dużo czasu spędzamy na dworze. Zielona trawa czy piasek na plaży mogą być doskonałym tłem dla kolorowych zabawek, zwłaszcza jeżeli zabierzemy ze sobą nie



wzorzysty koc w kolorze kontrastującym z podłożem – pastelowy w przypadku zielonej trawy, ciemny w przypadku piasku. Na plaży może pomóc nam parawan, który ograniczy dystans patrzenia do odległości, na którą dziecko daje radę wypatrzeć zabawki, możemy na nim powiesić kolorowe ręczniki oraz zabawki poruszane wiatrem jak baloniki czy kolorowe lub odbijające światło wiatraczki. Można wykorzystać również latawiec wyposażony w odbłaski – zanim jednak wyślemy go w powietrze musimy dać go dziecku do rąk, żeby zaznałomiło się z jego wyglądem, a następnie stopniowo wydłużać

dystans patrzenia, odsuwając coraz dalej, można go np. powiesić na drzewie. Większość dzieci uwielbia zabawy w wodzie – powinniśmy więc wyposażyć się w zabawki i przedmioty dobrze widoczne nie tylko na jej tle, a także pod nią. Doskonale sprawdzą się nam jaskrawe piłeczki i zabawki ze sklepów dla zwierząt lub jaskrawe wędkarskie przynęty – wrzucone do wody przykują uwagę nie tylko ryb i naszych czworonożnych pupili. Jaskrawe kółka kauczukowe używane do zabaw na basenie posłużą też naszym dzieciom. Musimy jednak poświęcić trochę czasu na pokazanie naszym pociechom, jak te przedmioty wyglądają w różnym otoczeniu; nasze dziecko może bowiem nie zdawać sobie sprawy z tego, że przedmiot atrakcyjny na zielonej trawie jest nadal tym samym przedmiotem, gdy wrzucimy go do wody i stanie się gorzej widoczny.

W zimie biały śnieg stwarza naturalne kontrastowe podłoże dla przedmiotów i osób bawiących się na śniegu. Problemem mogą być odbicia światła od śniegu w przypadkach schorzeń wzroku, o których pisałam powyżej. Możemy naszemu dziecku zorganizować stanowisko obserwacyjne na sankach lub w wózekczku. Na białym śniegu dużo łatwiej będzie naszemu maluchowi śledzić i odprowadzać wzrokiem dzieci w kolorowych zimowych kombinezonach, a także zwierzęta na śniegu. Możemy ulepić z dzieckiem małego bałwanka na kontrastowej tacce, zrobić mu oczy z czarnych guzików,

nos z marchewki, a następnie zabrać go ze sobą do domu. Zmieniając otoczenie zabawy, pokazujemy dziecku, że różne przedmioty w różnym otoczeniu można łatwiej lub trudniej zlokalizować, ale nadal są tym samym, a w ciepłym domu bałwanka można swobodnie dotykać gołymi rączkami. Ośnieżony balkon łatwo wykorzystamy do rozwijania umiejętności wzrokowych dziecka, jeżeli powiesimy na nim błyszczące dzwoneczki odbijające światło, płytki kompaktowe poruszane wiatrem lub kolorowy karmnik dla ptaków. Obserwowanie ptaków przylatujących do karmnika może stać się codzienną zabawą, która naturalnie rozwija podstawowe umiejętności wzrokowe, choć oczywiście szyba stanowi przesłonę utrudniającą patrzenie. Boże Narodzenie z choinkami i świąteczkami to łatwe i naturalne okazje do motywowania dzieci do patrzenia wykorzystywane chyba przez wszystkich rodziców dzieci słabowidzących. Jest to też najlepszy okres do zaopatrzenia się w pomoce rehabilitacyjne – błyszczące sznury koralików różnej wielkości, węże świetlne, bombki styropianowe oklejone małymi lusterkami będą nam służyły cały rok!

Wiosna jest porą roku przesyconą różnymi bodźcami wzrokowymi, co dla naszych słabowidzących dzieci może stanowić problem. Stęsknieni za ciepłem nie możemy doczekać się długich wiosennych spacerów, a tymczasem nasze dzieci często nie są zainteresowane rozglądaniem się po otoczeniu. Powodem jest natłok bodźców

wzrokowych. Ziemia jest jeszcze zbyt zimna, by usiąść z dzieckiem na kocu i swobodnie bawić się na trawie, zwierzęta poruszające się po trawie gorzej widoczne niż w zimie. Właściciele ogródków przydomowych mają tu jednak duże pole do popisu w takim zorganizowaniu otoczenia, aby maluch nie pogubił się w nadmiarze bodźców. Kwiaty w ogrodzie można posadzić grupami kolorystycznymi, na drzewach jak w zimie czy w lecie powiesić błyszczące zabawki poruszane wiatrem. Można pobawić się w chowanego z kolorowym pluszakiem bądź ogrodowym krasnałem, przenosząc te przedmioty w różne miejsca, w których będą dobrze widoczne na tle zielonej trawy lub zagrabionej ziemi. Możemy ulepić wraz z dzieckiem grzyby i kwiaty z fluorescencyjnej plasteliny i poukładać w trawie, a następnie zachęcić dziecko do zbierania. Możemy zbierać z dzieckiem kwiaty, wspólnie umieszczać w wazonach w różnych miejscach w domu, a następnie prosić dziecko o odszukanie ich wzrokiem w pokoju w różnych sytuacjach i odległościach w ciągu dnia.

Jesień stwarza warunki podobne do wiosny, może być dobrą okazją do zbierania kolorowych liści z trawy, a im mniej kolorów na dworze tym lepszy kontrast dla zabawek, które na ich tle umieścimy. Ognisko jesienią daje możliwość nie tylko ogrzania się; jest widoczne z daleka i na pewno przykuje uwagę słabowidzącego dziecka z większej odległości, rozwijając dystans pa-

trzenia. Patyki, liście, czerwona jarzębina, kasztany pozbierane z ziemi do kolorowych, kontrastujących z ich kolorem pojemników przeniesione do ciepłego domu dają doskonałą okazję do manipulowania pod kontrolą wzroku i rozwijania koordynacji wzrokowo-ruchowej.

Wszystkie opisane powyżej sposoby rozwijania aktywności wzrokowej w otoczeniu naturalnej przyrody skłaniają do refleksji, na temat tego, jak ograniczone możliwości stymulacji wzroku ma terapeuta widzenia jedynie w warunkach własnej pracowni, pozbawiony



wspomagania ze strony rodziców dziecka słabowidzącego. Mówi się, że musimy przynieść świat do rąk na-

szych niewidomych dzieci. Dzieci słabowidzące, a także dzieci z licznymi problemami rozwojowymi również nie mają możliwości operowania wzrokiem na większą odległość, dlatego wiele informacji i doświadczeń im umyka. Jednak najbogatsza w pomoce pracownia nie zastąpi naturalnego środowiska, w którym nasze dziecko w przyszłości ma żyć i funkcjonować i tam właśnie szukać różnych obiektów wzrokowych. Rodzice mają szansę pokazać dziecku owoce, plastikowe zabawki jako ich odpowiedniki, obrazki lub zdjęcia, ale również drzewo, na którym te owoce można znaleźć, cały sad drzew oraz sałatkę owocową, którą z nich zrobimy. Dlatego przynośmy świat do rąk naszych dzieci, ale starajmy się też zabierać je do świata i uczyć funkcjonowania w warunkach wzrokowo trudniejszych.

(Zdjęcia Agata Hołubowicz)

Dobra znajomość brajla potrzebna na całe życie

Zofia Krzemkowska

tyflopedagog, wieloletni pracownik Ośrodka Szkolenia i Rehabilitacji PZN „Homer” w Bydgoszczy

Wynalazek Louisa Braille’a z XIX wieku dotyczący pisma punktowego dla niewidomych nie zestarzał się, jest nadal aktualny i bardzo przydatny niewidomym w różnym wieku, zwłaszcza dzieciom. Znajomość tego pisma jest nieodzowna przy kształceniu się, a potem w dorosłym samodzielnym życiu. Nie możemy sobie nawet uświadomić, że dziecko dobrze widzące nie znałoby czarnego druku, nie uczyłoby się czytania i pisania. Dotyczy to tym bardziej dziecka niewidomego i słabowidzącego. Powinno więc biegłe opanować pismo brajla będące dla niego praktyczną umiejętnością nieodzowną w życiu. Nauka brajla usprawnia palce dziecka; dotyk, tak bardzo potrzebny nie tylko przy czytaniu; ćwiczy pamięć; kształtuje zainteresowania – jest to coś nowego, czego dotąd dziecko nie знаło, czym można zaimponować rówieśnikom, którzy nie znają brajla, zwłaszcza jeśli dziecko uczęszcza do szkoły zwykłej albo integracyjnej. Nauczyciele uczący niewi-

domu dzieci powinni koniecznie znać to pismo i sprawdzać zadania dziecka wykonane w brajlu. Inna sytuacja jest wówczas, gdy dziecko uczęszcza do szkoły dla niewidomych, przebywa w internacie, tam nauczanie brajla powierzone jest odpowiednio przygotowanemu nauczycielowi. Jeżeli jednak dziecko uczy się w miejscu zamieszkania z dala od środowiska niewidomych rówieśników, to rola jego rodziców w opanowaniu tego pisma jest szczególna. Nie wystarczy zapoznać z podstawami pisma. To stanowczo za mało. Trzeba systematycznie ćwiczyć nabyte umiejętności. Lepiej uczyć częściej, ale systematycznie, codziennie – dwadzieścia minut do pół godziny jednego dnia. Czas nauki może być wydłużany. Zależy to między innymi od męczliwości dziecka, umiejętności koncentracji uwagi itp. Spróbujmy zainteresować dziecko tym pismem. Nie stosujemy przymusu, nakazu, ale zachętę, ukazując korzyści, jakie uzyska dziecko, ucząc się systematycznie brajla. Zadbajmy o klimat zajęć: bez pośpiechu, ponaglania, nasz głos powinien brzmieć miło, bo niewidome dziecko jest na to szczególnie wrażliwe. Jeśli dziecko jest małe, rozpoczniemy od zabawy z elementami brajla, od rozmieszczania punktów w sześciopunkcie. Pomocą mogą tu służyć ruchome drewniane kostki z otworami, w których dziecko układa kołeczki zastępujące poszczególne punkty. Można je kupić w specjalistycznych sklepach np. przy ul. Konwiktorskiej 9 w Warszawie.

Kiedy rozpocząć naukę dziecka i jak to zrobić?

Zależy to od wielu czynników, m.in. dodatkowych schorzeń, opóźnionego rozwoju intelektualnego, z którym, niestety, często się spotykamy, dojrzałości szkolnej, przygotowania dziecka do rozpoczęcia nauki. Zanim zaczniemy uczyć brajla, rozpoczniemy od tzw. ćwiczeń wstępnych – dotykowych; nazywania punktów wybitych i tych których nie ma wchodzących w skład sześciopunktu ułożonego w pionowym dwuszeregu.

Jak uczyć czytania i pisania brajlem możemy się dowiedzieć z dodatku do podręcznika Lucyny Kremer „Nauka czytania brajlem” utrwalonego na kasecie. Warto go zdobyć. Godny polecenia zwłaszcza do nauczania dzieci jest także podręcznik – „Rozwojowy Program Percepcji Dotykowej i Rozpoznawania Liter Brajlowskich” autorstwa Sally S. Mangold. Oba podręczniki dostępne są w Polskim Związku Niewidomych, Instytucie Tyflogicznym, w Warszawie.

Metoda wprowadzania znaków może być różna:

- albo wybieramy te litery, z których łatwo będzie tworzyć wyrazy, np.: sala, laska, las, klasa;
- albo w układzie seryjnym – pierwsza seria od A do J w kolejności alfabety, bez punktów dolnych: trzeciego i szóstego.

Warto wprowadzony znak brajlowski zestawić z wypukłą zwykłą literą. Będzie to korzystne szczególnie

wtedy, gdy dziecko zna kształt litery i w przeszłości się nimi posługiwało.

Osobiste doświadczenia w uczeniu się i nauczaniu pisma brajla

Rozpoczęłam naukę brajla – mając dziewięć lat – w Ośrodku Szkolno-Wychowawczym dla Dzieci Niewidomych w Owińskach. Uczył mnie niewidomy nauczyciel, muzyk, Leon Gronek. Początkowo opanowanie pisma sprawiało mi duże trudności. Nie wykuwałam tych punktów, które były potrzebne i moje prace były mało czytelne. Nie przypuszczałam wówczas, że dobre opanowanie brajla będzie podstawą mojej pracy zawodowej. Opanowałam – poza alfabetem, interpunkcją i znakami matematycznymi – skróty i nuty brajlowskie.

Wszystkie moje prace: maturalna, magisterska, dyplomowa, artykuły publicystyczne, wywiady z niewidomymi, prace konkursowe, referaty, publiczne wystąpienia, spisane „Bydgoskie wspomnienia”, pisałam najpierw w brajlu, a po wielokrotnej korekcie, naniesieniu poprawek, uzupełnień, powstawała wersja w zwykłym druku. Do dziś prowadzę rozległą korespondencję w brajlu, także z głuchoniewidomymi, dla których jest to jedyna forma kontaktu z otoczeniem. Przygotowuję teksty czytań liturgicznych, włączając do ich odczytania dobrych brajlistów. Popularyzuję czytelnictwo brajlowskie: na publicznych, ogólnomiejskich czytaniach książek

wybranych autorów, w bibliotekach, w centrach kultury, w szkołach. Do publicznego czytania starannie się przygotowuję, czytając kilkakrotnie głośno wybrany tekst, albo nagrywając go, wysłuchując, by wychwycić potknięcia.

Zapoznawałam z brajlem, motywowałam do nauki, a wielu nowo ociemniałych nauczyłam pisanie i czytania brajlem, by mogli pracować zawodowo, korzystając z tej umiejętności.

Jestem zwolenniczką nauczania indywidualnego, a nie w dużych grupach. Wprawdzie odpada tu czynnik rywalizacji między dziećmi, ale nauczyciel lub rodzic może poświęcić dziecku więcej uwagi. Na początku nauczania trudności może powodować odwrotność, trzeba ją dokładnie wyjaśnić dziecku – czasem kilkakrotnie – pisząc z prawej do lewej [strony kartki], a czytając z lewej do prawej. Przy pisaniu warto rozpocząć od metalowej zeszytowej tabliczki z dostosowanym do rączki dziecka rysikiem, gałką, wołczykiem [dłutkiem – przyp. redakcji] (nazwy stosowane zamiennie). Posiadam taką tabliczkę i posługuję się nią do dziś. Wiem, że wśród niewidomych jest liczna grupa nadal piszących na tabliczce. Jest ona wygodna, dla dziecka trochę ciężka, ale ja wszędzie zabieram ją ze sobą, W każdej chwili mogę sama sporządzić notatkę, jestem niezależna od innych i zawsze mam do niej dostęp bez zbędnego szukania.

Gdy pisanie ma służyć tylko mnie, a nie innym, piszę w zwykłych zeszytach, brajlowskimi skrótami – dobrze mi znanymi. Jest to sposób tańszy w stosunku do brajlowskiego papieru i łatwiej zeszyty przechowywać. Właśnie na tabliczce w zwykłym zeszycie powstaje ten artykuł.

Łatwiejszą formą jest pisanie na klasycznej maszynie brajlowskiej złożonej z siedmiu klawiszy – naciska się tyle klawiszy, z ilu punktów składa się litera. Przyśpiesza to pisanie pod warunkiem, że pilnujemy, aby uzyskać właściwe punkty w pisanej literze, że linie nie zachodzą na siebie, że nie wyżywa się, wyładowując nadmiar własnej energii, w głośnym uderzaniu w klawisze. Używanie jednej maszyny przez wiele osób, niewłaściwe obchodzenie się z nią, powoduje, że często się psuje. Fachowców do skutecznego jej naprawienia nie ma wielu.

Gdzie szukać pomocy w nauczaniu naszego dziecka pisma brajla

Przygotowywałam na specjalnych szkoleniach i przeprowadzałam egzaminy kandydatów na instruktorów nauki brajla. Były to osoby niewidome z wyższym wykształceniem pedagogicznym. Wśród nich m.in. specjalizujące się w nauczaniu dzieci:

Hanna Pasterny z Jastrzębia Zdroju – uczy głuchoniewidome dzieci; Agnieszka Krawcow z Żyrardowa – dojeżdża do dzieci na indywidualne nauczanie; Włodzimierz

Zielazek z Poznania – wieloletni nauczyciel w Owińskach, autor rozdziału „Nauczanie brajla” w „Dydaktycznym poradniku dla nauczycieli” pod redakcją Stanisława Jakubowskiego; Teresa Dederko z Warszawy; Helena Urbaniak z Gdyni, która uczy też dzieci obsługi komputerów; Katarzyna Heba z Gdańska; Aleksandra Bohusz z Łodzi; Wiesław Pawłowski z Ustronia Morskiego; Joanna Jastrzębska z Owińsk; Krystyna Skiera z Bydgoszczy.

Warto szukać u nich pomocy, w miejscu zamieszkania, albo skorzystać z punktów wczesnego wspomagania rozwoju, które działają przy ośrodkach szkolno-wychowawczych dla niewidomych i niektórych okręgach PZN. Warto też nawiązać kontakt z nauczycielami zajmującymi się młodszymi dziećmi niewidomymi i słabowidzącymi w tych ośrodkach, bo pracując na co dzień z takimi dziećmi, mogą nam udzielić konkretnych porad. Fachowcy mówią, że przed oddaniem dziecka do szkoły zwykłej, powinno ono uczyć się brajla i zapoznać się z dostępnymi pomocami naukowymi. Ich start – po takim przygotowaniu – będzie korzystniejszy.

Jeśli na naszym terenie działa fundacja pracująca na rzecz niewidomych, warto się do niej zgłosić i skorzystać z jej zasobów, np. „Szansa dla Niewidomych” Marka Kalbarczyka ma 16 tyflopunktów, dysponuje wieloma materiałami w brajlu i urządzeniami obrajlowanymi. Warto do nich sięgnąć, podobnie jak do Fundacji „Vis Maior” Jolan-

ty Kramarz. Są też kolorowe bajki, np. Jana Brzechwy „Wrona i ser” (wydane przez nieistniejącą już firmę Print 6 z Lublina), „Mój pamiętnik” opracowane z myślą o widzącym rodzeństwie, wykonane na plastiku, łatwo wy-
czuwalne przez małe dziecięce rączki, książeczki wydane przez Studio Tyflografiki Marka Jakubowskiego z Owińsk. Szukajmy tych wydawnictw i zakupmy je.

Nauka brajla powinna przynieść naszemu dziecku radość i zabawę, a nie być tylko nakazem. Włączmy do tego całą rodzinę, widzące rodzeństwo. Przebywanie dziecka z mamą i tatą przy książce będzie dla niego miłym spędzaniem czasu. Zauważajmy nawet minimalne postępy dziecka w nauce, chwalmy je za nie. Bądźmy dla dziecka wsparciem przy początkowym pokonywaniu trudności. Dobre słowo rodzica pomaga w akceptacji siebie takim, jakim się jest. Otoczenie powinno docenić wysiłek dziecka; tak jak kontrolujemy zadania domowe, tak samo róbmy to w odniesieniu do nauki brajla. Niech to będzie ważny przedmiot nauczania dla dziecka, niech ono wie, że rodzice nie pomijają tego przedmiotu.

Brajlem można wykonać wypukły rysunek. Zachęcajmy do jego wykonania nasze dziecko. Aktywizujemy i mobilizujemy je do działania. Sami wraz z dzieckiem uczymy się tego pisma. Niech nas przepytuje ze znaków brajlowskich. Będąc na wakacjach, niech do nas wyśle napisaną brajlem widokówkę, a my ją przeczytamy przy pomocy posiada-

nego alfabetu. Ja też wysyłałam do domu brajlowskie listy, odczytywał je brat, który nauczył się tego pisma. To nic, że teraz są modne esemesy. Brajlowska kartka naszego dziecka będzie dla nas miła. Przecież się postarało, włożyło w napisanie wysiłek, chciało nam okazać, że tęskni, że o nas myśli, gdy jesteśmy z dala od niego. Doceniśmy to.

Z moich doświadczeń wynika, że niewidomi nie czytający samodzielnie – a tylko brajl to umożliwia – mają trudności ze znajomością ortografii. Nie dopuścimy do tego, bo będzie to „zmorą” dla dziecka przez całe życie. Organizujemy dla niego dyktanda i po napisaniu wspólnie z dzieckiem, omawiamy je, przypominając obowiązujące w języku polskim zasady ortografii. Wkrótce przekonamy się, że oceny naszego dziecka z języka polskiego uległy poprawie. Nie traćmy cierpliwości, niech nas nie zrażają niepowodzenia.

Czytanie brajlem jest trudniejsze, łączmy je z pisanem tak, aby zapobiec monotonii i nudzie zajęć. A gdy już dobrze opanuje czytanie, zachęćmy do udziału w konkursach dobrego czytania. Ja też w przeszłości w nich uczestniczyłam, zdobywając nagrody.

Zaprenumerujmy naszemu dziecku, jeśli jest młodsze – „Promyczek”, a starszemu – „Światelko”.

Korzystanie z brajlowskich podręczników

Zadbajmy o to, aby dziecko korzystało z brajlowskich podręczników, nawet tych starszych, gdzie nie wszystkie

treści są aktualne, zgodne z realizowanym programem szkolnym. Niech nas nie zrażają grube, ciężkie tomy tych podręczników. Znajdźmy w naszym domu miejsce do ich przechowywania i strzeżmy, aby nie uległy zniszczeniu, zabrudzeniu przez nasze dziecko, przez innych domowników, bo przecież muszą służyć jeszcze innym dzieciom – tak jak teraz naszemu. Słuchanie czytanego dziecku nowego podręcznika nie zastąpi samodzielnie czytanego brajlowskiego. Już dziecko w przedszkolu oswajamy z brajlem, pokazując np. na drzwiach oznaczenia brajlowskie czy w gabinetach zabiegowych nazwy zabiegów. Coraz więcej takich napisów jest wokół nas, opis makiety przed Centrum Kultury w Inowrocławiu, opis legendy w „Ogrodzie zapachów” w Inowrocławiu, menu w „Naleśnikarni” czy bydgoskiej pizzerii. Klient – także dziecko, może samodzielnie wybrać potrawę, którą chce zjeść i dowiedzieć się jaka jest jej cena. To tylko przykłady z najbliższego mi otoczenia. Nie mijajmy ich obojętnie. Niech nasze dziecko zainteresuje się tym i wie, że nie ono samo posługuje się pismem punktowym, że robi się wiele, aby to pismo jak najlepiej nam służyło i udostępniało zdobywanie wiedzy oraz funkcjonowanie w codziennym życiu. Dla mnie jest po prostu dobrodziejstwem a jego znajomość przydatna przez całe młodzieńcze i dorosłe życie.

Kim był Louis Braille

Trzeba też przybliżyć dzieciom – zwłaszcza gdy są już starsze – postać wynalazcy. Kiedy i jak długo żył?

Jak pisali niewidomi przed nim? W jakich okolicznościach stracił wzrok? Gdzie pracował nad swoim wynalazkiem? Kim był z zawodu? Na jakie trudności napotykał, by uznano jego wynalazek? Na te i inne pytania poszukajmy odpowiedzi w Internecie – wraz z naszym dzieckiem, albo sięgnijmy po czterotomową książkę wydaną przez Fundację „Szansa dla Niewidomych”, której autorem jest C. Michael Mellor „Louis Braille: Dotyk geniuszu”. Jeśli któreś z naszych starszych dzieci przeczyta ciekawą ale obszerną lekturę i podzieli się swoimi wrażeniami z rówieśnikami ze szkoły, do której uczęszcza, to na pewno będzie usatysfakcjonowane.

Komputer – walory i zagrożenia

Korzystanie z oprogramowanego własnego komputera, samodzielne posługiwanie się nim i Internetem poszerza nasze możliwości dostępu do wiedzy, ale oby nie było z naszej strony wygodnictwem, pójściem na łatwiznę, bo tak szybciej, bez większego wysiłku. Oby dostęp do komputera nie zabierał nam całego wolnego czasu, jakim dysponujemy, nie uzależnił nas i nie był przyczyną przykrych zdarzeń, niepożądanych kontaktów, bo czegoś nie przewidzieliśmy. Znamy takie przypadki. Pamiętajmy również, żeby nie nadwyręzać resztek wzroku. Oby zachłyśnięcie się komputerem nie wpłynęło niekorzystnie na nasze szkolne oceny i nie zubożyło nas o dostęp do książki, o brak samodzielnego myślenia

i uboższe własne słownictwo. Nad tymi zagrożeniami muszą czuwać rodzice i nauczyciele na co dzień obserwujący dziecko. Traktujmy naukę brajla jako jeden z ważnych przedmiotów szkolnych równolegle do komputera, brajl to nie mało przydatny przeżytek. To nasze własne pismo niewidomych, bo nie posługując się żadnym piśmem, stajemy się analfabetami. Dziecko widzące w szkole już od szóstego roku życia uczy się pisać i czytać, chociaż może zna już wcześniej komputer. My też uczmy nasze dziecko pisma jak najwcześniej, niech nas nikt i nic od tego nie odciąga.

Opinie dorosłych niewidomych o stosowaniu komputera

Oto, co mówią niewidomi, którzy swoje wykształcenie zawdzięczają i znajomości brajla i komputerowi.

Janusz Omieciński, matematyk: – Sam komputer bez znajomości brajla nie wystarcza, jest uboższy, mniej przydatny. Ze znajomością brajla jest znacznie przydatniejszy. O brakach świadczą głosy na listach dyskusyjnych, na których wypowiadają się niewidomi użytkownicy komputerów, chodzi między innymi o rozmieszczenie tekstów, akapity, kolumny, wygląd słowa pisanego.

Wojciech Maj, tłumacz: – Zrewolucjonizowała stosowanie brajla umieszczona przy komputerze linijka brajlowska. Stał się on aktywnym czynnikiem sterującym.

Wzrosła szybkość posługiwania się brajlem. Wpłynęło to na odrodzenie systemu.

Marek Andraszewski, muzyk, autor podręcznika „Już czytam” do nauki czytania brajlem, konsultant napisów na lekach.

Brajl na czasie

„Brajl już nie jest potrzebny, bo niewidomi mają do dyspozycji komputery i dyktafony. Takich opinii nie wyrażają niewidomi dobrze posługujący się brajlem i dzięki temu wykształceni. Tak mówią niewidomi zafascynowani możliwościami nowoczesnych urządzeń, np. komputerami z zainstalowaną mową syntetyczną. Komputer poszerza możliwości niewidomego, ale znajomość brajla jest konieczna. Poprawne napisanie tekstu wymaga korzystania z monitora brajlowskiego, a więc znajomości brajla. Odczytanie złożonych wyrażeń matematycznych, albo nauczenie się poprawnie utworu muzycznego bezwzględnie wymaga korzystania z brajlowskiego zapisu muzyki. Unia Europejska zobowiązała państwa członkowskie do tłoczenia brajlowskich napisów na lekach, na ich opakowaniach. By trafić do odpowiedniego urzędu, gabinetu zabiegowego, pokoju w ośrodku, potrzebny jest – prawie nic nie kosztujący krótki napis brajlowski.

Z brajlem jest tak, że albo go używasz, albo go tracisz. Dorośli, którzy utracili wzrok w późniejszym życiu znacznie

bardziej boją się brajla. Wiele programów rehabilitacyjnych ma za zadanie tylko ogólne przedstawienie brajla i nie proponuje długoterminowej nauki – ćwiczeń. Urządzenia wytwarzane przez Firmę Perkins ze Stanów Zjednoczonych dają wsparcie audiowizualne. Klasyczną drukarkę brajlowską Perkins poszerzył o nowe funkcje, szczególnie przydatne przy nauczaniu brajla. Każda osoba pisząca brajlem może usłyszeć dokładnie, to co pisze, może odczytać każdy znak, linię, słowo, cały tekst. Dodatkowy wyświetlacz umieszczony w przedniej części urządzenia pozwala odczytać tekst brajlowski w druku zwykłym. Są też gniazda słuchawkowe, istnieje możliwość regulacji głośności. Oprogramowanie przetwarzające tekst na mowę itp. Ponieważ autorzy informacji podkreślają wsparcie audiowizualne dla uczących brajla nauczycieli i rodziców, jeśli istnieje w Polsce takie urządzenie, warto je obejrzeć.

Szczegóły możemy poznać na stronie internetowej: www.smartbrailleur.org

(fragment referatu wygłoszonego przez Marka Andraszewskiego na XI edycji Międzynarodowej Konferencji 3 i 4 grudnia 2013 roku w Pałacu Kultury i Nauki w Warszawie, organizowanej przez Fundację „Szansa dla Niewidomych”).

Życzymy, by brajlowska książka towarzyszyła naszemu dziecku przez całe życie.

Pracownia Usprawniania Widzenia w Lublinie

Mirosława Błaziak

nauczyciel, terapeuta wzroku, Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy dla Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej w Lublinie

Rewalidacja indywidualna dzieci i młodzieży z dysfunkcją wzroku stanowi bardzo ważne ogniwo w procesie dydaktycznym szkoły dla uczniów słabowidzących. Jej celem i zadaniem jest zaplanowana systematyczna i kompleksowa „działalność” korektywna wszystkich deficytów, które utrudniają dziecku z dysfunkcją wzroku maksymalnie korzystne dla niego funkcjonowanie w szkole, rodzinie, internacie. Dzieciom w klasach kształcenia zintegrowanego daje możliwość usprawnienia opóźnionego rozwoju różnych funkcji percepcyjno-motorycznych, stymulowania procesów poznawczych, wyrównywania zaburzeń rozwoju emocjonalnego i społecznego. W klasach nauczania przedmiotowego wiele uwagi poświęca się oddziaływaniom psychoterapeutycznym, rozbudzeniu motywacji, wyrównywaniu braków w opanowaniu materiału szkolnego. Omówione zadania i cele z powodzeniem realizowane są w Szkole Podstawowej dla

Dzieci i Młodzieży Słabowidzącej przy Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym dla Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej w Lublinie.

Niezwykle ważnym dopełnieniem rewalidacji naszych uczniów stanowią zajęcia rehabilitacji wzroku, które prowadzę od roku 1991, po ukończeniu studiów podyplomowych w zakresie Rehabilitacji Wzroku Słabowidzących w Wyższej Szkole Pedagogiki Specjalnej w Warszawie (aktualnie APS). Uruchomienie tego kierunku studiów było związane z ugruntowaniem również w Polsce nowych tendencji w podejściu do osób słabowidzących. Zaakcentowana została konieczność maksymalnego wykorzystywania potencjału wzrokowego, którym osoba słabowidząca dysponuje. Organizatorzy studiów: WSPS w Warszawie oraz Polski Związek Niewidomych Zarząd Główny w Warszawie jeszcze w trakcie trwania zajęć bardzo motywowali nas studentów, aby podejmować działania w kierunku otwarcia w naszych placówkach pracowni usprawniania widzenia. I tak w 1991 roku w lubelskim Ośrodku utworzono etaty dla instruktorów widzenia i – co najważniejsze – rozpoczęła działalność Pracownia Usprawniania Widzenia.

Od pierwszych chwil jej funkcjonowania zabiegałam o wyposażenie Pracowni w odpowiednie do pracy pomoce. Przede wszystkim został zakupiony „Program rozwijania umiejętności posługiwania się wzrokiem” N. C. Barragi i J. E. Morris. Jest to wystandaryzowany,

profesjonalny Program będący wynikiem wieloletnich badań jego autorek. Składa się z dwóch części: z diagnostyczno-oceniającej, służącej do oceny poziomu funkcjonowania wzrokowego badanego oraz z zestawu ćwiczeń usprawniających. Ćwiczenia prowadzone w oparciu o „Program...” N. C. Barragi wymagają użycia wielu materiałów, pomocy, przyborów, przedmiotów codziennego użytku. Pracownia wyposażona jest także w zestaw pomocy optycznych do dali i do bliży produkcji markowych firm, dobrej jakości powiększalnik telewizyjny, powiększalniki kieszonkowe, stolik podświetlany, komputer wyposażony w program powiększający i dźwiękowy. Oprócz tzw. Programu Barragi w swojej pracy wykorzystuję także następujące programy: *Program Lilly i Gogo*, *Poza zasięgiem ręki*. *Program do rozwijania widzenia do dali (BAR)*, *Program Model INSITE*. Tak urządzona pracownia odpowiada wymaganym standardom.

Pracę z nowym uczniem rozpoczynam się od wstępnej obserwacji ucznia (obserwuję dziecko podczas naturalnych sytuacji codziennych, podczas zabawy, nauki), rozmowy z rodzicem, nauczycielem, wychowawcą, analizy dokumentacji okulistycznej. Kolejny ważny krok to wykonanie badania diagnostycznego (specjalistyczne testy i badania diagnostyczne), które służy określeniu możliwości i ograniczeń wzrokowych ucznia. Wymienione czynności składają się na ocenę funkcjonalną (diagnozę funkcjonalną) ucznia, która polega na poszu-

kiwaniu informacji na temat możliwości wzrokowych i sposobie funkcjonowania ucznia w jego naturalnym otoczeniu i sytuacjach życia codziennego. Staram się odpowiedzieć na pytanie, w jakiej dziedzinie dziecko napotyka największe trudności, a jakie są jego mocne strony. Zgromadzone informacje dają podstawę do ustalenia programu rehabilitacyjnego indywidualnego dla każdego ucznia, który podlega okresowej ewaluacji efektów terapii. Zajęcia z uczniem odbywają się systematycznie, najmniej raz w tygodniu. Ich istota polega na dostarczaniu uczniowi jak największej ilości okazji do posługiwania się osłabionym wzrokiem, a tym samym – zwiększaniu skuteczności wykorzystywania widzenia w codziennym funkcjonowaniu. W pracy z uczniem zwracam uwagę na istotną rolę, jaką pełnią pomoce optyczne i nieoptyczne. Moim celem jest, aby potrafił samodzielnie dokonać oceny swojego miejsca do pracy wzrokowej i umiał dobrać oraz zastosować odpowiednie pomoce nieoptyczne, na przykład takie jak: odpowiednie oświetlenie, kontrast, kolor, podstawki do książek, spinacze, kolorowe przyklepki, zeszyty lub arkusze z pogrubioną liniaturą, odpowiedni przyrząd do pisania. Szczególnie istotne jest, aby uczeń miał wewnętrzne przekonanie o korzyści płynącej z używania na co dzień nabytych na ćwiczeniach umiejętności. To, czy słabowidzący korzysta ze wzroku po zajęciach, ma przełożenie na postępy w rewalidacji.

Dla każdego ucznia, jeśli tego potrzebuje, indywidualnie dobieram pomoce optyczne: lupy, okulary lupowe, lupy elektroniczne, powiększalnik telewizyjny, monookulary. W zakresie zajęć jest również nauka używania ich najpierw w Pracowni, w szkole, potem w sytuacjach życia codziennego. Dzięki współpracy z lekarzem okulistą, panią doktor Danutą Loch-Kruk, która dobiera pomoce i wystawia na nie recepty, oraz z panem Jarosławem Wieczorkiem, optykiem, większość naszych uczniów posiada własne pomoce. Jeśli ich zakup nie jest możliwy (względy finansowe), uczniowie mają możliwość wypożyczenia lup na cały rok szkolny z zasobów Pracowni. Dodam, że nasi uczniowie najchętniej korzystają z okularów lupowych (szczególnie młodsi) i lup elektronicznych (powiększalniki kieszonkowe-mają duże powiększenie, duże pole widzenia, możliwość ustawienia kontrastu).

Swoją wiedzę z zakresu rehabilitacji wzroku słabowidzących propaguję wśród najważniejszych osób, które mogą pomóc dziecku słabowidzącemu – rodziców. Posiadana przez nich podstawowa wiedza o problemach wzrokowych ich dzieci oraz sposobach pomocy, polegającej często na najprostszych rozwiązaniach, jest stwarzaniem szansy na jeszcze większe efekty rehabilitacji ich dzieci. Dlatego z dużym zaangażowaniem prowadzę tablicę „Rewalidacja”, gdzie zamieszczam swoje lub przedrukowane artykuły i informacje. Również okazjonalnie przeprowadzam szkolenia dla nauczycieli

bądź w ramach wewnątrzszkolnego samokształcenia, bądź w pozaszkolnych kursach kwalifikacyjnych lub doszkalających.

Nasz Ośrodek stanowi punkt konsultacyjny dla nauczycieli i rodziców uczniów słabowidzących uczących się w systemie integracyjnym. Osoby te potrzebują profesjonalnej porady ze strony tyflopedagogów zatrudnionych w naszym Ośrodku. Jako instruktor widzenia staram się jak najlepiej wspierać rodziców i nauczycieli w ich działaniach, które zmierzają do tworzenia optymalnych warunków do nauki i funkcjonowania dzieci i młodzieży słabowidzącej. Na zlecenie placówek oświatowych, w których kształcą się uczniowie z dysfunkcją wzroku, co roku pracuję także z grupą dzieci słabowidzących uczących się poza naszym Ośrodkiem.

W związku z rozszerzeniem oferty edukacyjnej naszego Ośrodka (utworzenie zespołu wczesnego wspomagania rozwoju małego dziecka z niepełnosprawnością wzrokową) od kilku lat pracuję również z małymi dziećmi i ich opiekunami. Jest to praca zarówno trudna i odpowiedzialna, jak dająca niezwykle satysfakcję i radość. Od terapeuty wzroku wymaga umiejętności diagnozy funkcjonalnej niemowląt i młodszych dzieci, trafnej interpretacji dokumentacji medycznej, współpracy z rodzicami dzieci. Najczęstsze diagnozy okulistyczne moich podopiecznych to: retinopatia wcześniacza, zaćma, częściowy zanik nerwów wzrokowych na podłożu wo-

dogłowa, zapalny, uszkodzenia wzroku pochodzenia mózgowego. Najczęstsze diagnozy neurologiczne: mózgowo porażenie dziecięce, wodogłowie, małogłowie, zespoły genetyczne. Zajęcia odbywają się w obecności rodziców, tak by mogli obserwować ćwiczenia i rodzaje stymulacji, które powinni kontynuować w domu. Tu również ważne jest odpowiednie wyposażenie w stosowne pomoce, urządzenia i programy. Rozszerzeniem Pracowni Usprawniania Widzenia jest „sala ze światłkami”, gdzie znajduje się aparatura do stymulacji wzrokowej: światłowodowy, kurtyna świetlna, kolumny bulgoczące, panel ze światłami, projektory, pomoce do ćwiczeń w świetle ultrafioletowym, komputer z odpowiednim oprogramowaniem, ekranem dotykowym, programami edukacyjnymi, Light Box (świetlna tablica pomagająca w poznawaniu kształtów i kolorów – przyp. red.) oraz inne trójwymiarowe i dwuwymiarowe pomoce do ćwiczeń wzrokowych.

Prawda jest taka, że praca instruktora widzenia jest ciągłym wyzwaniem i poszukiwaniem nowych metod, nowych informacji z zakresu okulistyki, psychologii, pedagogiki specjalnej. Wiele radości daje świadomość, że moje działania pozwalają przekonać się moim uczniom, że przy stworzeniu odpowiednich warunków potrafią zobaczyć, nazwać, rozpoznać, bezpiecznie się poruszać, czytać i pisać zwykłym drukiem, nawet jeśli na co dzień posługują się brajlem.

Na zakończenie przedstawiam krótkie studium przypadku (z własnej praktyki).

Monika, ur. 1998, rozpoznanie: retinopatia wcześniacza III/IV stopień, oczopląs poziomy, krótkowzroczność, korekcja: oko prawe – OP (-7.0D); oko lewe – OL (-9,0D), ostrość oka prawego – V OP l.p. (liczy palce) z 1m (0,02), V OL l.p. z 2m (0,03-0,04).

Wyniki oceny funkcjonalnej z **20 listopada 2004 roku.**

Dziewczynka reagowała na bodźce w centralnym i obwodowym polu widzenia. Można było zaobserwować kompensacyjne ustawianie głowy – przechylanie w prawą stronę. Niestety, utrwalił się nawyk wyciągniętej nienaturalnie do przodu szyi oraz przygarbionych, okrągłych pleców. Z odległości ok. 4–5 metrów rozpoznawała dużą piłkę, określała kolor eksponowanego obiektu. Kolory dobierała i segregowała prawidłowo, ale nie wszystkie nazywała – zwłaszcza barwy pochodne stanowiły dla niej problem. Z bliska: lokalizowała rozmieszczone na blacie drobne elementy – wielkość 2–5 centymetrów. Różnicowała kształty podstawowych figur, dopasowywała je do odpowiednich wycięć, nazywała proste powiększone obrazki obiektów znanych: zabawki, przedmioty codziennego użytku, postaci, rośliny, niektóre zwierzęta. Przedmioty badała głównie dotykowo, ale za chwilę chętnie także oglądała je wzrokiem. Dziewczynka dyspono-

wała lepszą ostrością wzroku do bliży, dużo gorszą do dali. Wiodącym w poznawaniu świata i poruszaniu się był zmysł dotyku i słuchu, wzrok mimo dużego osłabienia był także przez Monikę wykorzystywany, ale niedostatecznie.

Październik 2005 rok. Monika została wyposażona w lupę 12,5x. Od roku już prowadzone były zajęcia usprawniania widzenia, odbywały się dwa razy w tygodniu, realizowany był na nich program ćwiczeń usprawniających. Dziewczynka rozpoczęła także trening posługiwania się lupą. Razem z wychowawczynią podjęliśmy decyzję, że wiodącą techniką czytania i pisania Moniki będzie pismo punktowe.

Grudzień 2005 rok. Rozpoczęłam naukę rozpoznawania liter czarnodrukowych, najpierw dużych drukowanych, oczywiście wykorzystując arkusze z pogrubioną liniaturą i flamastry. Dziewczynka ćwiczyła z dużym zaangażowaniem, wspierana także przez rodziców. W domu chętnie czytała wypożyczone z pracowni lub szkolnej biblioteki książki z powiększonym drukiem lub czytała druk standardowy z pomocą lupy. Na zajęciach w pracowni rozpoczęłam trening czytania z wykorzystaniem powiększalnika. W dalszym ciągu trwała także realizacja ćwiczeń z Programu Barragi.

Maj 2009 rok. Dominującą techniką czytania i pisania było pismo punktowe. Równocześnie Monika czytała sprawnie w czarnym druku z pomocą lupy, powiększalnika lub teksty z drukiem powiększonym. Sprawnie posługiwała się lupą i powiększalnikiem.

Co udało się osiągnąć? Dziewczynka wzrokowo funkcjonuje na poziomie funkcji optycznych, percepcyjnych i wzrokowo percepcyjnych i potrafi: zapamiętywać szczegóły złożonych obrazków i wzorów, wiązać pojedyncze części z całością, rozróżniać figurę od tła, identyfikować obraz przedmiotu na podstawie częściowo widocznego elementu, składać układanki przedstawiające kształty, przedmioty, scenki, dobierać obrazek jednego obiektu do określonego elementu na obrazku złożonym, klasyfikować obrazki, identyfikować zdarzenia na obrazkach, układać je w sekwencje, rozróżniać, identyfikować, dobierać figury abstrakcyjne, dobierać podobne figury na podstawie pojedynczych szczegółów, rozpoznawać, identyfikować podobieństwa i różnice w zakresie liter i wyrazów. Monika czyta dość sprawnie teksty z powiększonym drukiem lub standardowe, wykorzystując do tego lupę lub powiększalnik stacjonarny lub kieszonkowy, zapisuje literami drukowanymi krótkie teksty posługując się powiększoną liniaturą i flamastrem. Jakie są jeszcze zadania do realizacji? W dalszym ciągu należy usprawniać jej widzenie do bliży i do dali.

Wykorzystując wysoką motywację dziewczynki, dążyć do tego, by Monika wykorzystywała swoje możliwości i umiejętności wzrokowe również poza Pracownią.

Reasumując, można sformułować następujący wniosek: gdyby nie cykl ćwiczeń usprawniających widzenie, dobranie odpowiednich pomocy optycznych, duża motywacja dziecka, wsparcie rodziców, Monika nie nauczyłaby się w pełni wykorzystywać swoich możliwości wzrokowych.

Wilki, orliki i orchidee

Przemysław Barszcz

leśnik, prezes Polskiej Fundacji Przyrodniczo-Leśnej
w Krakowie

W południowo-wschodniej Polsce, jeszcze zanim zaczną się Bieszczady, znajduje się najmniej zaludniony rejon kraju. To malowniczy, fascynujący dla przyrodnika, etnografa i historyka Beskid Niski. O dawnych czasach przypominają ukryte wśród łąk łemkowskie kapliczki z krzyżami o charakterystycznych podwójnych ramionach, stare sady i zarośnięte cmentarze z czasów krwawych walk pierwszej wojny światowej. Czasem spotyka się stary, poczerniały mielerz do wypalania węgla drzewnego...

W ostatnich latach przy pylistych, magurskich drogach pojawiły się drzwi – prowadzące donikąd, osadzone w drewnianej framudze. Można otworzyć je i przejść na drugą stronę a także przeczytać, jak nazywała się wieś łemkowska, istniejąca przed laty w tym miejscu, wyludniona i spalona w 1947 roku podczas Akcji Wisła. Trudno w to uwierzyć, ale pośród tych pięknych, pustych, łagodnie falowanych gór niegdyś bieleły się chaty ludnych wsi; niekiedy jedna wieś kończyła się a zaczynała następna, niektóre liczyły kilka tysięcy mieszkańców. Dziś

trudno się tego nawet domyślić, a mieszkańcy pojedynczych, samotnych gospodarstw w zimowe noce zamykają w obejściach swoje psy, aby... nie zjadły ich wilki.

Beskid Niski to również region o najliczniejszej w Europie populacji orlików krzykliwych *Aquila pomarina*, brązowo-złocistych ptaków drapieżnych o rozpiętości skrzydeł sięgającej 160 centymetrów, licznych gatunków storczyków: purpurowych storczyków bżowych *Dactylorhiza sambucina*, pięknie pachnących podkolanów białych *Platanthera bifolia*, storczyków plamistych *Dactylorhiza maculata*, szczebiotliwych pokląskw, tajemniczych bocianów czarnych... Tam na leśnej ścieżce można zauważyć odcisk okrągłej łapy rysia, przed którym inne zwierzęta ostrzega swoim krzykiem orzechówka.



Łuskiwnik różowy

A w Beskidzie malowany, cerkiewny dach...

Beskid Niski zachwyca również zabytkami sztuki sakralnej: drewnianymi cerkiewkami w Krempnej, Olchowcu i Zdyni, kapliczkami z figurkami świętków w zbudowanych z płaskich, rzecznych kamieni kapliczkach w okolicach Wołowca, krzyżem z tabliczką upamiętniającą zniesienie pańszczyzny na rozstaju prowadzących donikąd dróg w Radocynie, w której na miejscu nieistniejącej wsi stoi obecnie jedynie leśniczówka i dawny hotel robotników leśnych o werandzie jak z westernów.

Krajobraz Beskidu Niskiego to średnio wysokie góry rozdzielone dolinami niewielkich rzek i rozległe, ciągną-



Beskidzki krajobraz

ce się po horyzont na przemian z lasami łąki, pośród których czasem można napotkać samotnego juhasa ze stadem owiec lub zejść do bacówki i spróbować bundza.

Beskid Niski to również stosunkowo gęsta sieć dróg ciągnących się przez piękne, rozległe doliny, którymi można wygodnie wędrować godzinami nie napotykając żywego ducha. Są to dawne drogi polne, utrzymywane jednak w większości w dobrym stanie przez gospodarujące na tym terenie Lasy Państwowe.

To właśnie drogi wyróżniają Beskid Niski od innych polskich gór. To piękne, nieskażone tereny, wśród których zawsze jest dokąd pójść. Charakterystyczne drogi umożliwiają wygodne i malownicze wycieczki w najdalsze zakątki bezludnych gór, nie odbierając im jednocześnie ducha traperskiej przygody. Wszystko to sprawia, że magurskie tereny są idealne do wspólnych, rodzinnych wycieczek i biwaków.

Krempna, Ciechań, Olchowiec, Radocyna

Amatorów pieszych wycieczek zachwyci z pewnością trasa z Olchowca do Polan. Olchowiec to osada tak mała, że trudno nawet nazwać ją wioską. Posiada jednak piękną drewnianą cerkiewkę i starą remizę strażacką. Na miejsce można dojechać autem a następnie udać się polną, lecz szeroką i równą drogą poprzez wonne łąki i pastwiska w stronę Polan, wyróżniających się w całej okolicy murowaną cerkwią. Spacer, dostarczający niezwykłych

wrażeń i odczucia prawdziwej swobody, zajmuje niespiesznym krokiem w jedną stronę nieco ponad godzinę.

Po dotarciu do Polan beskidzkie drogi jednak się nie kończą. Idąc dalej na zachód, dotrzemy do Krempnej, będącej „stolicą” Magurskiego Parku Narodowego, w której warto zwiedzić kolejną drewnianą cerkiewkę i muzeum przyrodnicze parku. Jeżeli natomiast w Polanach skręcimy na południe, po kilku kilometrach dotrzemy do Huty Polańskiej, za którą droga przechodzi w ścieżkę prowadzącą do pięknej doliny Ciechani, o ile wcześniej nie powstrzyma nas tabliczka: „Uwaga, ostoja niedźwiedzia brunatnego”.

Do widokowej doliny Ciechani można dotrzeć również od drugiej strony, wyruszając z Krempnej i mijając po drodze niewysoki szczyt Czumaku, z którego roztacza się widok na okoliczne góry: Wielki Las, Żydowską Górę i Kiczere. Jesienią, przy pogodnych dniach i pierwszych, lekkich przymrozkach dolina Ciechani staje się areną rykowiska jeleni.

Amatorom ptasich obserwacji wiosną i latem warto polecić odwiedzenie obozu ornitologicznego w Myscowej – sezonowej stacji chwytania i obrączkowania migrujących ptaków. Ornitolodzy chętnie objaśniają swoje badania a nawet pozwalają uczestniczyć w obchodach sieci do łapania ptaków, a następnie w ich ważeniu, pomiarach, zaobrączkowaniu i wypuszczeniu.

Życia beskidzkiego obozu najlepiej zakosztować na ukrytym nad brzegiem Wisłoki polu namiotowym. Okre-

ślenie „pole namiotowe” nie oddaje zresztą w ogóle ducha tego miejsca. W lipcu i sierpniu zawsze można spotkać tam kogoś z gospodarującego tam PTTK i przespać się w przestronnym, wojskowym namiocie. Jednak beskidzcy fascynaci pojawiają się tam również w innych porach roku. Do dyspozycji jest zawsze otwarta, drewniana chatka z ceglanym piecem, miejsce na ognisko, wokół którego można zasiąść na bukowych kłodach, i przejrzyste wody niewielkiej w tym miejscu Wisłoki, z której można zaczerpnąć wody. Do obozowiska, niewidocznego z pobliskiej (zresztą z rzadka uczęszczanej) ziemnej drogi dochodzi się boczną dróżką i drewnianym mostkiem.



Biwak nad Wisłoką

Doświadczenie kontaktu z naturą jest tu wyjątkowo intensywne: wieczory przy ognisku, na które samemu nabierało się drewna, pohukiwanie puszczyka w lesie otaczającym obóz, jaśniejsze i liczniejsze niż gdzie indziej gwiazdy, rechot kumaków, orzeźwiająca kąpiel w rzece.

Dla osób wolących nieco wygody w odległości kilkuset metrów od obozu znajduje się jeden z nielicznych w Beskidzie Niskim hotelików, czynny zresztą przez cały rok. Na miejsce można przy tym dojechać autem, pokonując najpierw od najbliższej wsi

Zdyni około 10 kilometrów szutrową drogą przez las.

Beskid Niski to góry dzikie i tajemnicze a jednocześnie, jak niewiele innych miejsc, przyjazne turystom, sprzyjające zwłaszcza rodzinnym wyprawom i przygodom oraz wspólnemu poznawaniu natury.

(Zdjęcia Przemysław Barszcz)



Beskid niski to kraina oryginalnych stworzeń – na zdjęciu rozpucz lepiężnikowiec

INDYWIDUALNE DOŚWIADCZENIA

Moje marzenia

Anna Karyś

Jestem studentką drugiego roku Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie Pedagogiki Opiekuńczo-Re-socjalizacyjnej, osobą niewidomą bez poczucia światła.



**Anna Karyś przed gmachem Akademii im. Jana Długosza
w Częstochowie**

Studia podjęłam wraz ze swoją mamą, która jest opiekunem wspomagającym mnie w poruszaniu się i przy realizacji programu studiów.

W okulistycznym rozpoznaniu choroby widnieje adnotacja: ślepota obu oczu, ale to nie jest jedyne rozpoznanie chorobowe. Drugie wystawił neurolog, a brzmi ono: dziecięce porażenie mózgowe postać mieszana. To, że mam problemy z widzeniem stwierdził okulista, gdy miałam sześć miesięcy, powiedział, że, niestety, mam nieodwracalne zmiany chorobowe w prawym oku uniemożliwiające widzenie i stale pogłębiające się. Takie same zmiany zaobserwowano również w lewym oku, było to zarastanie tkankami chorobotwórczymi pola widzenia, niszczącymi je.

Wielokrotnie byłam konsultowana za granicami naszego kraju, lecz nie znaleziono sposobu na zahamowanie rozwijającej się choroby, jedyne, co można było zrobić, to operacyjnie usuwać chorobotwórcze tkanki. Takich operacji zostało wykonanych kilka w Centrum Zdrowia Dziecka w Warszawie. Ponieważ choroba wciąż się rozwijała, konieczne było usunięcie soczewki i zastąpienie jej sztuczną soczewką, jednak ta próba nie powiodła się, ponieważ przestałam odbierać światło na siatkówce, co przekreśliło możliwość widzenia.

Walka o wzrok została przegrana, ale nie oznacza to, że się poddałam, wciąż mam nadzieję, że medy-

cyna kiedyś będzie w stanie pomóc mi i innym ludziom znajdujący się w podobnej sytuacji. Jednak na samych nadziejach się nie kończy, marzeniem moim było zostać tyflopedagogiem, chcę pomagać ludziom niewidomym i w tym właśnie celu rozpoczęłam studia pedagogiczne.

Zawsze uczęszczałam do szkół zwykłych, nawet gdy po ostatniej operacji straciłam wzrok, będąc w trzeciej klasie szkoły podstawowej, nie zmieniłam szkoły. Na swej drodze życiowej znalazłam wielu życzliwych ludzi, dzięki którym mogłam realizować nie tylko program szkolenia, ale również rozwijać swoje uzdolnienia i zamiłowania. Do moich zamiłowań należy: śpiew oraz działalność charytatywna na rzecz różnych stowarzyszeń osób niepełnosprawnych. Chętnie śpiewam na uroczystościach tych stowarzyszeń. Śpiew i pomoc innym jest moją radością życia, pomaga mi czuć się spełnioną.

Od wielu lat jestem uczestniczką Festiwalu Piosenki Młodzieży Niepełnosprawnej odbywającym się, zawsze w lipcu, w Ciechocinku. W ramach festiwalu przeprowadzane są warsztaty muzyczne, na których dzieci i młodzież z różnymi rodzajami niepełnosprawności szlifują swój kunszt wokalny pod czujnym okiem instruktorów, którzy przygotowują ich do koncertów festiwalowych. Pomysłodawczynią organizowania w kurorcie uzdrowi-

skowym, jakim jest Ciechocinek, Festiwalu Piosenki Osób Niepełnosprawnych była Grażyna Światała, a po jej śmierci kontynuatorem i inicjatorem następnych edycji tego Festiwalu jest Fundacja „Pro Omnibus”, której motto przewodnie brzmi: Unus Pro Omnibus, omnes pro uno



Anna Karyś – XVII Festiwal Piosenki Osób Niepełnosprawnych w Ciechocinku

(„Jeden za wszystkich, wszyscy za jednego”). Prezesem tejże Fundacji jest Pani Ewelina Graczyk, której zaangażowanie w działalność na rzecz osób niepełnosprawnych owocuje dużą popularnością tego Festiwalu i coraz

większa liczbą wokalistów deklaruje chęć uczestniczenia w nim.

Koncerty Festiwalowe zawsze są na bardzo wysokim poziomie i przyciągają tłumy widzów. Już kilkakrotnie brałam udział w tym Festiwalu i ze swej strony zachęcam śpiewającą młodzież niepełnosprawną do wzięcia w nim udziału. Jest to niepowtarzalne przeżycie.

(Zdjęcia Anna Karyś)

Trudności można pokonać

Małgorzata Gulakowska

Chciałabym podzielić się z czytelnikami „Naszych Dzieci” swoimi doświadczeniami. Jestem osobą niedowidzącą od urodzenia. Na jedno oko widzę bardzo słabo, na drugie trochę lepiej. W moim życiu były często trudne sytuacje, które bardzo mocno odbiły się na tym, jakie decyzje podejmuję teraz.

Im więcej miałam w swoim otoczeniu ludzi, którzy chcieli mnie uchronić przed trudnościami tego świata, tym większy miałam w sobie bunt, aby pokazać innym i przede wszystkim sobie, że we mnie jest przeogromny potencjał i źródło niesamowitych aspiracji do ciągłego poszerzania i pogłębiania tajników tego świata.

Edukację zaczęłam w przedszkolu ogólnodostępnym razem z innymi dziećmi. Nie było łatwo, w środowisku przedszkolnym czułam się nie za dobrze, byłam bardzo nieśmiała, co skutecznie uniemożliwiało mi normalny kontakt z rówieśnikami w grupie. Na szczęście wychowawczynie z mojej grupy skutecznie wciągały mnie do zabawy z dziećmi, nie dyskryminując z żadnego powodu.

Szkoła podstawowa była ciężkim okresem. Nie wszyscy potrafili mnie zrozumieć, a może nie chcieli. Było

tak ze strony większości nauczycieli i uczniów, może było to spowodowane tym, że nie miałam rodzeństwa. Dalej nie potrafiłam przełamać swojej nieśmiałości. Problem ze wzrokiem też mi w tym nie pomagał. Nie uczyłam się zbyt dobrze, zwłaszcza nauki ścisłe przysparzały mi nie lada trudności. Z koleżankami nie miałam dobrego kontaktu, nie potrafiły wciągnąć mnie do swojej paczki. Zawsze byłam z boku. Nauczyciele też nie przywiązywali do tego uwagi. W ławce zazwyczaj siedziałam sama, bo nikt nie kwapił się do tego, aby siedzieć z przodu. Z biegiem lat sytuacja trochę się zmieniła, już nie czułam się obco i niekomfortowo, a to z racji tego, że powoli zaczęto odkrywać, że można się ode mnie, czegoś dowiedzieć.

Po ukończeniu podstawówki zaczęłam naukę w szkole zawodowej odzieżowej. Nie zdawałam sobie sprawy, że będzie to ciężki okres w moim życiu, z racji kłopotów wzrokowych. Nawet specjaliści, którzy mi pomagali przy wyborze dalszego kształcenia nie do końca wiedzieli, jakie to będzie dla mnie trudne i męczące. Teoria nie sprawiała mi większych problemów, gorzej było z praktyką. Tutaj dobry wzrok to podstawa. Miałam jednak trochę poparcia i ze strony koleżanek i nauczycieli. Koleżanki mi trochę pomogły w praktyce, ja im w teorii, i obie strony były zadowolone. Robiłam wszystko, co w mojej mocy, aby jak najmniej korzystać z pomocy

innych. Dlatego też po skończeniu szkoły zawodowej, złożyłam dokumenty do technikum. Kierowałam się tym, że po zdaniu matury, zdam na studia i raz na zawsze uda mi się uwolnić od krawiectwa. Niestety, niezdana matura, do której przygotowana byłam dobrze, pokrzyżowała mi plany na długie lata. Jak się później okazało celowo miałam obniżoną ocenę, abym dalej nic nie mogła konkretnego osiągnąć.

Plan z ponownym zdawaniem matury zrealizowałam dopiero po siedmiu latach w innej szkole. Tym razem mi się udało, i miałam otwartą drogę na wyższą uczelnię. Musiało jednak upłynąć następne dwa lata, abym zdecydowała się zacząć studia i w wieku trzydziestu lat, po dziewięciu latach od ukończenia szkoły średniej, zostałam przyjęta na I rok kulturoznawstwa. Nie miałam szczególnego poparcia dla swojego pomysłu, zwłaszcza od osób, które same osiągnęły coś w życiu. Osobną kwestią były osoby nie mające żadnego wykształcenia, a wypowiadające się na temat mojej dalszej edukacji.

W czasie pięcioletniego studiowania, zmieniło się we mnie poczucie własnej wartości, nabrałam pewności siebie i przede wszystkim udowodniłam sobie i innym, że ja mogę dać coś od siebie tym, którzy są w podobnej sytuacji, co ja, a boją się iść dalej i zmienić coś w swoim życiu. Okres studiowania wspominam bardzo dobrze, wszystkie zaliczenia i egzaminy zdawałam bez żadnej

taryfy ulgowej. Także moja grupa koleżanek była mi życzliwa. Szczególnie mi to imponowało, że ja nierzadko pomagałam swojej grupie przy przygotowaniu zagadnień na następne zajęcia. Zawsze starałam się wszystko zdawać w terminie, aby pokazać, że jestem konkretna i wiem, czego chcę.

Poszłam za ciosem i po uzyskaniu stopnia magistra zdecydowałam się na kontynuowanie nauki na studiach podyplomowych o profilu dziennikarskim. Zdecydowałam się na te studia, dlatego że chcę zacząć pisać, a do tego potrzebne jest odpowiednie przygotowanie. W prasie powinno się częściej poruszać tematykę osób z dysfunkcją wzroku o codziennych trudnościach, ale i o sposobach ich pokonywania. Brakuje odpowiedniej informacji na ten temat. Nikt z nas nie potrzebuje litości, tylko odrobiny zrozumienia i akceptacji.

W 2006 roku zostałam przyjęta do Polskiego Związku Niewidomych w Toruniu, gdzie poznałam ludzi o podobnych problemach. W środowisku tym można wymienić między sobą cenne informacje, miło spędzić czas, wyjechać na wycieczkę, uczestniczyć w bardzo interesujących prelekcjach, ponadto można skorzystać ze szkoleń i kursów.

Działalność w PZN daje mi niesamowite korzyści. Przełamałam się i mogę już przemawiać publicznie, staram się też od czasu do czasu coś zrobić dla Związ-

ku i jego członków, zostałam doceniona i uwierzyłam we własne zdolności.

Podzieliłam się swoim doświadczeniem życiowym, aby uczulić rodziców, wychowawców i wszystkich, którzy pracują z dziećmi i młodzieżą niewidomą i słabowidzącą. Takie osoby trzeba wspierać i motywować do działania, a nie zniechęcać. Twierdzenie tego typu: „nie dasz rady”, „będzie Ci ciężko”, „a po co Ci to potrzebne” do niczego dobrego nie prowadzą. Obniżają tylko w człowieku poczucie własnej wartości. Jeżeli nie chcesz pomóc, to chociaż przynajmniej nie przeszkadzaj tym, którzy mają jakieś cele i ambicje, aby pomimo dysfunkcji wzrokowej coś w życiu osiągnąć i czegoś dokonać. Takim ludziom należą się szczególne słowa uznania i poparcia.

Każdy człowiek jest jednostką indywidualną, jedyną i niepowtarzalną i może wnieść coś, co będzie pomocne dla osób, które są w podobnej sytuacji. Swoim artykułem może uda mi się przetrzeć szlak tym, którzy czują, że mają talent do czegoś, aby pomimo swojej dysfunkcji mieli swoje pasje i zainteresowania, i przede wszystkim nie bali się tego realizować, bo do odważnych świat należy. Trzeba z uporem i konsekwentnie realizować swoje talenty. Tego wszystkiego życzę z całego serca wszystkim czytelnikom.