

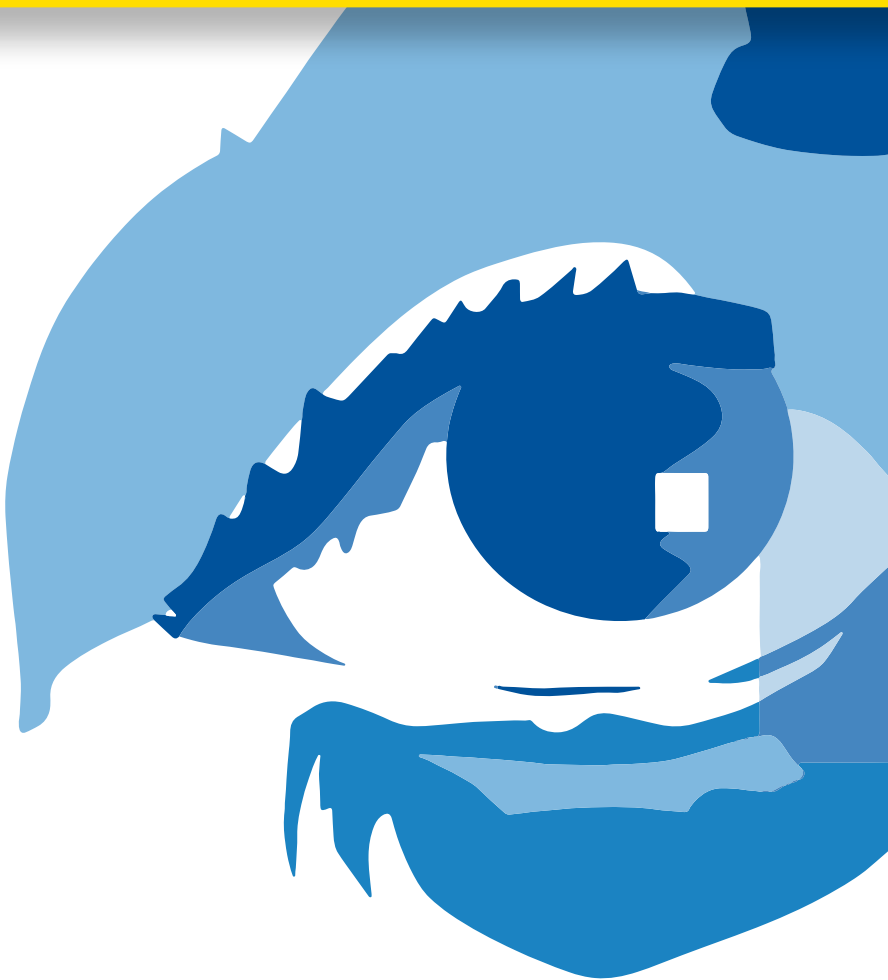
3/324
2019

NASZE DZIECI

Sprawy niewidomych
i słabowidzących dzieci



Polski Związek Niewidomych



Kwartalnik NASZE DZIECI

to forum wymiany doświadczeń rodziców,
opiekunów, nauczycieli, wychowawców
oraz rehabilitantów dzieci niewidomych
i słabowidzących

ISSN 1641-9294



Polski Związek Niewidomych

ul. Konwiktorska 9
00-216 Warszawa

tel. 22 635 52 84

e-mail: rehabilitacja@pzn.org.pl

NASZE DZIECI

Kwartalnik dla rodziców, opiekunów i nauczycieli

nr 3 (324)

lipiec–sierpień–wrzesień 2019

W numerze:

Słońce i wiatr zapraszają na spacer – Anna M. Florek	1
Zanurzając się w morskim litoralu – Przemysław Barszcz	27
Arteterapia kluczem komunikacji niepełnosprawnych – Agnieszka Borówka-Chobot, Ewa Sypek	39
Moja historia – Piotr Kosakowski	53
Turnus w Laskach – Dorota Gronowska, Beata Zięba	67
Świadczenie uzupełniające dla osób z niepełnosprawnościami – Krzysztof Wiśniewski	77
Szczególne uprawnienia dla osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności – Krzysztof Wiśniewski	82

Redaguje zespół:

Kamila Wiśniewska (redaktor naczelna),
Elżbieta Oleksiak (redaktor prowadząca), **Barbara Zarzecka**
Kolegium redakcyjne: **Anna Baszniak, Agnieszka i Roman Kwitlińscy,**
Anna Witarzewska

Projekt okładki: **Dariusz Litwiniec, Wojciech Olejniczak**

Skład i przygotowanie do druku: **Studio Graficzne Novelart**

Numer ISSN 1641-9294

Adres redakcji: **Redakcja Wydawnictw Tyflogicznych PZN,**
00-216 Warszawa, ul. Konwiktorska 9, pok. 25,
tel. (22) 635-52-84

Wydawca: **Polski Związek Niewidomych**

Publikacja współfinansowana ze środków PFRON

Druk: **EPedruk Spółka z o. o., ul. Konwiktorska 9, 00-216 Warszawa**
www.epedruk.pl



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

Słońce i wiatr zapraszają na spacer...

[Anna M. Florek](#) – pedagog specjalny, logopeda, terapeuta integracji sensorycznej, Poradnia dla Dzieci i Młodzieży z Zaburzeniami Rozwoju w Poznaniu

Jak to przyjemnie spacerować,
gdy słońce głaszcze nas po głowach
i delikatnie świeci,
bo słońko lubi dzieci.

Słoneczko, jeśli tylko chcesz,
to z nami na spacerek spiesz.
Słoneczko, jeśli chcesz,
to z nami na spacerek spiesz.
La, la, la, la, la, la, la, la...

Jak to przyjemnie maszerować,
pod parasolem głowę schować,
gdy deszczyk sobie kapie,
w kałużach woda chlapie.

Deszczyku, jeśli tylko chcesz,
to z nami na spacerek spiesz.
Deszczyku, jeśli chcesz,
to z nami na spacerek spiesz.
La, la, la, la, la, la, la, la...

Jak to przyjemnie maszerować,
gdy wietrzyk wieje nam po głowach
i delikatnie wieje,
tak wiatr się do nas śmieje.

Wietrzyku, jeśli chcesz,
to z nami na spacerek spiesz.
Wietrzyku, jeśli chcesz,
to z nami na spacerek spiesz.
La, la, la, la, la, la, la, la...

Jak to przyjemnie maszerować,
śnieżynki lecą nam po głowach,
śnieżynki lecą z nieba,
nie każdą złapać trzeba.

Śnieżynko, jeśli chcesz,
to z nami na spacerek spiesz.
Śnieżynko, jeśli chcesz,
to z nami na spacerek spiesz.
La, la, la, la, la, la, la...

Jak to przyjemnie w domu jest,
poczytać książki można też.
Książeczko, jeśli chcesz,
to z nami dzisiaj w domu siedź.

Książeczko, jeśli tylko chcesz,
to zostań z nami w domu też.
Książeczko, jeśli chcesz,
to zostań z nami w domu też
La, la, la, la, la, la, la...

Codzienny spacer jest z pewnością najbardziej wyczekiwaną chwilą dnia dla dziecka, a często i dla rodzica (opiekuna). Wychodzenie z domu zaleca się już w pierwszych dniach życia. Dla takiego maluszka przebywanie na świeżym powietrzu jest tak silnym doznaniem, że nie powinno trwać zbyt długo.

Pierwszy krótki pobyt na dworze dziecko ma zaliczony w momencie wyjścia ze szpitala. Następnie noworodka powinno się wentylować na tarasie lub balkonie. Dziecko powinno tam przebywać od 5 do 10 minut, nim wyjdzie na prawdziwy spacer.

Noworodki należy ubrać stosownie do pogody i umieścić w głębokim wózku (gondoli). Wózek należy ustawić tyłem do słońca i wiatru. Jeśli wieje zbyt mocno, to należy podnieść budkę i tak ustawić wózek, by ochronić niemowlę przed nieprzyjemnymi podmuchami. Werandowanie jest też dobrym pomysłem, gdy matka nie jest w stanie samodzielnie iść z dzieckiem na spacer. Jej kondycja po porodzie nie zawsze pozwala na dłuższe chodzenie. Urodzenie dziecka jest często tak wyczerpującym doświadczeniem, że dojście do dobrej formy fizycznej trwa do kilku tygodni. I to jest normalne. Ale jeśli kobieta czuje się bardzo dobrze, bez przeszkód może wychodzić na dwór ze swoim maleństwem. Taki spacer jest potrzebny i przyjemny. W czasie ostrej zimy nie zaleca się wychodzenia z noworodkiem przy temperaturze poniżej 5 stopni Celsjusza. Latem z kolei unikamy upałów, czyli zostajemy w domu, gdy na termometrze jest powyżej 30 stopni Celsjusza. Smog z kolei

wyklucza wychodzenie bez maseczki ochronnej. Jeśli dziecko ma podwyższoną temperaturę ciała albo oznaki choroby, powinno pozostać w domu. Jeśli jednak nie ma tych przeciwwskazań, powinno się tak organizować dzień, aby można było spędzać od 1 do 2 godzin na świeżym powietrzu.

Pierwsze dni życia dziecka przepełnione są obserwacją. Rodzice (opiekunowie) przyglądają się maleństwu uważnie, po to, by adekwatnie reagować na jego potrzeby, ponieważ samodzielnie nie potrafi ich zaspokoić. Gdy dzidzius się budzi, to rodzice nie wiedzą, czy najpierw go pogłaskać, pocałować, przytulić, przewinąć, wziąć na ręce, przebrać czy nakarmić. I dziecko, i rodzice po kilku dniach dochodzą do ustalenia hierarchii potrzeb. Jeśli minęło około trzech godzin od ostatniego karmienia, to dają mu jeść po przebudzeniu. Jeśli natomiast maleństwo tylko porusza się we śnie i trochę się krzywi, to rodzic raczej stara się pogłaskać i delikatnie ułożyć je do snu. Jeśli dziecko gwałtownie się budzi, to tuli je, kołysze, próbuje uspokoić.

Ubranie na spacer

Jeśli noworodek jest wyspany i nakarmiony, to pora wyjść na spacer. Rodzice najpierw przygoto-

wują takie ubranie dla malucha, by nie było mu ani za zimno, ani za gorąco. Latem – bawełniane body i bawełnianą czapkę, a do okrycia cieniutką również bawełnianą narzutkę, chroniącą ciało przed słońcem i letnim wiatrem. Jeśli upał jest dotkliwy, a maleństwo w wózku jest całkowicie ochronione przed promieniami słońca, to nie trzeba go okrywać. Przed słońcem lepiej chroni parasolka niż kocyk czy inne przykrycie. Zimą na odzież, którą dziecko ma na sobie, zakłada się wygodny kombinezon. Kombinezon może być też wiosenny i jesienny. O jego grubości nie decyduje jednak pora roku, lecz rzecz jasna – temperatura otoczenia. Jeśli nie mamy pewności, czy maluch jest dobrze ubrany, to dotykamy jego karku. Przepocony – oznacza, że dziecko jest ubrane za ciepło, a chłodny – to sygnał, że należy je ubrać w coś jeszcze. W zimniejsze dni na stopy zakłada się skarpetki.

Buzię dziecka trzeba posmarować kremem ochronnym zarówno latem, jak i zimą. Jego skóra jest niezwykle delikatna, więc należy chronić ją przed słońcem, wiatrem i mrozem.

Wyjście na spacer to nie lada przedsięwzięcie. Jeśli w domu jest więcej niż jedna osoba, to wspólne opracowanie kolejności zdarzeń jest łatwe. Wózek

dziecka powinien być wyposażony w tzw. niezbędnik. W torbie na spacer powinno być: ubranie na zmianę, pieluszka, smoczek, chusteczki wilgotne, krem, grzechotka lub inna zabawka dla dziecka, butelka z piciem. Niezbędnik może mieć stałe wyposażenie, a picie i jedzenie dokładamy przed wyjściem. Można też oczywiście codziennie przygotowywać potrzebne rzeczy na nowo, ważne, żeby niczego nie zabrakło, a kto i kiedy je spakuje – nie ma większego znaczenia. Następnie należy przygotować rzeczy dla dziecka i położyć w miejscu, w którym zazwyczaj je ubieramy. Należy pamiętać o ważnej zasadzie: najpierw ubieramy siebie, zostawiając odzież wierzchnią do założenia w tzw. międzyczasie. A więc swój strój wyjściowy trzeba mieć na sobie, gdy ubiera się dziecko. Jeśli ktoś wybiera się na spacer w domowych ciuchach, to wystarczy mu sekunda, by narzucić płaszcz czy kurtkę. Ważne, by nie ubierać się z dzieckiem na rękach, nie jest to ani wygodne, ani bezpieczne.

Gdy noworodek jest już gotowy, wkładamy go do wózka i od razu wychodzimy z domu. Dziecko w stroju wyjściowym nie powinno czekać, aż reszta się ubierze, bo będzie płakać spocone i zdenerwo-

wane. A gdy takie rozgrzane zostanie nagle zabrane na zimne powietrze, łatwo może zachorować. Jeśli musimy jeszcze zostać w domu, maluch może poczekać na dworze pod opieką drugiej osoby. Gdy na spacer z dzieckiem wybiera się tylko jeden rodzic (opiekun), powinien swoje ubranie przygotować wcześniej i założyć je tak szybko, jak to możliwe. Również o wózku na spacer może pomyśleć zawnazu. Można szybko i cicho wynieść wózek (lub zostawić na klatce schodowej), na przykład gdy dziuś śpi lub spokojnie leży jeszcze w łóżeczku.

Spacer z rodzeństwem

Gdy w domu są starsze dzieci, to należy się tak zorganizować, żeby wyjście na spacer było wspólną atrakcją. Rodzeństwo powinno być ubrane i czekać przed domem pod opieką osoby dorosłej. Podczas spaceru większym pociechom należy powiedzieć, co mogą robić. Określenie ram działania jest dla rodzeństwa informacją, że jest tak samo ważne jak bobas. Dzieci, które nie wiedzą, co zrobić, by zwrócić na siebie uwagę swoim zachowaniem, domagają się o „wytyczne”.

Cel spaceru

Jeżeli już wszyscy są gotowi do wyjścia, to należy się zastanowić, dokąd dziś idziemy. Wyznaczenie celu spaceru jest sprawą zasadniczą, bowiem od tego zależy czas i kierunek działania. Jeśli wybieramy się do parku, to odległość jest określona i czas potrzebny do przejścia z domu do parku też. Spacer w jedną stronę trwa 30 minut a powrót... zakłada się, że też 30 minut. Kiedy wychodzi się z domu na godzinę, to nie trzeba zabierać kanapek i pięciu litrów picia. Można wziąć małą przekąskę i butelkę wody. Trzeba sprawdzić, jaka będzie pogoda, choć nawet przy optymistycznej wersji parasol się przydaje. Idąc na spacer z dzieckiem, należy myśleć o potrzebach dziecka, własne zostawiając na inną okazję. Przy dobrej organizacji nic nam nie ucieknie.

Przez pierwsze pół roku dzieci na spacerze najczęściej śpią. Świeże powietrze i ruch jadącego wózka kołysze je do snu. Jeśli rodzice (opiekunowie) mają domek z ogródkiem, to można postawić wózek w zacisznym miejscu, wygodnym do kontroli wzrokowej śpiącego dziecka. Należy również uważać, by promienie słoneczne nie padały na śpiącego malucha. Jego skóra jest bardzo delikatna i tak bardzo

wrażliwa, że możliwość wystąpienia oparzeń słonecznych jest bardzo duża. Trzeba wziąć pod uwagę, że śpiące dziecko niewiele się porusza. Pozostawienie go nie zwalnia rodziców (opiekunów) z opieki nad nim. Rodzic (opiekun) odpowiada za swoje potomstwo przez całą dobę, więc musi być ono cały czas w polu widzenia kogoś dorosłego.

Małe dzieci leżące w wózku nie pytają „gdzie jestem?”, zatem miłym obowiązkiem rodzica (opiekuna) jest opowiadanie zarówno o celu spaceru, jak i o tym, że teraz wędrujemy ulicą. Słysząc samochody, autobusy i tramwaje, a poruszający się po chodniku ludzie rozmawiają ze sobą głośno. Jeśli maluch śpi, to rodzic milczy. Dla dziecka sen jest najważniejszy i pod żadnym pozorem nie powinno się go przerywać. Informacji o miejscu aktualnego pobytu musi dostarczać rodzic (opiekun). „Jesteśmy w lesie (parku, nad wodą). W lesie iglastym panuje przyjemny zapach. To jest gałązka sosny. Szyszki na końcu gałązki pachną”. W parku, z przewagą drzew liściastych czujemy inną woń i podajemy dziecku liście lub gałązkę kwitnącej akacji. Nad stawem, rzeką czy jeziorem zapach jest jeszcze inny, możemy nabrać trochę wody do wiaderka (w swoje dłonie), by dziec-

ko poznało ją za pomocą węchu. Odgłosy dookreślają miejsce pobytu. Szum wody, poruszających się liści, trzciny, trawy, roślin, trzeszczenie konarów, szelest ściółki – to informacje, które takiemu małemu człowiekowi są potrzebne do uświadomienia sobie „gdzie ja jestem?”.

Zachowanie bezpieczeństwa w czasie spaceru

Gdy dziecko samodzielnie siedzi, ma około 6 miesięcy, to całkowicie zmienia się jego przestrzeń. Przesiada się bowiem do spacerówki, czyli do wózka, który zapewnia stabilność w pozycji siedzącej. Gdy już siedzi w swoim spacerowym wózku naprzeciwko rodzica (opiekuna), to ma zapewniony stały kontakt „twarzą w twarz” ze swoją mamą czy swoim tatą. Jeśli natomiast siedzi tyłem do rodzica, to widzi wszystko to, co jest przed nim, ale opiekun nie widzi tego, co robi dziecko. Jak lepiej? Oczywiście decyzję podejmuje osoba, z którą nasz maluch spaceruje. Im starsza pociecha, tym większa możliwość aktywności, której rodzic się nie spodziewa. Nagłe wyjścia z wózka nie należą do rzadkości. Dziecko powyżej 10 miesiąca życia będzie próbowało samodzielnie wyjść z wózka, bo siedzenie pod-

czas spaceru jest z jego punktu widzenia nieciekawe. Gdy chodzący już maluch ma przed sobą wózek i go popycha, czuje się bezpieczne w trakcie poruszania się w pozycji pionowej. Niewidome dziecko, które pcha wózek, uczy się utrzymywać równowagę podczas chodzenia. Wózek chroni brzdąca przed upadkiem i niespodziewaną przeszkodą, zapewnia więc poczucie bezpieczeństwa i doskonali umiejętność w samodzielny poruszaniu się. Jeśli dziecko potrafi i chce wędrować samo, należy dać mu taką szansę, ale trzeba pamiętać o tym, że jeśli jest niewidome, szybko traci równowagę, więc korzystnie jest trzymać je za rękę. Im lepiej się porusza, tym więcej swobody może otrzymać. Każde dziecko pragnie biegać i trzeba przygotować się do takiej czynności: sznurek lub szelki zapewnią bezpieczeństwo. Zasadą jest, że dorosły znajduje się przed niewidomym maluchem, a tempo biegu nadaje dziecko.

„Wspólny spacer”

Idę sobie tup, tup, tup.

Teraz biegnę łup, łup, łup.

A za drzewem stop, stop, stop.

I na koniec wspólny skok.

Własne doświadczenia są najlepszym wyznacznikiem ustawienia wózka i ułożenia dziecka tak, by zapewnić mu radość i bezpieczeństwo, nie narażając na wkręcenie stopy w koła czy gwałtowne wyjście z jadącego wózka z upadkiem w tle. Rodzic (opiekun) musi umieć przewidywać różne sytuacje, by nie być świadkiem uszkodzenia ciała swego potomka. Za wszelkie wypadki odpowiedzialny jest rodzic (opiekun); dziecko nie jest w stanie przewidzieć skutków swojego działania. Maluchom, które siedzą w wózku, podajemy szyszki, kasztany, żołędzie, trawę, dmuchawce, gałązki, korę, liście, igły sosny lub innych „kłujących” drzew, kamyczki, po to, by mogło na miarę swoich możliwości powąchać i dotknąć rzeczy, które są wokół. Jeśli rosną poziomki, maliny, jagody, borówki czy jeżyny, to oczywiście można dać poprobować albo przynajmniej pozwolić powąchać, albowiem aromat roślin, które rosną w lesie, jest intensywny i w przyszłości będzie się można do tych kształtów i zapachów odwołać. Poziomka ogrodowa też pachnie, ale nie tak mocno.

Maluchy, które poruszają się samodzielnie, powinny chodzić za wózkiem, tzn. ręce opierają na wózku w wygodnym dla siebie miejscu i pchają

go ku własnej radości: „jestem taki duży jak rodzic, też umiem pchać wózek, o!”. Smyk czuje się i bezpieczny, i pożyteczny, i nadaje tempo odpowiednie do swoich możliwości. Dzieci w tym wieku nie mają pojęcia o tym, jak trzeba się poruszać, by nie zrobić sobie krzywdy. Cieszą się, że są na spacerze...

Trzymanie dwulatka za rękę jest dobrym rozwiązaniem, gdy dziecko porusza się pewnie (około 18 miesięcy) i może samodzielnie chodzić po parku. Można wspólnie zmieniać tempo. Chodzenie, bieganie po nierównym podłożu wpływa na jakość ruchu, wymusza skupienie uwagi na podłożu i szybką reakcję na utratę równowagi. Dzieci, które poruszają się po nierównym podłożu, chcąc nie chcąc, muszą stąpać powoli i z uwagą, przenoszą swój ciężar ciała raz na prawą, a raz na lewą stronę.

„Marsz zimowy”

Dalej dzieci w szeregu,
maszerujemy po śniegu.

Dalej, dalej, tup, tup, tup,
chrupie śnieżek, chrup, chrup, chrup.

Pan mróz w nosy szczypie nas,
do domu nadszedł czas.
Dalej, dalej, tup, tup, tup.
Chrupie śnieżek, chrup, chrup, chrup.

Ruch pod dyktando prostych, dziecięcych melodii będzie ogromną frajdą i szansą na rozumienie treści wypowiedzianych słów i zrytmizuje działanie. Zabawy z rodzicem są cudownym wspomnieniem dzieciństwa. Zapach znanej okolicy daje wspólną radość przypomnienia swojego spaceru czy wspólnej zabawy „na zielonej łące zbieram kwiaty pachnące”.

Inaczej planuje się spacer z niemowlęciem w wózku, a inaczej z dzieckiem, które chodzi samodzielnie. Do trzeciego miesiąca życia dziecka noszenie w ciągu dnia jest normą. Nie waży ono zbyt wiele i jest pod ciągłą opieką. Na spacerze też możemy go nieść, korzystając z chusty (nosidła). Korzyści z noszenia malucha w chuście jest wiele. Dostosowując swoje ułożenie ciała do ruchów matki (lub dziś już też często ojca), dzieci czują się bezpiecznie, bo słyszą obok bicie serca i oddech. Rodzic natomiast, czując najmniejszy ruch swojej córeczki bądź synka, może natychmiast skutecznie zareagować na jej/

jego potrzeby. Dzięki tej metodzie ręce rodzica są wolne, więc można coś w tym czasie robić, nie tracąc kontaktu z dzieckiem. Starsze niemowlęta preferują pozycję siedzącą i należy to uwzględnić, zawijając chustę. Jednak powyżej trzeciego miesiąca życia waga dziecka się podwaja, więc noszenie takiego szkraba staje się obciążeniem dla matki. Wygodniej jest więc, gdy odkładamy go do kołyski, łóżeczka, wózka lub innego bezpiecznego miejsca.

Siedzące samodzielnie dziecko ma już inne potrzeby ruchowe i poznawcze. Nie chce cały czas leżeć. Siedząca pozycja ułatwia mu trzymanie różnych przedmiotów, zorganizowanie sobie centrum działania i poznawanie świata w sposób komfortowy dla dziecka: zgodny z jego potrzebami i możliwościami. Dla rodzica siedzący maluch to kontakt twarzą w twarz, czyli szansa na zorganizowanie wspólnego terytorium działania, przyczyniająca się do współpracy. Kontakt twarzą w twarz pozytywnie wpływa na rozwój komunikacji i wzajemnych relacji. Idziemy na spacer z dzieckiem, które siedzi przed rodzicem, nie śpi i oczekuje na to, co rodzic (opiekun) proponuje. Niewidome dziecko powinno otrzymywać wszelkie informacje o tym, co aktualnie wokół niego

się dzieje. Przede wszystkim usłyszeć, dokąd idziemy na spacer i jaki jest cel spaceru. Celem może być chęć przebywania na świeżym powietrzu lub cokolwiek innego: „idziemy na spacer, bo nie chce mi się sprzątać”. Cel nie musi być ambitny, ważne, żeby był, ponieważ dookreśla czas i miejsce pobytu.

Spacer może być fantastycznym przeżyciem dla obu stron bez względu na wiek. Nim spacerujący dotrą do celu, jest okazją do rozmowy, obserwacji otoczenia, orientacji w okolicy, poznania miasta, podsłuchania przyrody, spotkania znajomych itp. Podczas wspólnej drogi do parku można wyznaczyć punkty charakterystyczne i ulubione. Można zbierać kasztany, żołędzie, liście, kwiaty, dmuchawce, latawce, wiatr...

W zależności od miejsca czynności są rozmaite, od huśtania na placu zabaw, zbierania kasztanów, do robienia babek z piasku, karmienia kaczek, budowania szałasów czy chodzenia po obalonym pniu drzewa lub gałęzi. W zależności od pogody można jechać na sankach, chodzić w kaloszach, jeździć na rowerze lub hulajnodze. Można podziwiać różne kształty chmur lub samolotów; tęcza na niebie jest zawsze atrakcyjna, bo „tęcza, tęcza cza, cza; cza-

rodziejska wstążka ta. Wiąże niebo z ziemią... o, jaki kolorowy splot”. Dla dziecka słabowidzącego będzie fantastycznym, spontanicznym ćwiczeniem wzrokowym.

Można poznać smak deszczu i śniegu czy sopli lodu („bo raz sopel sopelce podarował serce, a sopelki są różne, kwadratowe i podłużne”), powąchać las i łąkę, rzekę, jezioro, staw lub park. Można słuchać szelestu liści, szumu trawy i opowieści strumyka. Słuchanie kołyszących się na wietrze różnych części roślin jest kojące, wprawia w spokojny nastrój. Można podnieść kij, który leży pod drzewem i zacząć ćwiczenia samodzielnego poruszania się z własną „białą laską”. Znalezionej kij będzie przydatnym trofeum, choć być może złamie się, nim dziecko dojdzie do domu. Dostarczy dziecku pewności w samodzielnym poruszaniu się, a rodzicowi (opiekunowi) uświadomi, że każdy ma prawo do samodzielności, a pod czujnym okiem rodzica jest bezpiecznie.

Wytyczanie trasy spaceru

Nim się wyjdzie z domu, trzeba ustalić trasę. Inaczej ubiera się dziecko do lasu, a inaczej do sklepu, palmiarni, kina, ogrodu botanicznego czy zoo.

Planowanie miejsca i czasu trwania spaceru jest niezwykle ważne, bowiem trzeba wziąć picie i jedzenie na dłuższe wyjście, a także pomyśleć o aktywności dziecka i zabrać lalkę, misia, rower lub piłkę. Trzeba też przewidzieć, że dziecko może się przewrócić i skaleczyć, więc plaster na jeden raz też jest przydatny.

Pamiętki ze spaceru

Po powrocie do domu warto obejrzeć „trofea” i opowiedzieć „dzień dobry dzieci-śmiec, gdzieście byli i coście robiły?”. Rozpakowywanie koszyka z kamieniami, szyszkami, powiędłymi kwiatami, kasztanami czy żołądziami jest dla dziecka ćwiczeniem pamięci. „Kamienie są znad rzeki, a kasztany z parku”. Z rzeczy przyniesionych do domu można zrobić książeczkę „Las”, „Łąka”, „Plac zabaw”, „Park”, a czytanie swojej książki będzie rozwijać twórcze myślenie i wyobraźnię. W dni kiedy dziecko będzie chore i spacer będzie wykluczony, umili mu pobyt w łóżku. Z nadmiaru żołądzi i kasztanów oraz liści można zrobić ludziki, kwiaty i zwierzęta. Nim dziecko niewidome będzie gotowe do poznania realnego świata roślin i zwierząt, dobrze jest scharakteryzo-

wać niektóre z nich. Kwiaty pachną, a drzewa są wysokie, trawa łaskocze, a krzewy można dotknąć... Dotykanie prawdziwej biedronki, ślimaka, dżdżownicy, mrówki, jaszczurki, żaby może bardziej przerażać dziecko niewidome niż rozbudzić jego potrzeby poznawcze. Właśnie dlatego trzeba iść na spacer i przygotować szkraba do poznawania przyrody. Dobrze widzące dziecko też często nie potrafi zauważyć wiewiórki, jaszczurki czy żaby. Patrzenie na lecące ptaki jest interpretowane „leci ptak”, a nie „już bociek leci, cieszą się dzieci”. Trzeba włożyć wiele pracy w rozpoznawanie gatunków, nie tylko na obrazku w książce. Naśladowanie głosów zwierząt ułatwia ich identyfikację, choć w naturze brzmią jednak inaczej. Gdacząca kura czy gęgająca gęś przypomina „ko, ko, ko” i „gę, gę, gę”. Dźwięk jest podobny, ale nie identyczny (stąd różnice w interpretacji odgłosów w różnych językach: hau, hau lub wow, wow (ang.) albo ouaf, ouaf (franc.)). Zwierzęta poruszają się w charakterystyczny sposób. Tętent konia słysząc z daleka, ale też jest bardzo wyraźnie wyczuwalny, gdy stoi się na podłożu (ziemia niesie). Krowa, pies, sarna, dzik – każde z nich porusza się inaczej i można poznać je po chodzie za pomocą zmysłu słuchu.

Jeż tupie głośno, a zając porusza się bardzo cicho i można go zobaczyć wtedy, gdy usłyszysz się trzask łamanej gałązki. Żaby skaczą bezszelestnie i raczej zwracają uwagę dopiero, gdy zaczną rechotać. Ważną informacją jest też zapach zwierząt: konie pachną inaczej niż krowy, kury, czy psy albo koty.

„Znam zwierzęta”

Na ramieniu mym, na chwilę
przysiadł mój ulubiony motylek.
Troski mu swe powierzyłam,
on odleciał, nim skończyłam.

Orzeszki dwa dla wiewiórki mam,
przyjdzie do mnie, to jej dam.
Wiewiórka orzeszki porwała
i w swej dziupli się schowała.

Mały dzięcioł w drzewo stukał,
robaków na obiad szukał.
Dzięcioł w drzewo stuka,
Ja dzięcioła słucham.

I biedronka spaceruje,
gdy tak chodzi, to ją czuję.
Chodzi sobie i łaskocze.
Odleciała, ja chichoczę.

Ślimak wolno sunie czasem,
gdy ja szybko biegnę lasem.
Na pierogi nie zaproszę.
Może liście? Bardzo proszę.

Obcowanie z przyrodą

Obcowanie z przyrodą rozbudza ciekawość i chęć poznawania zwyczajów zwierząt. Jeśli w okolicy jest zbiornik wodny i pływają po nim kaczki, to całe grupy dzieci spotykają się w tym miejscu, zimą – żeby je karmić, a wiosną – by przyglądać się małym. Dźwięki, które wydają te ptaki są bardzo charakterystyczne, a gonitwy i kłótnie – godne obserwacji. Ptactwo dokarmiane oswaja się z człowiekiem. Lokalizacja dźwięków jest naturalnym elementem pobytu nad wodą. Czasem słysząc kumkające żaby, a czasem pojawiają się łabędzie. Rzucanie ziarna kaczkom i innym ptakom też jest świetnym ćwiczeniem, a pierwsze próby są zabawne. Zamiar rzuca-

nia ziarna daleko, na wodę kończy się rozsypaniem ziarna przed sobą, a korzyść z tego taka, że nieoczekiwanie pojawiają się gołębie i wróble.

Gdy spacer staje się codziennością, to z łatwością planuje się dzień. Im starsze dziecko, tym bardziej upomina się do o wychodzenie z domu. Najczęściej podaje czapkę lub buki albo – gdy jeszcze nie umie wypowiadać słów – mówi „da, da” lub „pa, pa”. Zdarza się nawet, że dzieci wychodzą z domu same, najczęściej rodzice (opiekunowie) w ostatniej chwili uniemożliwiają ucieczkę. Samodzielność i niezależność jest mylona z samowolną aktywnością. Dziecko powinno nauczyć się, że wychodzi się z domu wyłącznie pod opieką dorosłych.



Zdjęcie redakcja

Korzyści ze spacerów

- skłaniają do bycia razem,
- przyczyniają się do nawiązywania więzi emocjonalnych,
- przysparzają radości z bycia razem z dzieckiem,
- organizują dzień,
- sprawiają, że okolica okazuje się interesująca,
- zapewniają rozwój społeczny,
- są okazją do poznawania rówieśników,
- wpływają na kondycję psychiczną i fizyczną,
- zapewniają spokojny sen podczas spaceru i w nocy,
- dotleniają organizm,
- umożliwiają kontakt z naturą,
- korzystnie wpływają na zdrowie i odporność organizmu,
- dostarczają wielu pozytywnych przeżyć,
- rękoma dziecka udaje się dorosłym dostrzec „dmuchawce, latawce, wiatr”,
- świat staje się piękny i ciekawy,

- każdy poznaje i ogląda świat wedle swoich potrzeb i możliwości,
- wpływają pozytywnie na dobrostan dziecka,
- ułatwiają orientację w przestrzeni,
- dostarczają stymulacji wielu zmysłom,
- dają możliwość poczucia słońca, wiatru, deszczu i śniegu,
- uczą przestrzegania zasad,
- pomagają rozładować nadmiar energii,
- gwarantują ćwiczenia wzrokowe i słuchowe.



Obcowanie z przyrodą jest niezbędne w rozwoju, ponieważ rozbudza ciekawość, wpływa korzystnie na własną aktywność ruchową i umożliwia orientację w przestrzeni. Układ odpornościowy szybciej uczy się rozpoznawać nowe zagrożenia i lepiej sobie radzi z bakteriami i wirusami, gdy dziecko przebywa na spacerze od 1 do 2 godzin przed południem i tyle samo po południu. Gdy deszcz leje, nie trzeba chodzić przez godzinę po dworze, ale po ulewie można się przekonać, jak pięknie pachnie powietrze.

Czasem gdyby nie pogoda, nie byłoby o czym rozmawiać... Wspólne spacerowanie budują poprawne relacje emocjonalne z najbliższymi i są podstawą rozwoju społecznego.

Życie to nie spacer poprzez pustą przestrzeń, lecz chodzenie pomiędzy ludźmi, roślinami i zwierzętami... Codzienne spacerowanie są szansą na poznanie różnorodnych form i faktur, rozmaitych zapachów, poczucie ciepła promieni słonecznych, zmaganie się z siłą wiatru, mrozu, rozpoznanie sygnałów, że należy już wracać do domu.

Może to już pora na spacer z dzieckiem, wyjść po radość i wiedzę, zamiast w domu siedzieć i czekać, czując, jak ucieka przez palce nasz cenny czas.

Zanurzając się w morskim litoralu

Przemysław Barszcz – leśnik, prezes Polskiej Fundacji Przyrodniczo-Leśnej w Krakowie

Litoral to wąski, wydłużony pas, ciągnący się wzdłuż linii połączenia brzegu i wód morskich lub jeziorowych, obejmujący zarówno płytką, przybrzeżną strefę wodną, jak i przyległe wybrzeże, często także pas ziemnowodnej roślinności. Fascynujący ekosystem litoralu nadzwyczaj dobrze nadaje się do wycieczek z dziećmi niewidomymi i słabowidzącymi, pozwalając na połączenie rekreacji z walorami zdrowotnymi. W artykule tym chciałem jednak, zaprezentować przede wszystkim, jak zapoznać dzieci z przyrodniczymi aspektami pasa litoralu morskiego i poszerzyć ich wiedzę o tym niezwykłym środowisku.

Pas litoralu mórz i oceanów to dla większości mieszkańców Polski, zamieszkujących tereny oddalone od morza, środowisko egzotyczne i mało znane. Tymczasem w ujęciu globalnym litoral jest ekosystemem ciągnącym się na długości setek tysięcy

kilometrów, o dużym znaczeniu przyrodniczym i gospodarczym, zamieszkiwanym przez liczne rośliny i zwierzęta. Obejmuje przybrzeżny pas wody – niekiedy z podwodnymi łąkami czy nawet lasami, tworzonymi przez brunatnice i trawy morskie – a także linię łączącą wodę i ląd, kamienistą lub piaszczystą plażę i pasm wydm, kolonizowanych i umacnianych przez wydmuchrzyce – trawy o długich korzeniach i gatunki wierzb, odpornych na gwałtowne, piaszczyste wichury.



Pas litoralu łączy wodę i ląd

Jak wszystkie środowiska będące połączeniem dwóch odrębnych ekosystemów (połączenie takie to ekoton – ekotonem jest także na przykład skraj lasu, stanowiący przejście od zwartego lasu do terenów otwartych), pas litoralu jest bardzo różnorodny: posiada cechy typowe dla morza, cechy lądowe jak i uwarunkowania oryginalne, sobie tylko właściwe. Litoral morski jest też środowiskiem łatwo dostępnym; co więcej, jego charakterystyka wyjątkowo sprzyja poznaniu go przez dziecko niewidome lub słabowidzące.

Jak więc zagłębić się w litoralu i na co warto zwrócić uwagę?

W drodze

Najłatwiejszym, a zarazem najskuteczniejszym i najbardziej atrakcyjnym sposobem na poznanie tajemnic litoralu jest marsz – wędrowka wzdłuż linii wody. Taka forma poznawania umożliwia intensywny kontakt z charakterystycznymi elementami tego środowiska, na które warto zwrócić uwagę dziecka: hałas fal, zapach jodu, smak słonej bryzy, wysoka wilgotność powietrza i podłoża. Nawet jeżeli powierzchniowa warstwa piasku jest sucha, tuż pod

nią nasycenie wodą jest duże – o czym łatwo przekonać się, kopiąc w piasku dół, aż zacznie wypełniać się morską wodą. Ta lubiana przez dzieci zabawa ujawnia fakt o dużym znaczeniu dla ekosystemu przybrzeżnego, a dokładnie dla nocnego życia plaży. Cały szereg organizmów bowiem, od niesporcza-



Pas pomiędzy wodą i lądem jest miejscem żerowania ptaków siewkowatych

ków, przez wieloszczety, wirki, wrotki, brzuchorzęski po obunogie skorupiaki zmieraczkki, dnie spędza zagłębiane w tej właśnie, wilgotnej warstwie (przy czym każdy z organizmów wybiera poziom o odpowiedniej dla siebie wilgotności), nocą zaś wychodzą na powierzchnię, pożywiając się, a jednocześnie oczyszczając plażę z martwej materii organicznej.

Same również stanowią pokarm, chociażby dla licznych ptaków morskich, sondujących piasek długimi dziobami. Specjalizują się w tym ptaki siewkowate. Niemal zawsze wzdłuż linii wody spotkać można sieweczki i brodźce, poruszające się w rytm wypływających i cofających się fal. O ich obecności świadczą charakterystyczne, przypominające wysoki gwizd, piskliwe nawoływania. Szczególnie licznie ptaki siewkowate pojawiają się na wybrzeżach morskich w porach przelotów wiosennych i jesiennych. Wówczas też w rozmaitych punktach wybrzeża prowadzone są przez ornitologów akcje chwytania i obrączkowania ptaków. Jeżeli ktoś przebywałby z dzieckiem nad morzem wiosną lub jesienią, niech wcześniej zorientuje się, czy w pobliżu nie znajduje się stacja obrączkowania ptaków, a jeżeli tak, niech koniecznie ją odwiedzi. To okazja nie tylko do posłu-

chania interesujących informacji o naszych skrzydlatych przyjaciółach – co kilkadziesiąt minut ornitolog obchodzi teren, sprawdzając siatki do łapania ptaków, wyciągając schwytane okazy, mierząc je, ważąc i obraczkując – w ramach edukacji przyrodniczej chętnie przy tym pozwalając dzieciom, żeby samodzielnie potrzywały w rękach czajkę, biegusa, dudka, rudzika czy skowronka, przekonując się, ile ważą, jak są zbudowane, jak różne mają dzioby, dostosowane do różnego rodzaju pokarmu itp.

Mewa czy rybitwa?

Ptaki spotkamy w pasie litoralu niezależnie od pory roku, nie tylko wiosną lub jesienią. W przybrzeżnym pasie Bałtyku, którego to przede wszystkim dotyczy niniejszy artykuł, zimują wielkie stada markaczek, uhli i edredonów o wyjątkowo miękkich piórach. Kaczki te przylatują z północy – mimo zimna i bałtyckich sztormów nad naszym morzem znajdują łagodniejsze warunki niż w rejonie swoich lęgów.

Najczęściej jednak przebywamy nad morzem latem. Pora ta to doskonała okazja do zwrócenia uwagi dziecka na zróżnicowanie świata ptaków i wielości gatunków związanych z linią brzegową. W okresie

tym pas wybrzeża jest miejscem stałego przebywania i żerowania mew i rybitw. W obrębie każdej z tych grup wyróżnia się liczne gatunki, najczęściej jednak do czynienia mamy z mewą śmieszką – nieco większą od gołębia, z czarną głową, a także ze znacznie większymi od śmieszki – mewą pospolitą i mewą srebrzystą, a spośród rybitw – z rzeczną i popielatą.



Młoda mewa pospolita – upierzenie mew zmienia się wraz z wiekiem

Mewy są ptakami silniej zbudowanymi od rybitw, o krzykliwych głosach (stąd nazwa „śmieszka”), zapuszczającymi się w głąb plaży, a nawet dalej, praktycznie wszystkożernymi. Rybitwy natomiast są smukłe, ich sylwetki przypominają jaskółcze. Trzymają się wody, polując na ryby; ich głosem jest dźwięczny, nawołujący skwir: „krrree...”.



Chełbia modra to najczęstsza bałtycka meduza

Małże, chełbie i krewetki

Maszerując wzdłuż linii wody, mamy okazję zapoznać dziecko ze światem zwierząt, tworzących 90% biomasy morskiej. To mięczaki i skorupiaki, przedstawiane nam przez morze najczęściej w postaci pancerzyków i muszli, umożliwiających ich rozpoznanie. Do ich wyliczenia dodajmy chełbię modrą, najliczniejszą bałtycką meduzę, zaliczaną do typu parzydełkowców, gromady krążkopławów – nazwy obu tych jednostek systematycznych znakomicie charakteryzują zarówno budowę chełbi, jak i sposób jej odżywiania. Warto zwrócić uwagę, że meduzy należą do największych organizmów zaliczanych do planktonu, czyli stworzeń dryfujących, które unoszone są przez ruch wody, niezdolnych do przeciwstawienia się mu.

Niewielkie, delikatne, często różowe muszelki to muszle rogowca, małża będącego ulubionym pożywieniem płastug. Dorastające kilku centymetrów, ciemne, trójkątne w kształcie muszle należą z kolei do omułka jadalnego, gatunku, który w wielu rejonach świata uważany jest za przysmak. Okrągławe, promieniście żebrowane muszle to sercówki bałtyckie.

Bałtyk to morze najczęściej przez nas odwiedzane, szczególnie często wspólnie z dziećmi. Przedstawione powyżej informacje dotyczą więc głównie Bałtyku, choć ogólna charakterystyka pasa litoralu jest wspólna dla wszystkich wybrzeży świata. Każde ma przy tym cechy sobie tylko właściwe: wędrując wzdłuż Atlantyku, napotkamy liczne, wyrzuco-



Wyrzucane przez morze wodorosty brunatnice rozkładając się, żywią plażę



Podczas odpływu w wyżłobionych w twardej skale estuariach, niczym w naturalnych akwariach, pozostają morskie stwory

ne na brzeg strzykwy, czyli ogórki morskie – zwierzęta mułozerne, w razie zagrożenia wyrzucające część wnętrza dla odwrócenia uwagi napastnika (stąd nazwa „strzykwa”). Atlantyckie plaże zasłane są też długimi, elastycznymi taśmami wodorostów listownic, tworzących całe podmorskie, pełne życia „lasy”, a po wyrzuceniu na brzeg odżywiających plażę i wy-

dmy. Są też zbierane, suszone i wykorzystywane jako nawóz w rolnictwie i pasza dla zwierząt.

W innych z kolei rejonach świata, na przykład wzdłuż skalistych wybrzeży śródziemnomorskich, cofające się podczas odpływu morze odsłania skały, których zgłębienia stają się swoistymi akwariami – mikroświatami, w których zbierają się ślimaki, kraby, krewetki, wielotarczowce i inne, aby doczekać powrotu wodnego żywiołu.

Wszystko to sprawia, że wędrówka litoralnym pasem jest pouczającą rozrywką, pozwalającą poznać dzieciom rozliczne mechanizmy ekologiczne i wiele gatunków roślin i zwierząt.

(Zdjęcia Przemysław Barszcz)

Arteterapia kluczem komunikacji niepełnosprawnych

[Agnieszka Borówka-Chobot](#) – tyflopedagog, oligofrenopedagog, terapeuta metody Warnkego

[Ewa Sypek](#) – tyflopedagog, oligofrenopedagog, trener EEG Biofeedback

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy dla Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej w Dąbrowie Górniczej

Ośrodek i jego wychowankowie

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy dla Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej w Dąbrowie Górniczej jest jedną z największych tego typu placówek w Polsce. Kształci i rehabilituje osoby z deficytami wzroku i słuchu, z autyzmem, niepełnosprawne ruchowo i intelektualnie. Kadre Ośrodka stanowią wykwalifikowani nauczyciele i specjaliści posiadający duże doświadczenie w pracy z dziećmi ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi.

Na przestrzeni lat wypracowaliśmy wiele skutecznych oddziaływań terapeutyczno-rewalidacyjnych, w tym z zakresu alternatywnych metod komu-

nikacji. Jest to szczególnie ważne z uwagi na fakt, iż wielu naszych podopiecznych, szczególnie z niepełnosprawnością sprzężoną, napotyka na duże trudności w obszarze komunikacji. Problem sprawia im wyrażanie własnych potrzeb, myśli i uczuć, nazwanie otaczającej rzeczywistości, formułowanie pytań i odpowiedzi, budowanie nawet prostych zdań czy rozumienie kierowanych do nich poleceń.

Dużą grupę uczniów w Ośrodku stanowią osoby słabowidzące i niewidome. Z uwagi na swoją niepełnosprawność mają oni ograniczenia w zakresie odbioru treści wizualnych, co w znacznym stopniu utrudnia im nabywanie wiedzy o otaczającym świecie. Dlatego niezwykle ważne jest stosowanie jak najszerzego wachlarza pozawzrokowych sposobów przekazywania informacji o przedmiotach, zjawiskach, elementach świata natury oraz kultury czy sztuki.

Codzienna praca z osobami mającymi problemy z porozumiewaniem się wymaga od nas znajomości różnorodnych metod komunikacji. Stosujemy Makaton, PECS i Mówik – metody opierające się na wykorzystaniu w komunikacji funkcjonalnej gestu i symbolu (obrazka), wykorzystujemy również język

migowy oraz arteterapię, bajkoterapię i logorytmikę. Uczniowie niewidomi już od najmłodszych lat doskonałą sposoby poznawania rzeczywistości poprzez inne zmysły, z których wiodącymi są słuch i dotyk. Znajomość pisma punkтового Braille’a umożliwia im komunikowanie się z innymi, pozyskiwanie i przekazywanie informacji.

Arteterapia sposobem komunikowania się – założenia projektu

Specyfika naszej placówki wymaga od każdego z nauczycieli i terapeutów nieustannego doskonalenia warsztatu pracy i podnoszenia kwalifikacji. W dążeniu do znalezienia skutecznych metod komunikowania się z dziećmi niepełnosprawnymi niezbędna jest kreatywność i innowacyjność. Stale poszukujemy metod i form pracy, które pozwolą w pełni odpowiedzieć na potrzeby naszych wychowanków i pomogą im rozwinąć podstawowe kompetencje, takie jak: umiejętność wyrażania własnych potrzeb i emocji, sprawne (na miarę indywidualnych możliwości) komunikowanie się z drugim człowiekiem.

Jednym ze sposobów umożliwiających nawiązanie kontaktu z osobami niepełnosprawnymi

i rozwijających ich umiejętności komunikacyjne jest terapia przez sztukę. Chęć poznania nowatorskich rozwiązań i pomysłów w zakresie arteterapii zainspirowała nas do podjęcia działań w ramach programu Erasmus+. Opracowany przez nas projekt typu „job-shadowing” (podpatrywanie pracy) polega na odwiedzaniu zagranicznych placówek w celu poznawania nowych metod pracy, dzielenia się dobrymi praktykami, wspólnego rozwoju instytucji oraz osób uczestniczących w tej inicjatywie.

Projekt, realizowany pod hasłem „Pomóżcie nam pomóc im. Arteterapia kluczem komunikacji niepełnosprawnych”, przewidywał działania w okresie od 1.10.2017 r. do 31.08.2019 r. i obejmował przede wszystkim wymianę doświadczeń z placówkami specjalistycznymi z krajów partnerskich (Finlandią, Grecją, Czechami, Turcją, Wielką Brytanią) poprzez mobilność nauczycieli i specjalistów oraz prezentację, wdrażanie i upowszechnianie wybranych form i metod pracy z zakresu terapii przez sztukę. Wymierną korzyścią z udziału w przedsięwzięciu jest również rozwój umiejętności nauczycieli w zakresie komunikowania się w języku angielskim oraz zdobycie wiedzy z zakresu historii, geografii i kultury

państw współuczestniczących w projekcie (poprzez udział w szkoleniach z zakresu przygotowania językowego i kulturowego).

Poznanie sposobu organizacji i metod kształcenia osób niepełnosprawnych w krajach europejskich oraz podniesienie kompetencji zawodowych nauczycieli i przeniesienie ich doświadczeń na grunt Ośrodka przyczyni się do podniesienia jakości pracy placówki i nadania europejskiego wymiaru prowadzonym w niej zajęciom dydaktyczno-terapeutycznym.

Głównym celem działań podejmowanych w ramach projektu jest poprawa komunikacji werbalnej i niewerbalnej podopiecznych poprzez zastosowanie metody arteterapii, która spełnia wiele funkcji niezbędnych w pracy z dzieckiem, m.in. diagnostyczną, rekreacyjną, edukacyjną i terapeutyczną. Arteterapia pozwala na lepsze poznanie dziecka, jego możliwości, potrzeb, przeżyć oraz wyrażanych poprzez sztukę emocji. Metodę tę można stosować niezależnie od wieku i stanu zdrowia. Jest to bardzo pojemna dziedzina, obejmująca różnorodne formy oddziaływania poprzez np. muzykę, obraz, ruch. Osoby prowadzące terapię przez sztukę nie muszą

posiadać zdolności artystycznych ani wcześniejszych doświadczeń. W projekcie biorą zatem udział logopedzi, tyflopedagodzy, oligofrenopedagodzy, surdopedagodzy oraz nauczyciele poszczególnych przedmiotów, w tym również edukacji wczesnoszkolnej i przedszkolnej. Wszyscy pracują z dziećmi, u których zaburzona jest komunikacja i odbiór bodźców zewnętrznych.

Z wizytą w krajach partnerskich

W ramach współpracy europejskiej nawiązaliśmy kontakt z wybranymi placówkami w krajach partnerskich, które mają bogate doświadczenie w stosowaniu arteterapii. Gościliśmy już w placówkach edukacyjnych w Finlandii, Czechach i Grecji.

W aspekcie kształcenia osób z dysfunkcją wzroku znacząca była dla nas podróż do Czech. Odwiedziliśmy tam szkołę Aloyse Klara w Pradze. Przez wiele lat była to placówka kształcąca wyłącznie osoby słabowidzące i niewidome, obecnie obejmuje opieką dzieci i młodzież z niepełnosprawnościami różnego typu.

W trakcie wizyty w szkole zawodowej uczestnicy projektu mieli możliwość poznania metod i form

pracy stosowanych podczas zajęć praktycznych, między innymi z zakresu ceramiki, tkactwa, wikliniarstwa, produkcji szczotek oraz projektowania tkanin. Udział w tych zajęciach stanowił dla osób niepełnosprawnych, w tym słabowidzących i niewidomych, rodzaj arteterapii – umożliwiał im autoekspresję, kształtował umiejętność porozumiewania się i uzewnętrzniania świata własnych przeżyć i odczuć. Pozwalał odreagować negatywne emocje, zaspokajał potrzebę bycia docenianym i podnosił poziom samoakceptacji, dawał poczucie sprawstwa i radości z samodzielnie wykonanej pracy.

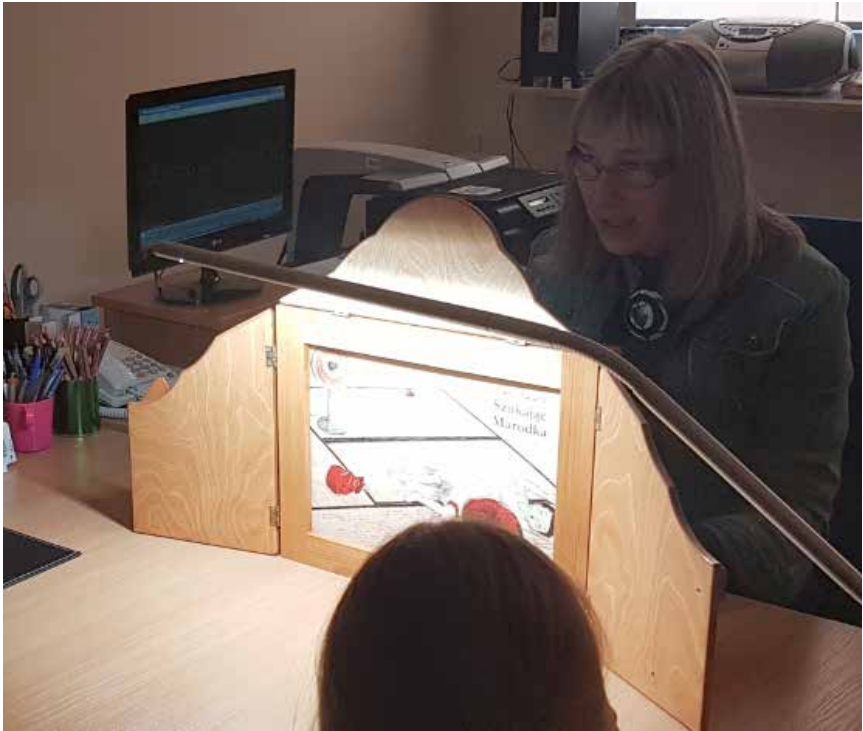
Realizacja celów projektu w Ośrodku

Wizyty w krajach partnerskich i wymiana doświadczeń z pracownikami instytucji to istotne, ale nie jedyne formy realizacji celów projektu. W Ośrodku na bieżąco prowadzone są działania wdrażające, promujące i upowszechniające różnorodne metody komunikacji oraz rozmaite formy terapii przez sztukę. Wzbogacanie i modyfikowanie gamy stosowanych technik z zakresu arteterapii sprawia, że komunikacja z podopiecznymi oraz pomiędzy nimi samymi przebiega na różnych płaszczyznach, z wy-

korzystaniem wielu środków wyrazu, co w efekcie ułatwia naszym uczniom kontakty z otoczeniem i poprawia ich funkcjonowanie w życiu codziennym.

Jedną z ciekawszych form arteterapii stosowanych w Ośrodku to kamishibai (inaczej „papierowy teatr”, „teatr obrazkowy” czy „teatr narracji”). Jest to wywodząca się z Japonii technika czytania lub opowiadania, wykorzystująca kartonowe plansze z ilustracjami oraz drewnianą skrzynkę (na wzór teatrzyków marionetkowych), w której przedstawiane są kolejne fragmenty historii, bajek lub baśni. Większość kamishibai składa się z 10-16 pięknie ilustrowanych kart z tekstem na odwrocie. Ich prezentowaniu towarzyszy wyjątkowy nastrój, powstający za sprawą przenośnego teatru, przy pomocy którego ilustrowane opowiadania są przedstawiane w formie papierowych „slajdów”. W celu umożliwienia dzieciom słabowidzącym i niewidomym pełniejszego odbioru sztuki, bajki wzbogaca się o audiodeskrypcję, czyli słowny opis treści wizualnych niedostępnych dla osób z dysfunkcją wzroku.

Kamishibai pozwala odbiorcom „zanurzyć się” w treść przekazu poprzez spontaniczne przeżywanie emocji, pobudza wyobraźnię i kreatywność. Pomaga



Teatrzyk kamishibai

rozwijać sprawność słuchania i mówienia, motywuje do wyrażania przeżyć i emocji, stając się nieocenionym narzędziem kształtującym zdolność komunikowania się osób niepełnosprawnych.

Realizując cele projektowe, pedagodzy wykorzystali również tradycyjną formę teatru – wraz z uczniami z dysfunkcją wzroku (w tym posługującymi się pismem Braille’a) przygotowali spektakl

pt. „Inny nie znaczy gorszy. Historia łaciatedego słowa”. O wyborze tematu sztuki zdecydowały jej walory terapeutyczne. Dzieci dotknięte niepełnosprawnością (w tym słabowidzące i niewidome) często na co dzień borykają się z poczuciem bycia „innymi”, postrzegają się jako niepełnowartościowe, „gorsze”. Frustracja spowodowana trudnościami z poruszaniem się, odbieraniem bodźców ze środowiska zewnętrznego, problemami z komunikacją, wywołuje poczucie osamotnienia i wyizolowania. Tymczasem przedstawiona w sztuce historia opowiada o tym, że zaakceptowanie swojej odmienności, przyjęcie postawy życzliwości i otwarcia na innych pozwala na nawiązywanie satysfakcjonujących kontaktów interpersonalnych, zbudowanie pozytywnej samooceny oraz zwiększenie wiary we własne siły i możliwości.

Praca nad projektowaniem scenografii i kostiumów oraz zadania aktorskie stanowiły dla dzieci uczestniczących w przedsięwzięciu formę arteterapii – umożliwiały im pokonywanie barier i ograniczeń wynikających z ich niepełnosprawności, wzmacniały poczucie własnej wartości i pewności siebie. Podobnie jak w teatrze kamishibai spektakl opatrzony był audiodeskrypcją, co znacznie ułatwiło jego odbiór



Zdjęcia ze spektaklu „Inny nie znaczy gorszy. Historia łaciatego słonia”

przez osoby niewidome i słabowidzące. Opis dotyczył scenografii, kostiumów oraz elementów gry aktorskiej, których osoby z niepełnosprawnością wzroku nie były w stanie zobaczyć.

Kolejnym etapem działań mających na celu wykorzystanie metod arteterapeutycznych było zorganizowanie warsztatów, podczas których zaprojektowano i wykonano książeczkę dotykową o łąciatym słońcu Bombiku. Nawiązywała ona tematem do spektaklu, tworząc z nim pewną całość. Główny element książki to ilustrujące treść obrazki stworzone z różnorodnych materiałów, uzupełnione tekstem zapisanym w czarnodruku i pismem Braille'a.

Kontakt dziecka niewidomego z książką dotykową pozytywnie wpływa na jego rozwój i funkcjonowanie w wielu sferach: wzbudza ciekawość, usprawnia procesy poznawcze, rozwija sprawność manualną i orientację przestrzenną, aktywizuje dotyk, pobudza uwagę, pamięć i wyobraźnię, dostarcza wiedzy o przedmiotach i zjawiskach z otoczenia. Ma nieocenione znaczenie zarówno dla rozwoju intelektualnego, jak i emocjonalnego dziecka. Wspólne czytanie z pełnosprawnym członkiem rodziny, kolegą, nauczycielem czy terapeutą wzmacnia inte-



Książeczka dotykowa. Bajka o łaciatym słońcu Bombiku

grację środowiskową i rówieśniczą. Ilustracje dotykowe stanowią atrakcyjny sposób na rozwijanie komunikacji. Są bazą, na której stopniowo buduje się i doskonali umiejętność precyzyjnego postrzegania za pomocą dotyku, co w dalszej perspektywie umożli-

liwi odczytywanie i rozumienie rysunków wypukłych, zawartych m.in. w podręcznikach szkolnych.

Podsumowanie

Realizacja zadań projektowych przyniosła wiele korzyści. Dzięki współpracy z krajami partnerskimi dostrzegamy różne rozwiązania i inne sposoby radzenia sobie z zagadnieniami z zakresu arteterapii. Wykorzystujemy wiedzę i zdobyte doświadczenie w pracy z naszymi uczniami, co pozwala skuteczniej pomagać im w komunikowaniu się i funkcjonowaniu w życiu codziennym. Mobilności są też okazją do dzielenia się dobrymi praktykami i promowania własnej działalności na poziomie europejskim.

Naszym zamierzeniem jest kontynuowanie pracy nad doskonaleniem i wdrażaniem metod arteterapeutycznych wspomagających rozwój umiejętności komunikacyjnych osób niepełnosprawnych oraz dzielenie się doświadczeniem z rodzinami uczniów, współpracownikami oraz zainteresowanymi osobami spoza naszej placówki.

(Zdjęcia Ewa Sypek)

Moja historia

Piotr Kosakowski

Nazywam się Piotr Kosakowski. Mam 29 lat. Od urodzenia jestem osobą niewidomą. Mam trzy starsze widzące siostry. Opiszę, jak sobie z tą niepełnosprawnością radzę i jak reaguje na to moja najbliższa rodzina. Urodziłem się w Żurominie. Jest to niewielka miejscowość na Mazowszu. Nie widzę z powodu retinopatii wcześniaczej, ponieważ przyszedłem na świat w 28 tygodniu ciąży i ważyłem 970 gramów. Mam odklejoną siatkówkę w obydwu oczach. Po urodzeniu długo leżałem w inkubatorze, gdzie otrzymywałem tlen. Gdy miałem cztery i pół miesiąca, to rodzice dowiedzieli się, że nie widzę i nigdy nie będę widział. Nie było też możliwości leczenia. To był ogromny szok dla rodziców i sióstr. Z opowieści wiem, że w rodzinie był płacz i smutek. Wszystko kręciło się wokół mnie. Rodzice szukali możliwości leczenia niekonwencjonalnego. Jeździli ze mną po różnych znachorach czy uzdrowicielach w Polsce. Szukali też możliwości leczenia za granicą. Kiedy miałem rok i osiem miesięcy, wyjechali ze mną do

kliniki w Bostonie w USA. Tamtejsi lekarze dawali mi około 40% szans na poprawę widzenia. Jednak operacja nie powiodła się. W wieku 5 lat poszedłem do przedszkola w Żurominie. Byłem tam z dziećmi widzącymi. Z tego, co pamiętam, to bawiłem się z nimi. Ale także uczyłem się podstaw alfabetu Braille'a. Wyglądało to tak, że chodziłem raz na jakiś czas do pani, która próbowała mnie nauczyć podstawowych liter. Jednak niewiele mi to dało, ponieważ nie umiałem czytać. Kiedy miałem 8 lat, poszedłem do szkoły dla niewidomych w Laskach koło Warszawy. Był tam również internat. Rodzice bardzo to przeżyli, nie wiedzieli, jak ja się odnajdę. Mama płakała.

Rodzice uznali, że skoro znam podstawy alfabetu, to dam sobie radę i posłali mnie od razu do pierwszej klasy. Jednak nie było tak łatwo. Inne dzieci umiały wyjąć z plecaka zeszyty czy inne rzeczy, a ja z kolei nie wiedziałem, co mam robić i czekałem, aż ktoś mi pomoże. Po kilku tygodniach zostałem przeniesiony do wstępnej klasy, przeznaczonej dla dzieci, które ukończyły przedszkole, ale nie były jeszcze gotowe do rozpoczęcia nauki. Kiedy byłem młodszy, to przez kilka lat miałem żal do rodziców, że nie poszedłem od razu do wstępnej klasy. Jed-

nak mówili mi, że zrobili tak, ponieważ myśleli, że dam sobie radę. Mówili również, że gdyby można było cofnąć czas, to poszedłbym do przedszkola w Laskach, a potem do wstępnej klasy. We wstępnej klasie zacząłem się uczyć czytania i pisania systemem brajla. Ciężko mi powiedzieć, kiedy nauczyłem się całego alfabetu. Jednak myślę, że mogło to trwać około roku lub dwóch lat. W internacie uczyłem się np. zapinania kurtki czy wiązania butów. Z tego, co pamiętam, to nauka wiązania butów sprawiała mi dużo trudności. Nauczyłem się to robić pod koniec podstawówki. W czasie wolnym miałem różne zajęcia, np. gimnastykę korekcyjną czy basen. W późniejszych klasach chodziłem również do szkoły muzycznej. Grałem na fortepianie, jednak nie wychodziło mi to najlepiej. Chodziłem także na konie. Jeśli chodzi o naukę w szkole podstawowej, to uczyłem się przeciętnie. Dodam też, że w klasie było nas około 12 osób. Podobna liczba była w naszej grupie w internacie. Tam uczyłem się, jak wykonywać różne codzienne czynności. Sporo czasu zajęło mi opanowanie umiejętności posługiwania się nożem i widelcem czy nawlekanie pościeli. W czwartej klasie zostaliśmy podzieleni na dwie gru-

py. Ta, w której byłem ja, miała trochę słabszy poziom od równoległej. Spowodowane to było tym, że dwie czy trzy osoby odstawały poziomem nauki od reszty klasy. Tam uczyłem się dobrze. Z tego, co pamiętam, to klasa liczyła siedem osób – trzy dziewczyny i czterech chłopaków. Rodzice po latach powiedzieli mi, że mieli żal do wychowawczynie, która pozwoliła na taki podział. Po ukończeniu szóstej klasy nastąpił kolejny podział. Osoby, które nie radziły sobie z nauką, do gimnazjum poszły do szkoły specjalnej. Natomiast w czasie wakacji Ośrodek organizował różnego rodzaju kolonie. Po ukończeniu drugiej klasy byłem w Karwii nad morzem, potem również w Sobieszewie i Rabce. Z kolei w ciągu roku były organizowane wycieczki czy zielone szkoły. Bardzo dobrze wspominam wyjazd na zieloną szkołę do Zamościa. Byłem wtedy w czwartej klasie szkoły podstawowej. Pamiętam, że znajdował się tam basen z krętą zjeżdżalnią i sauna. W wakacje również jeździłem z rodzicami nad morze.

Jeśli chodzi o naukę w gimnazjum, to uczyłem się przeciętnie. Najbardziej interesowały mnie przedmioty humanistyczne, a przede wszystkim historia i WOS. Największe problemy miałem z matematyką

i angielskim. Z tego, co pamiętam, to klasa liczyła osiem osób. W internacie zmieniałem grupę oraz piętro. Na początku trochę się gubiłem. Również w jadalni czasami siadałem na niewłaściwym krześle. Starsi koledzy z grupy śmiali się ze mnie, jednak po jakimś czasie wszystko było dobrze. W gimnazjum w grupie miałem bardzo fajnych i oddanych wychowawców, bardzo często pomagali w lekcjach czy w czynnościach codziennych, np. ubieranie pościeli. W okresie gimnazjalnym nauczyłem się odkurzać pokój. Nauczyła mnie tego mama. Moje siostry również mi pomagają. Pod koniec podstawówki rozpocząłem kurs z orientacji przestrzennej. Te zajęcia miałem przez 6 czy 7 lat. Bardzo długo poruszałem się tylko po terenie Ośrodka. Do Warszawy zacząłem wyjeżdżać w szkole średniej. Nie ukończyłem kursu. Moja nauczycielka powiedziała mi, że muszę się poruszać z przewodnikiem. Na orientacji jednak poznałem technikę chodzenia z laską. W czasie tych zajęć również miałem zajęcia samoobsługowe. Nauczyłem się na nich rozpoznawać monety, czy podpisywać się imieniem i nazwiskiem w zwykłym druku. Jeśli chodzi o wyjazdy, to w podstawówce jeździłem co tydzień na weekend do domu. W późniejszych

klasach wyjeżdżałem przeważnie co dwa tygodnie. Zawsze przyjeżdżałem też do rodziców na ferie i wakacje. W gimnazjum zrezygnowałem z gry na fortepianie. Przez dwa lata chodziłem na naukę tańca towarzyskiego. Interesuję się sportem, głównie piłką nożną. Moim ulubionym klubem sportowym jest Legia Warszawa. Lubię również słuchać muzyki, głównie popu. Interesuję się także historią najnowszą i polityką. Lubię czytać książki historyczne, kryminały i czasami fantasy. Obecnie słucham audiobooków, ale w dzieciństwie czytałem książki w brajlu. Pamiętam, że w młodszych klasach wychowawcy mówili mi i moim kolegom, żebyśmy czytali minimum 30 minut dziennie. Jeśli chodzi o uprawianie sportu, to na WF-ie biegałem na 60 metrów, czy grałem w piłkę toczoną dla niewidomych – goalballa. W piłce znajdują się dzwoneczki, dzięki którym osobie niewidomej łatwiej ją zlokalizować. W rozgrywanym meczu uczestniczą dwie drużyny, które mają po trzech graczy. W wakacje wyjeżdżałem na obozy sportowe. Po pierwszej klasie gimnazjum byłem w Mrozach koło Ełku, a rok później – w Okunince. W Mrozach pierwszy raz jechałem na tandemie i płynąłem kajakiem

z przewodnikiem. Po gimnazjum złożyłem papiery do technikum masażu. W ośrodku znajduje się jeszcze technikum informatyczne, liceum ogólnokształcące i szkoła zawodowa. Później zostało otworzone studium administracji, tyfloidinformatyczne i masażu.

Część osób w Laskach odradzała mi pójście do technikum, ponieważ nie miałem zdolności manualnych. Jednak chciałem spróbować, jak sobie będę radził. Moja rodzina również miała takie samo zdanie jak ja. I dostałem się. Pierwsza klasa technikum była połączona z liceum. Było nas jedenaście osób. Rok później był podział na klasę licealną i technikum i wtedy nasza klasa liczyła już tylko sześć osób. Na początku dawałem sobie radę z nauką, jednak w drugiej klasie, kiedy doszedł masaż, było mi ciężko. W następnym roku zrobiło się już bardzo trudno, miałem problemy z technikami masażu. Uznałem, że trzeba przerwać naukę w technikum i tak właśnie zrobiłem. Następnie przez 4 lata realizowałem program liceum, ukończyłem i poszedłem do matury. Niestety nie zdałem egzaminu z matematyki. W sierpniu miałem poprawkę i na szczęście się udało. W internacie poszedłem do nowej grupy. Tam też

na początku nie dogadywałem się ze starszymi chłopakami. Zdarzało się, że po zajęciach nie miałem zostawionej kolacji. Jednak po jakimś czasie moje relacje z kolegami się poprawiły.

Kiedy byłem w pierwszej klasie technikum, zacząłem spotykać się z dziewczyną, która też jest niewidoma. W wakacje byliśmy razem na obozach sportowych, organizowanych przez Ośrodek. Po kilku latach rozstaliśmy się. Niestety w pierwszej klasie technikum miało miejsce nieciekawe wydarzenie. Moja klasa, wraz z kilkoma innymi, była na wycieczce w Szczawnicy. Pewnego dnia pojechaliśmy na wycieczkę do aquaparku na Słowacji. Przez jakiś czas nie było mnie na basenie, ponieważ zgubiłem się w szatni. Odnalazła mnie pani z obsługi i zaprowadziła do osób z Lasek. Pani wychowawczyni mnie przepraszała. Później już na szczęście nic takiego się nie wydarzyło.

Po pierwszej klasie liceum w domu miałem kupiony tandem. Co roku, głównie w lato jeżdżę nim z kimś z rodziny.

Po skończeniu szkoły średniej, z powodu niezdanej matury z matematyki w pierwszym terminie,

złożyłem podanie o przyjęcie do studium administracji w Laskach. Dostałem się tam. W studium miałem przedmioty związane z prawem i finansami. Uczyłem się dobrze. Tak jak wspomniałem, zdałem poprawkową maturę z matematyki. Niestety nie zdałem egzaminu końcowego z administracji. Z racji tego, że złożyłem papiery na studia w Toruniu na Uniwersytet Mikołaja Kopernika i się tam dostałem, to nie miałem już czasu, żeby podejść do poprawkowego egzaminu. Wracając do mojego pobytu w studium, to wtedy również mieszkałem w internacie, gdzie byli sami chłopcy. W szkole policealnej chodziłem do chóru laskowskiego Leśne ptaki, natomiast w ostatnim roku miałem emisję głosu. W 2014 roku ukończyłem naukę i odszedłem z Ośrodka w Laskach. Pobyt w tej placówce wspominam dobrze, jednak uważam, że internaty chłopaków i dziewczyn powinny być połączone. Natomiast są oddalone od siebie o kilkaset metrów. Również nie podobało mi się to, że spotkania chłopaków z dziewczynami były do godziny dwudziestej. Myślę, że mogły trwać do około dwudziestej pierwszej. Jednak zawdzięczam wychowawcom i nauczycielom z Lasek to, że mogłem poznać alfa-

bet Braille'a i nauczyłem się podstawowych czynności, które są potrzebne do funkcjonowania w życiu.

Dostałem się na politologię do Torunia na Uniwersytet im. Mikołaja Kopernika. Wybrałem UMK, ponieważ wiedziałem, że na uczelni są asystenci, pracownicy biura do spraw osób niepełnosprawnych, którzy przerabiają materiały do postaci elektronicznej. Również moja rodzina miała takie samo zdanie. Niestety w Toruniu nie było możliwości skorzystania z kursu orientacji przestrzennej, ale asystenci mogli chodzić ze studentami niepełnosprawnymi na zajęcia. Ja prosiłem, by towarzyszyli mi na wykładach, na których wyświetlano slajdy. Była też możliwość dowożenia studentów na uczelnię, z tego rozwiązania również korzystałem. W tym czasie kiedy ja studiowałem, na uczelni było dwóch kierowców, którzy dowozili studentów na uczelnię czy na przykład na przystanek autobusowy. Pomagali również w zrobieniu zakupów. Poza mną na uniwersytecie nie było studentów niewidomych. Za to wielu było niepełnosprawnych ruchowo. Jeśli chodzi o mieszkanie w akademiku, to miałem pokój jednoosobowy. Raz byłem na Juwenaliach, grał wtedy zespół Enej.

Na uczelni też miałem bardzo fajną grupę. Koledzy chętnie mi pomagali np. w dojściu do sali na zajęcia, czy skorzystaniu z ich notatek. Jednak przez pierwsze dwa tygodnie, nie wiedzieli, jak się w stosunku do mnie zachować. Na roku na początku było nas około 30 osób. Licencjat skończyła mniej więcej połowa. Ciekawe było to, że około 10 osób miało ponad 40 lat, ponieważ uczelnia otworzyła dla nich studia na politologii. Były to studia dzienne, chociaż z racji tego, że te osoby pracowały, to większość zajęć odbywała się popołudniami. Na niektóre przedmioty, te dodatkowe, chodziłem jako jedyny z naszej grupy. Rejestracja na zajęcia była prowadzona przez Internet, tutaj również ktoś mi pomagał, ponieważ system nie był dostępny dla osób niewidomych. W 2017 r. ukończyłem studia na poziomie licencjackim i złożyłem papiery na politologię, na studia drugiego stopnia w to samo miejsce. Myślałem o zmianie kierunku na historię, ale uznałem, że jednak zostanę. Kierowałem się głównie tym, że miałem tu kolegów z którymi się zżyłem. Również byłem ciekawy, co będzie na studiach magisterskich z politologii. Doostałem się. Na roku było nas dziewięcioro, doszedł

kolega, który ukończył studia licencjackie z filozofii. Natomiast pozostałe osoby to te, które studiowały ze mną wcześniej, w tym cztery osoby w wieku 40+. Jeśli chodzi o egzaminy, to zdawałem je przeważnie ustnie, chociaż np. angielski musiałem zdawać pisemnie. Na studiach miałem przedmioty związane z historią XX wieku w Polsce i na świecie, z prawem administracyjnym i autorskim. Również miałem podstawy prawa ogólnego. Uczyłem się także o kampaniach wyborczych na marketingu politycznym. Miałem przedmioty związane z filozofią, socjologię ogólną i metody badawcze. Na WF chodziłem na siłownię. Tam był ze mną asystent, który pomagał mi w przemieszczaniu się po niej. Kiedy ukończyłem WF, to wprowadzono zajęcia sportowe dla osób niepełnosprawnych. Ja też na nie chodziłem. Szkoda, że osoby niepełnosprawne mogły korzystać tylko z siłowni, dla osób pełnosprawnych był jeszcze basen, piłka nożna czy tenis ziemny. Na pierwszym roku studiów miałem logikę. Inni studenci ode mnie z roku rozwiązywali działania przy tablicy, ja natomiast kilka razy przedstawiałem referaty. Miałem poprawki z socjologii, metod i technik badawczych

oraz ze statystyki, ale zdałem je. Wykładowcy byli w stosunku do mnie życzliwi. Czasami zdarzały się trudności, na przykład wykładowca z socjologii nie chciał mi udostępnić slajdów, dlatego asystent, który chodził ze mną na zajęcia, robił mi notatki. Inny profesor umówił się ze mną na egzamin i nie przyszedł. Na szczęście w terminie egzaminu osoby z roku miały zajęcia z doktorantem. On zadzwonił do wykładowcy w mojej sprawie i odbyłem egzamin. Pod koniec czerwca tego roku obroniłem pracę magisterską. Od ponad roku mam dziewczynę, która jest niewidoma. Paulinę znam z Lasek, tylko że ona ukończyła je w 2018 r. Od lipca mieszkam w Warszawie, podjąłem 3-miesięczny staż w Polskim Związku Niewidomych w ramach projektu, który jest przeznaczony dla niewidomych studentów z województwa mazowieckiego lub którzy studiują na uczelni z Mazowsza bądź są 2 lata po studiach. W przyszłości chciałbym założyć rodzinę i mieć własne mieszkanie. Jeśli chodzi o sprawy zawodowe, to interesuje mnie praca biurowa np. związana z wyszukiwaniem w Internecie informacji prawnych związanych z osobami niepełnosprawnymi. Również myślałem o przepisy-

waniu tekstów z nagrań. Myślę, że mógłbym kiedyś przejść jakieś szkolenie i podjąć się tego zadania. Od niedawna również myślę, że mógłbym spróbować podjąć pracę w centrali telefonicznej, jeśli jeszcze człowiek będzie potrzebny do obsługi, coraz częściej są centrale automatyczne. Chciałbym również, żeby godziny i dni pracy były elastyczne. Ale przede wszystkim moim marzeniem jest założenie własnej rodziny i poradzenie sobie z obowiązkami prywatnymi i zawodowymi.

Turnus w Laskach

Dorota Gronowska, Beata Zięba – tyflopedagodzy z Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych w Laskach

Tradycyjnie, tuż po zakończeniu roku szkolnego rozpoczął się w Ośrodku Szkolno-Wychowawczym dla Dzieci Niewidomych w Laskach turnus usprawniająco-rekreacyjny dla dzieci niewidomych i słabowidzących zorganizowany przez Polski Związek Niewidomych we współpracy z Towarzystwem Opieki nad Ociemniałymi. Uczestniczyło w nim 24 dzieci w wieku od trzech do dwunastu lat wraz z rodzicami, opiekunami i rodzeństwem. Wykwalifikowaną kadrę turnusu stanowili głównie tyflopedagodzy zatrudnieni w Ośrodku w Laskach. Zajęcia odbywały się w wyposażonych w pomoce dydaktyczne i optyczne salach szkoły podstawowej, przedszkola, biblioteki i innych.

W czasie dwóch tygodni dzieci brały udział w wielu specjalistycznych zajęciach, dostosowanych do ich potrzeb i możliwości, m.in. w edukacyjnych,

terapii widzenia, orientacji przestrzennej oraz bezpiecznego i samodzielnego poruszania się, czynności życia codziennego, w rehabilitacji ruchowej, jak również w terapii logopedycznej i psychologicznej.

W trakcie **zajęć edukacyjnych** wykorzystywano pomoce przygotowujące uczniów do nauki pisma Braille'a, a więc układanki fakturowe, sześciopunkty, przewlekanki, maszynę brajlowską, karty pracy z wypukłymi liniami, a także figurami do nazywania i porównywania. Uczniowie słabowidzący w wieku przedszkolnym pracowali nad sprawnością ręki, wykonując ćwiczenia grafomotoryczne, które ułatwią im naukę pisania. Dzieci posługujące się pismem brajla doskonaliły tę technikę poprzez czytanie wyrazów na małych karteczkach, układanie i zapisywanie zdań z rozsypanek, czytanie tekstów z podręczników i kart pracy.

Zajęcia z **terapii widzenia** były przeprowadzane indywidualnie i były dostosowane do możliwości wzrokowych każdego dziecka. Na początkowych zajęciach przeprowadzano diagnozę funkcjonalną możliwości wzrokowych. Do wyników diagnozy dostosowywano plan terapii i konkretne ćwiczenia. Na

zajęciach uczono dzieci, jak mają korzystać z możliwości wzrokowych, jak je wykorzystywać w codziennym życiu i jak interpretować plamy barwne, które dochodzą do ich układu wzrokowego. Dzieci uczyły się interpretować grafikę, a jeżeli miały takie możliwości wzrokowe, uczyły się pisać i czytać zwykłym drukiem z pomocami optycznymi. Ponadto ćwiczano wykorzystywanie wzroku w poruszaniu się i patrzeniu do dalszych odległości (jeżeli stan wzroku na to pozwalał).

Zajęcia z psychologiem miały na celu zapewnienie wsparcia zarówno uczniom, jak i ich rodzicom. Zajęcia z dziećmi były dostosowane do ich potrzeb i możliwości w zakresie rozwoju poznawczego, emocjonalnego i społecznego. Poprzez rozmowę i odpowiednio dobrane ćwiczenia rozwijano umiejętności m.in.: rozpoznawania, nazywania i właściwego wyrażania emocji, rozumienia sytuacji społecznych, zachowywania się w sposób adekwatny do okoliczności, radzenia sobie w sytuacjach trudnych. Stymulowano również funkcje poznawcze: pamięć, koncentrację uwagi, myślenie logiczne i przyczynowo-skutkowe. Podczas zajęć z dziećmi młodszymi

oraz o szczególnych potrzebach wynikających z niepełnosprawności sprzężonej koncentrowano się na rozwijaniu umiejętności podejmowania interakcji, dzielenia uwagi, rozumienia podstawowych pojęć i poleceń. Spotkania z rodzicami pozwalały na omówienie trudności wychowawczych oraz możliwych form wspierania rozwoju dzieci.

Zajęcia z orientacji przestrzennej na turnusie rehabilitacyjnym polegały głównie na dobraniu odpowiednich pomocy w poruszaniu się (długa laska, koło hula-hoop, techniki poruszania się z przewodnikiem) oraz diagnozowaniu poziomu rozwoju wyobraźni przestrzennej dziecka i dobraniu odpowiednich ćwiczeń, tak aby rodzic mógł ćwiczyć z dzieckiem, bawiąc się w warunkach domowych. W czasie zajęć pracując z dzieckiem, uczono rodzica, w jaki sposób ma ćwiczyć ze swoją córką lub swoim synem w ciągu roku, na co zwracać uwagę. Doskonalono:

- techniki poruszania się z widzącym przewodnikiem,
- techniki poruszania się z pomocami przedlaskowymi (np. kołem hula-hoop), przygotowującymi do poruszania się z długą laską,

- techniki poruszania się z długą laską,
- prawidłowe rozumienie i adekwatne używanie pojęć przestrzennych,
- orientację w schemacie ciała na sobie i na drugiej osobie,
- umiejętność wyobrażenia sobie zmiany położenia ciała w stosunku do obiektu,
- czytanie planów wypukłych,
- tworzenie planów wypukłych.



Zajęcia z elementami metody Weroniki Sherborne

Na zajęciach z zakresu orientacji przestrzennej uczono się także, jak wykorzystywać wszystkie zmysły w orientowaniu się w przestrzeni, interpretować dźwięki odbite, zmiany nawierzchni, rozpoznawać zapachy, lokalizować słońce itp.

Dzieci uczestniczyły też w zajęciach ceramicznych, sportowych, z elementami metody Weroniki Sherborne oraz muzyczno-ruchowych. Dużą radość sprawiała dzieciom hipoterapia i dogoterapia oraz zajęcia na basenie.



Wycieczka rowerowa

Przez cały czas dopisywała nam słoneczna pogoda, chętnie używano więc rowerów i tandemów. Odbyła się również zorganizowana przez pana Adama wycieczka na tandemach na Polanę Jakubów.

W pierwszym tygodniu pani Basia poprowadziła cykl zajęć integracyjnych, dzieci i rodzeństwo mogli lepiej się poznać, pobawić się w Indian, pograć w różne gry planszowe i nie tylko, a także rywalizować ze sobą w teleturnieju „Jaka to melodia”.

Miło nam było gościć Zespół Wiśniewscy Brothers – duet muzyczny dwóch niewidomych braci – Adama i Krzysztofa Wiśniewskich, którzy wystąpili z pięknym recitalem, a także na własnym przykładzie pokazali, jak sobie radzić, będąc niewidomym.

W sobotę w całych Laskach pięknie pachniało, siostra Olga w przedszkolu, a pani Basia w szkole wraz ze wszystkimi, małymi i dużymi, piekły smaczne i aromatyczne ciasteczka.

Podczas turnusu dla rodziców organizowano konsultacje ze specjalistami. Szczególnie wartościowe dla opiekunów niepełnosprawnych dzieci było spotkanie z psychologiem, panem Jackiem Kielinem. Pan Kielin poprowadził wykład „Jak rozmawiać ze swoim dzieckiem”, następnie wszyscy zaintere-

sowani rodzice mieli możliwość indywidualnych konsultacji ze specjalistą.

Odbyły się także dwa spotkania z niewidomymi absolwentami Lasek: z Panem Pawłem Wdówikiem i jego rodziną oraz z Panem Damianem Reśkiewiczem, którzy pokazali nowoczesne technologie ułatwiające funkcjonowanie i wykonywanie wielu czynności osobom z dysfunkcją wzroku.

Również rodzeństwo dzieci przebywających na turnusie miało swoje warsztaty „Jak niewidomy poznaje świat”, które cieszyły się bardzo dużym zainteresowaniem.

Odbyły się także dwie wycieczki. Jedna – do Łazienek Królewskich, gdzie odwiedziliśmy Starą Oranżerię, poznaliśmy najważniejsze dzieła z kolekcji rzeźb Stanisława Augusta i samodzielnie zrobiliśmy odlew z gipsu w królewskiej formiarni, a młodsze dzieci wraz z przewodnikiem udały się na spacer dydaktyczny po Królewskich Ogrodach, poznając ich faunę i florę. Na zakończenie wycieczki, w cieniu drzew, posłuchaliśmy fragmentu Koncertu Chopinowskiego. Druga wycieczka odbyła się do Centrum Nauki Kopernik, gdzie każdy szukał dla siebie cze-

gość interesującego, a najmłodsze dzieci sporo czasu spędziły na Wystawie Bzzz!

W czasie turnusu przyjechał do nas, po raz kolejny już – ale z nowym, pięknym przedstawieniem interaktywnym „Dźwiękogramie” – Teatr Małego Widza z Warszawy. Natomiast Teatr Urwis zaprosił nas wraz z Pippi Wędrowniczką na poszukiwanie jej taty, podczas tej wędrówki poznawaliśmy elementy kultury różnych zakątków świata, w tym ubioru, obyczajów, muzyki itp.

Odwiedził nas również Pan Roman ze swoimi zwierzętami. Tym razem przywiózł ze sobą żółwia, myszki, królika i kilka innych ulubieńców dzieci.

W czwartkowy wieczór Pan Marek Wójcicki zaprosił nas wszystkich – dzieci, rodziców, babcię, rodzeństwo, terapeutów na spotkanie przy piosence, muzyce i tańcu. Nie zabrakło również czasu na rozgrywkę w showdowna oraz na mecz w goalballa.

Po grze terenowej, sprawdzającej zdobyte umiejętności i wiadomości na turnusie, Pan Tomasz Tokarski poprowadził wspólne muzykowanie, dzieci zaprezentowały, czego nauczyły się podczas tych dwóch tygodni. Wszyscy uczestnicy otrzymali pa-

miątkowe medale, a dzieci i rodzice przekazali podziękowanie dla wszystkich pracujących na turnusie.



Pamiątkowy medal

(Zdjęcia Beata Zięba)

Świadczenie uzupełniające dla osób z niepełnosprawnościami

[Krzysztof Wiśniewski](#) – prawnik, Biuro Pełnomocnika Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych

Jednym z postulatów protestu rodziców dzieci z niepełnosprawnościami, który miał miejsce w maju ubiegłego roku było przyznanie dodatkowego świadczenia w kwocie 500 złotych. Wówczas powyższa propozycja nie znalazła uznania u przedstawicieli rządu.

Gdy wydawało się, że szanse na przyznanie dodatkowego wsparcia finansowego osobom niepełnosprawnym są znikome, tuż przed wyborami do Parlamentu Europejskiego premier Mateusz Morawiecki zapowiedział przygotowanie ustawy przyznającej tym osobom świadczenie w kwocie 500 złotych.

Ustawa o świadczeniu uzupełniającym dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji została uchwalona w trybie ekspresowym i podpisana przez Prezydenta – wejdzie w życie 1 października 2019 roku. Poniżej przedstawiam szczegółowe informacje dotyczące świadczenia uzupełniającego.

Świadczenie uzupełniające przysługiwać będzie osobom pełnoletnim, całkowicie niezdolnym do pracy oraz do samodzielnej egzystencji. Będzie to kwota do 500 złotych miesięcznie, przy czym łączna kwota tego świadczenia i świadczeń finansowanych ze środków publicznych – renty socjalnej, renty z tytułu niezdolności do pracy nie może przekroczyć 1600 złotych. W związku z tym osoby, które pobierają w chwili obecnej świadczenia nieznacznie przekraczające wysokość najniższej renty z tytułu całkowitej niezdolności do pracy (obecnie wynosi ona 1100 zł), będą również miały możliwość ubiegać się o przyznanie świadczenia uzupełniającego. Na przykład osoba, która otrzymuje rentę z tytułu niezdolności do pracy w wysokości 1300 zł otrzyma 300 zł świadczenia uzupełniającego. Jest to tak zwana zasada złotówka za złotówkę.

Warto zaznaczyć, że wspomniane świadczenie przysługuje bez względu na osiągnięte dochody z pracy. Otrzymują je również osoby pobierające między innymi zasiłek pielęgnacyjny, alimenty czy rentę rodzinną.

Do uzyskania świadczenia niezbędne będzie posiadanie jednego z wymienionych w ustawie orze-

czeń: o całkowitej niezdolności do pracy i samodzielnej egzystencji, o niezdolności do samodzielnej egzystencji, o całkowitej niezdolności do pracy w gospodarstwie rolnym i samodzielnej egzystencji albo o całkowitej niezdolności do służby i samodzielnej egzystencji.

Od 1 października bieżącego roku wniosek o świadczenie uzupełniające będzie można złożyć do organu wypłacającego świadczenia emerytalno-rentowe, a w przypadku osób nieposiadających prawa do świadczeń finansowanych ze środków publicznych lub mających prawo do świadczeń pieniężnych z pomocy społecznej - konkretnie do Zakładu Ubezpieczeń Społecznych.

Świadczenie przysługiwać będzie od miesiąca, w którym zostały spełnione warunki wymagane do jego przyznania, nie wcześniej niż od miesiąca, w którym zgłoszono wniosek.

Należy zaznaczyć, iż organ wypłacający świadczenie nie będzie mógł dokonywać potrąceń i egzekucji z omawianej formy wsparcia. Świadczenie nie będzie też wliczać się do dochodów przy ustalaniu prawa do dodatku mieszkaniowego, świadczeń pieniężnych z pomocy społecznej itp.

Kwota świadczenia nie będzie też zaliczana do dochodów będących podstawą odliczenia wydatków w ramach ulgi rehabilitacyjnej.

Osoby obecnie pobierające rentę socjalną, które nie mają orzeczenia o niezdolności do samodzielnej egzystencji, będą musiały wystąpić tylko o stwierdzenie takiej niezdolności. Podobnie osoby posiadające orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności będą musiały wystąpić do ZUS tylko o orzeczenie potwierdzające niezdolność do samodzielnej egzystencji. Ustawa przewiduje sześciomiesięczny termin na uzyskanie wspomnianego orzeczenia.

Zdaniem resortu rodziny, pracy i polityki społecznej świadczenie uzupełniające będzie przysługiwało również osobom posiadającym ważne orzeczenia o zaliczeniu do pierwszej grupy inwalidzkiej wydane przed 1997 r. przez Komisję Lekarską ds. Inwalidztwa i Zatrudnienia. Jest to zgodne z zasadą praw nabytych, zatem wspomniane osoby otrzymają świadczenie bez potrzeby ponownego orzekania.

Osoby, które ukończyły 75 lat, będą musiały uzyskać orzeczenie o niezdolności do samodzielnej

egzystencji. Zgodnie z ustawą osoba, która dziś nie ma orzeczenia o niezdolności do samodzielnej egzystencji, mająca jednocześnie problemy z poruszaniem się, będzie mogła być orzeczona przez lekarza orzecznika w miejscu swojego zamieszkania.

Szczególne uprawnienia dla osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności

Krzysztof Wiśniewski

Od 1 lipca 2018 roku w polskim ustawodawstwie obowiązuje akt prawny, którego głównym celem jest ułatwienie dostępu do służby zdrowia osobom niepełnosprawnym posiadającym orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności. Mowa o ustawie z dnia 9 maja 2018 r. o szczególnych rozwiązaniach wspierających osoby o znacznym stopniu niepełnosprawności (Dz.U. z 2018 r., poz. 932 ze zm.).

W związku z licznymi trudnościami, jakie napotykają pacjenci ze znacznym stopniem niepełnosprawności w wyegzekwowaniu przyznanych uprawnień w placówkach służby zdrowia, przedstawiam krótkie omówienie rozwiązań zawartych w przytoczonej ustawie.

Zniesienie okresów użytkowania wyrobów medycznych

Pacjentom ze znacznym stopniem niepełnosprawności przysługuje prawo do wyrobów medycznych wydawanych na zlecenie według wskazań me-

dycznych bez uwzględnienia okresów użytkowania.

O potrzebie zaopatrzenia w te wyroby decyduje każdorazowo osoba uprawniona do wystawienia zlecenia, czyli w zależności od refundowanej pomocy lekarz rodzinny lub specjalista.

Warto pamiętać o tym, że ustawa nie znosi limitów dofinansowania wyrobów medycznych określonych w Rozporządzeniu Ministra Zdrowia w sprawie wyrobów medycznych wydawanych na zlecenie (Dz. U. z 2017 r., poz. 1061, ze zm.). Na przykład osoba niewidoma legitymująca się znacznym stopniem niepełnosprawności obecnie może ubiegać się o refundację białej laski w zależności od jej potrzeb, a nie raz na pół roku. Limit dofinansowania pozostaje bez zmian i wynosi 100 złotych.

Żeby skorzystać poza kolejnością ze świadczeń opieki zdrowotnej oraz ambulatoryjnych świadczeń specjalistycznych bez skierowania, osoba ze znacznym stopniem niepełnosprawności powinna udać się do placówki medycznej, która ma podpisaną umowę z NFZ, a następnie zgłosić się do rejestracji i wraz z dokumentem tożsamości okazać dokument potwierdzający posiadanie znacznego stopnia niepełnosprawności.

Zgodnie z ustawą doraźne świadczenia opieki zdrowotnej udzielane są poza kolejnością. W przypadku świadczeń ambulatoryjnej opieki zdrowotnej powinno ono zostać udzielone w dniu zgłoszenia – nie później niż w ciągu 7 dni roboczych od dnia rejestracji. Z kolei uzyskanie świadczenia szpitalnego również powinno mieć miejsce w dniu zgłoszenia, a jeżeli udzielenie świadczenia w tym dniu nie będzie możliwe, należy zrealizować je w innym terminie, poza kolejnością przyjęć wynikającą z prowadzonej przez placówkę medyczną listy oczekujących.

Zgodnie z omawianym aktem prawnym osoby ze znacznym stopniem niepełnosprawności mają możliwość zarejestrowania się w celu uzyskania świadczenia z zakresu ambulatoryjnej opieki specjalistycznej bez przedstawienia skierowania, które jest wymagane w przypadku nieuprawnionych pacjentów. Skierowanie od lekarza pierwszego kontaktu bądź specjalisty należy dostarczyć w późniejszym terminie.

Bez kolejki w aptece

Osoby posiadające orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności mogą korzystać z usług farmaceutycznych na takich samych zasadach jak inne grupy uprzywilejowane.

„Wszystkie uprzywilejowane osoby, w tym ze znacznym stopniem niepełnosprawności, mają prawo do korzystania poza kolejnością z usług udzielanych w aptekach. Mogą bez kolejki podejść do okienka, a farmaceuta ma obowiązek udzielić im pomocy”.

Ułatwienia w dostępie do świadczeń rehabilitacyjnych

Jednym z celów ustawy jest umożliwienie pacjentom ze znacznym stopniem niepełnosprawności nielimitowanego dostępu do rehabilitacji.

Na ten cel Narodowy Fundusz Zdrowia przeznaczył dodatkowe środki finansowe.

Zmiany w prawie dające dodatkowe przywileje osobom ze znacznym stopniem niepełnosprawności z pewnością są krokiem we właściwym kierunku, jednak na tym nie powinno się poprzestawać.