



11. poglavlje

Kako pomoći djetetu da zna gdje se nalazi (orijentacija)

Rani je mala slijepa djevojčica, rođena u jednom selu u Indiji. Njena baka je također slijepa i pokazala je Jeevanu i Aruni, Raninim roditeljima, kako će poučavati Rani. Do dvije godine starosti Rani je naučila opipom pronalaziti put uza zidove i namještaj. Kretala se polako, pažljivo prstima ispitujući svaki otvor, izbočinu i pukotinu. Sada je njena obitelj želi naučiti kretati se po kući bez pridržavanja za stvari.



Danas baka objašnjava Jeevanu i Aruni kako ona uči doći od jednog do drugog mjesta. «Kada želim doći od ulaznih vrata do svog omiljenog stolca, prelazim 8 koraka. Tako ću proći pored stola. Zatim se okrenem nalijevo i pređem još 4 koraka. Potom ispružim ruku i provjerim je li stolac tamo jer se sjećam da ga je jednom netko pomaknuo pa sam sjela u prazno!» nasmije se baka prisjećajući se toga.

No, bakina priča nije smiješna. Važno je da razumijemo kako je teško slijepom djetetu naučiti snalaziti se u prostoru. Da bi naučila hodati bez pridržavanja, Rani će morati zapamtiti svaki detalj – koliko koraka prijeći i koliko se okrenuti. Njena obitelj mora biti strpljiva jer će joj za to trebati puno napora i vježbe.

Kako se dijete uči snalaziti

Dijete koje vidi koristi se vidom da bi znalo gdje se nalazi i gdje je neki predmet. Dijete oštećena vida također mora znati te stvari, ali ono mora naučiti koristiti se svojim drugim osjetilima. Kada to nauči, moći će se kretati po kući i kasnije postati aktivno u društvu. Da se nauči snalaziti:

mora naučiti gdje je njegovo tijelo u odnosu na razne predmete



mora naučiti gdje se nalazi pojedini predmet u odnosu na druge predmete



Vi možete pomoći svom djetetu da nauči vještine snalaženja u prostoru: (1) poučavajući ga o njegovu tijelu i načinima kretanja, (2) pomažući mu da razvije osjetila kojima spoznaje važne informacije o svojoj okolini i (3) smišljajući što mu može poslužiti kao orijentir oko vašeg doma i u susjedstvu.

SVIJEST O TIJELU

Dijete uči nazive dijelova tijela promatrajući i oponašajući druge ljude. Dijete Oštećena vida naučit će nazive različitih dijelova tijela kada ga naučite koristiti se osjetilima sluha i dodira. O aktivnostima koje pomažu malom djetetu da upozna svoje tijelo i razvije osjetila, pogledajte 5. poglavlje: Aktivnosti za malo dijete. Mnoge od tih aktivnosti su dobre i za stariju djecu.

► Kako da pomognete djetetu naučiti nazive različitih dijelova tijela

Smislite igre u kojima tražite da dijete izvodi razne stvari s različitim dijelovima svoga i vašega tijela. Da biste znali odakle krenuti, evo nekoliko primjera:

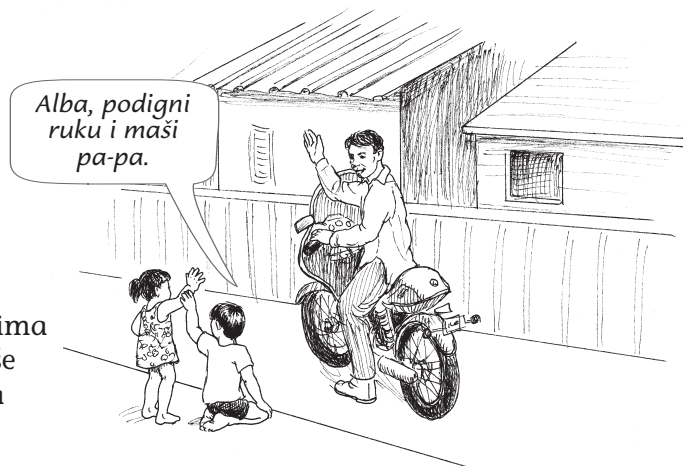
Zamolite dijete da dodirne dio svoga tijela i zatim isti dio na vašemu tijelu.



Recite djetetu da se kotrlja po podu i kaže kako se zovu dijelovi tijela koji dodiruju pod. To je i dobra igra za više djece.



Zamotajte komad tkanine oko raznih dijelova djetetova tijela i tražite da ga skine. Objasnite kako se zove koji dio tijela i čemu služi.



Potaknite dijete da kima glavom, rita se i maše – i kaže koji dio tijela koristi.

► **Kako da pomognete djetetu naučiti kakav je odnos između njegova tijela i drugih predmeta**

Vaše dijete mora naučiti pojmove kao što su «ispred tebe» i «s tvoje lijeve strane» da bi znalo gdje se što nalazi. Evo nekoliko načina da mu pomognete naučiti ih.

Pokušajte mu privući pažnju bučnom igračkom. Recite mu gdje se igračka nalazi – **ispred**, **iza** ili s **lijeve** ili **desne** strane. Zatim pomaknite igračku, recite mu gdje se nalazi i promatrajte može li je samo pronaći.

Sada je zvečka iza tebe. Možeš li je pronaći?

Ako ima problema s razlikovanjem lijeve i desne strane, na zapešće mu svežite vrpču ili stavite narukvicu.



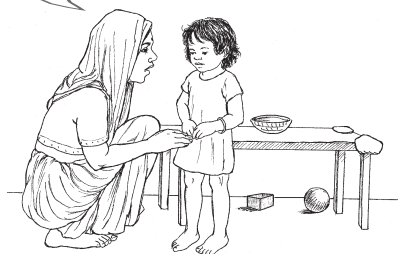
Roibita, da vidimo koliko kamenova možeš podići desnom rukom. Zatim ih stavi na lijevo koljeno.

Nakon što nauči razlikovati lijevu i desnu stranu tijela, dajte mu različite predmete i tražite da ih stavi na jednu ili drugu stranu. Postupno otežavajte igre.



Sakrila sam loptu ispod stola. Da vidimo možeš li je pronaći.

Smislite igru u kojoj se ono provlači ispod nečega (npr. stola ili kreveta), penje na nešto (npr. krevet), prolazi između ili oko predmeta (npr. stola i stolaca), prolazi kroz nešto (npr. vrata) ili se ulazi u nešto (npr. veliku kutiju). Objasnite mu svaku od ovih vrsta kretanja.



Prvo hajde naprijed, a zatim lijevo da bi došla do lopte...

Smislite različite igre u kojima se mora kretati naprijed, nazad ili u stranu da bi pronašlo igračku. Objasnite mu svaku vrstu kretanja. Ako smislite pjesmu koja spominje sve vrste kretanja, dijete će ih lakše zapamtiti.

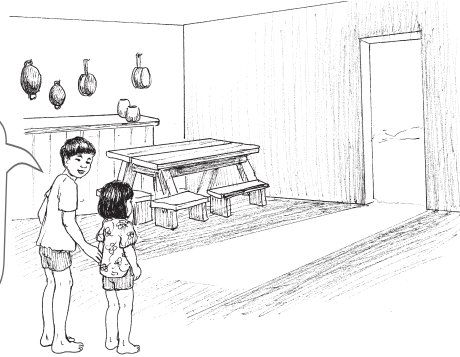


Vid

Djeca s ostatkom vida mogu se poslužiti vidom da si pomognu u snalaženju, pogotovo ako im i vi pomognete.

Ako vaše dijete vidi svjetlost, dajte mu upute koristeći se izvorom svjetlosti kao polaznom točkom.

Kada vidiš svjetlost koja dolazi kroz vrata, stol za kojim jedemo je s lijeve strane.



Moj krevet je pored svjetla.

Ako vaše dijete vidi svjetlo, ostavite uključenu lampu tako da se može snaći kada uđe u sobu.



Stavite svjetlo tamo gdje se mijenja visina poda ili pored nečega što dijete mora primijetiti da bi se moglo sigurno kretati.



Ovdje je žuta traka. To znači da su ovo Juanina vrata.

Ako vaše dijete vidi jarke boje, stavite različito obojane tkanine, trake, predmete ili različito obojite vrata i razna druga mjesta izvan kuće. Kada vidi boju, dijete će znati gdje se nalazi.

Sluh

Sluh je posebno važan za dijete koje oštećena vida jer mu pruža informacije o stvarima koje nisu u blizini. Zvukovi pomažu slijepom djetetu da primijeti nešto, shvati što je to, gdje se nalazi i koliko je udaljeno. Što češće možete, dovedite dijete da dotakne predmet koji proizvodi zvuk .

► **Kako pomoći djetetu da prepozna zvukove i smjesti ih u prostor**

Igrajte igru u kojoj dijete imenuje svakodnevne zvukove u kući i vašoj zajednici – kao što je zvuk zatvaranja vrata, stolac koji struže o pod ili šivaća mašina.



Igrajte igru pogađanja u kojoj dijete prepoznaje članove obitelji i životinje po zvukovima koje obično proizvode.



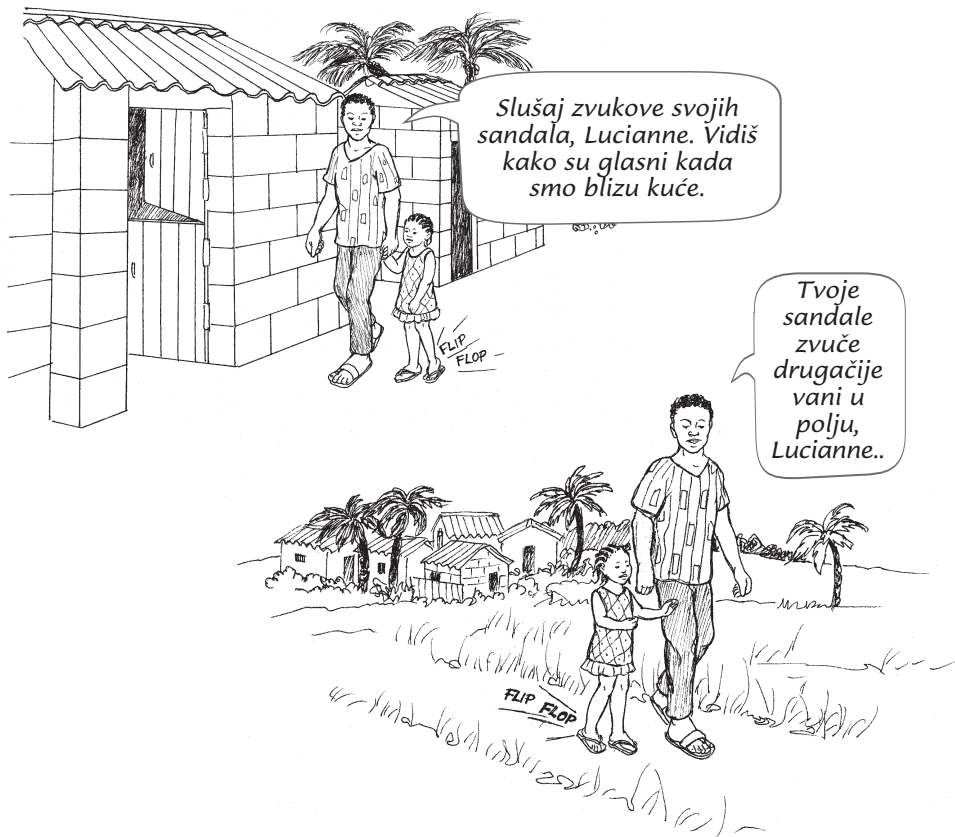
Također, možete reći djetetu da se kreće prema zvuku.



Neka dijete sluša zvuk vaših koraka dok hodate prema njemu i zatim od njega. Promatrajte može li prepoznati u kojem smjeru hodate. Možete i pljeskati dok se približavate i udaljavate. Zatim se zaustavite i recite mu da vas pronade.



Nučite dijete da obrati pažnju na to kakav je zvuk njegovih koraka (ili štapa) kada je blizu kuće ili zida, a kakav kada je na otvorenom prostoru. Uz vježbu, dijete može po ovim zvukovima naučiti procijeniti udaljenost stvari. Te vještine će mu pomoći kada se bude samostalno kretalo po susjedstvu.

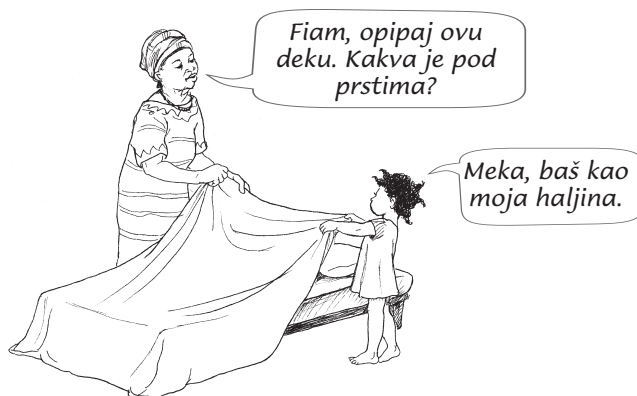


Dodir i opip

Da bi znalo gdje se nalazi, vaše dijete mora naučiti primjećivati oblik, težinu i strukturu predmeta oko sebe. Isto tako mora naučiti obraćati pažnju na osjet tla pod nogama i na to kako se temperatura može promijeniti dok se kreće od jednog do drugog mjesta.

► **Kako da pomognete djetetu da razvije osjet dodira**

Tijekom dana potičite dijete da dodiruje predmete različitih veličina, težina i struktura. Tražite da vam opiše što osjeti. Zatim možete staviti različite predmete i strukture oko kuće da pomognete djetetu da zna gdje se nalazi.



Potaknite dijete da hoda bosonogo po različitim vrstama tla – na primjer prašini, travi i šljunku – tako da može naučiti kakvo je koje pod nogama. Ako nosi cipele, može ih obući i vidjeti kako je osjet tla sada drugačiji. Kada hoda vani, to će mu pomoći da zna gdje se nalazi ili da se drži staze kojom hoda.

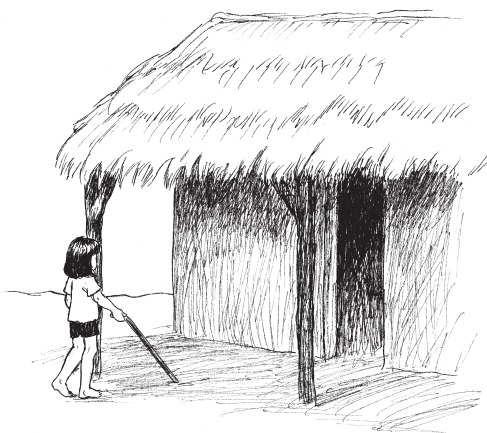




Nučite dijete kako će se koristiti stopalima da osjeti razlike u visini tla, npr. na rubu ceste ili pločnika.

Potaknite dijete da obrati pažnju na to kada se temperatura mijenja dok se kreće s jednog mjesta na drugo.

Kada Ai-Ling osjeti da zrak postaje hladniji, ona zna da je gotovo na vratima svog doma.



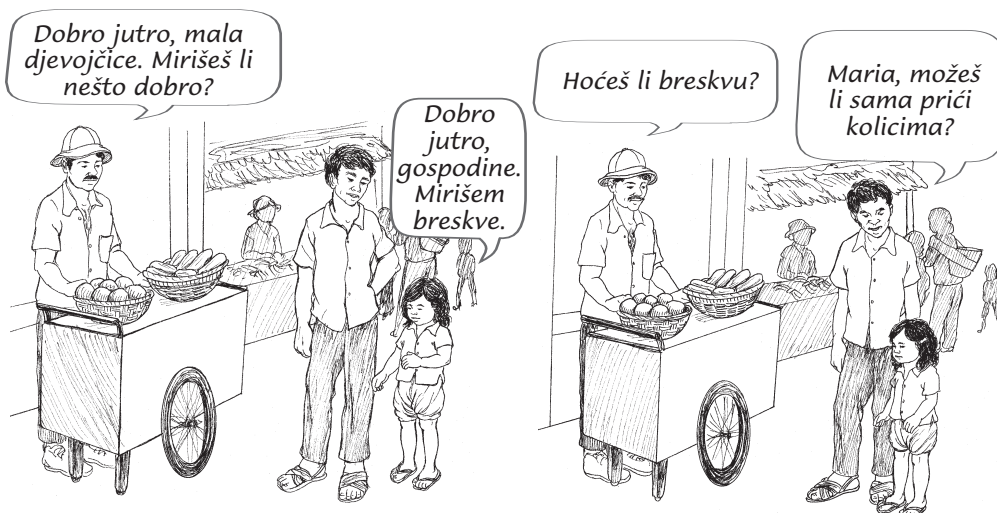
Clara zna da treba osjećati sunce na leđima kada se poslijepodne vraća kući iz trgovine.

Njuh

Mirisi, kao i zvukovi, mogu pružati informacije o stvarima koje su blizu, kao i o udaljenima. Da bi razumjelo kako se koristiti mirisima, dijete treba naučiti prepoznati različite mirise i odakle oni dolaze. Možete se poslužiti svojim svakodnevnim poslovima da pomognete djetetu naučiti o mirisima u vašoj zajednici..

► Kako pomoći djetetu da poboljša osjet mirisa

Kada šetate, objasnite različite mirise koji vas okružuju – na primjer, mirisi hrane, cvijeća, životinja, smeća. Ako je moguće, dovedite dijete dovoljno blizu da dodirne predmet koji je namirisalo.



Sljedeći put kada zajedno šetate, promatrajte može li samo imenovati mirise...

... i tražite da hoda prema mirisu ili od njega.

Uh, ovo je jak miris. Znaš li što je to, Rina?



Tijekom dana, istaknite različite vrste hrane i ostalih stvari u domaćinstvu koje imaju jak miris. Promatrajte može li ih vaše dijete prepoznati.

Druge vještine snalaženja

Kako bi postalo nezavisno, dijete mora naučiti hodati po novim mjestima i slijediti upute. Ove aktivnosti će vaše dijete možda teško učiti i mogu ga isprva uplašiti. Moguće je i da će vam biti teško dati upute koje će ono moći slijediti. Bit ćete olji učitelj svom djetetu ako:

- prvo isprobate aktivnosti s drugom odraslom osobom. Stavite povez preko očiju i vježbajte sve korake. Razgovarajte o tome kako možete upute učiniti jasnijima.
- zatim probajte učiti dijete koje vidi. Stavite mu povez preko očiju i vodite ga kroz iste korake koje ste probali s odraslom osobom. Pažljivo promatrajte njegove reakcije kako biste pronašli načine da ga podržite i ohrabrite.

► Kako da pomognete djetetu slijediti upute

Kada vaše dijete stekne samopouzdanje u hodanju, naučite ga kako skretati.

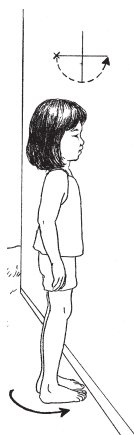
S leđima prislonjenim uza zid, recite mu da se okrene na jednu stranu dok ...



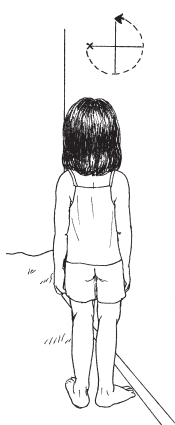
... mu jedno rame dodirne zid (okret za četvrtinu kruga ili djelomični okret) ...



... je okrenuto prema zidu (poluokret) ...



... je okrenuto na drugu stranu s drugim ramenom prislonjenim uza zid (tri četvrtine okreta ili gotovo puni okret) i ...



... je ponovo okrenuto prema naprijed (puni okret).



Potaknite ga da obrati pažnju na to kako se pomiču njegova stopala dok to radi. Postupno će se moći odmaknuti od zida i samostalno vježbati. Zapamtite da morate biti strpljivi. Vaše dijete će trebati mnogo vježbe prije nego što se bude moglo samostalno okretati.

► **Kako da pomognete djetetu naučiti hodati u novom prostoru**

Ove aktivnosti će pomoći vašemu djetetu da nauči prepoznavati:

- orijentire (bilo koji predmet, zvuk ili miris koji je uvijek na istom mjestu).
- znakove (predmeti, zvukovi i mirisi koji pružaju pouzdane informacije, ali nisu uvijek na istom mjestu).

Ove aktivnosti treba raditi ovdje opisanim redoslijedom:

1. Igrajte neku igru na prostoru koji vaše dijete dobro poznaje. Recite mu da ste stavili neke stvari na njegov put i promatrajte može li ih zaobići da se ne oklizne ili padne. To će mu pomoći da osjeća više samopouzdanja kada pokušava hodati novim prostorima.



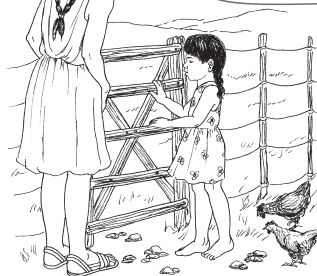
2. Zatim mu dajte da se pridržava za vaš prst i hoda jedan korak iza vas po novom prostoru.



Ova vrata su dobar orijentir, Celia.

Pilići su znak da si ovdje. No, zapamti da se pilići kreću i da neće uvijek biti ovdje.

3. Dok hodate, pomožite mu da prepozna orijentire i znakove. Obavezno ga poučite o svim opasnim orijentirima, kao što su rijeka ili ulica.





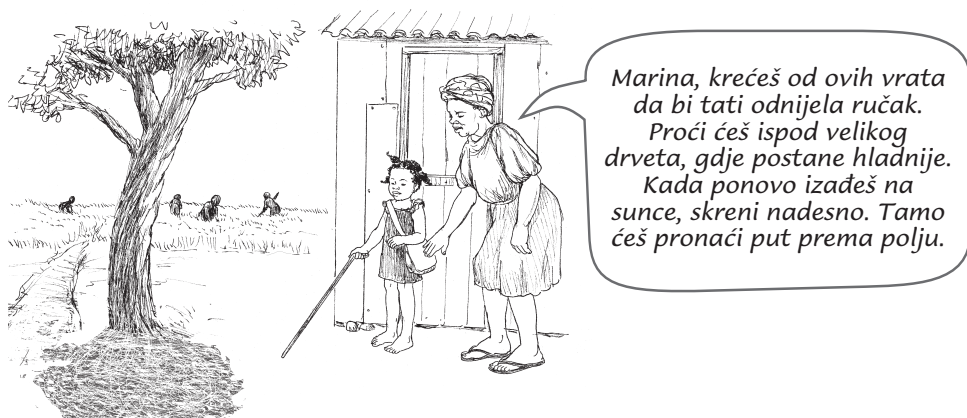
4. Kada se bude osjećalo ugodno u tom području, ponovo prođite njime – samo ovaj put hodajte natraške, ispred njega i pričajte s njim dok hodate.

5. Napokon, hodajte iza njega dok opisuje što se nalazi oko njega.

Budite strpljivi. Potrebno je puno vremena da se dijete osjeti sposobnim hodati samo nepoznatim prostorom.



6. Kada vaše dijete stekne samopouzdanje, dajte mu upute počevši od poznatog orijentira i objasnite kuda treba odande ići. Isprva to napravite za vrlo kratke udaljenosti, zatim postupno povećavajte udaljenost.



Kako zajednica može pomoći

Ljudi u zajednici mogu olakšati vašem djetetu da pronade put.

Članovi zajednice mogu naučiti davati upute koje će mu pomoći da samo pronade razne stvari. Poglavlje 13. govori o posebnoj pomoći koju članovi zajednice mogu pružiti djetetu oštećena vida.

Ljudi isto tako mogu staviti znakove na mjesta koja će pomoći vašem djetetu da pronade put ili da zna gdje treba skrenuti. Svako selo ili susjedstvo je različito, tako da ćete vi i vaša zajednica morati odlučiti što je dobro za vaše dijete. Evo dva primjera orijentira koji predstavljaju zamisli zajednice kako pomoći djetetu oštećena vida:



Postavljanje stupova ili drugih oznaka na mjestima gdje se putevi križaju može pomoći djetetu da pronade put.

Postavljanje užeta ili ograde može pomoći djetetu da pronade put.

