

Σωματικές αναπηρίες και δυσκολίες προσαρμογής

Γεωργία Νταβαρούκα

Geo_ntav@live.com

Λάρισα

15-3-2016

Εγκεφαλική παράλυση

- Σίτιση
- Ένδυση-Υπόδηση
- Προσωπική υγιεινή-τουαλέτα
- Διαταραχές λόγου
- Μαθησιακές δυσκολίες

Σίτιση

- ελλιπής έλεγχος κεφαλιού και κορμού
- παρουσία αρχέγονων αντανακλαστικών
- ελλιπή οπτικοκινητικό συντονισμό και αδυναμία σύλληψης
- παρουσία αντανακλαστικών στην στοματική κοιλότητα (εξώθηση γλώσσας)
- διαταραχές στην πόση και την κατάποση
- απτική αμυντικότητα
- διαταραχές προσοχής- συγκέντρωσης και συμπεριφοράς

Διευκόλυνση στη σίτιση

- Η σωστή τοποθέτηση του παιδιού.
- Η εφαρμογή ειδικών χειρισμών. Με την εφαρμογή ειδικών χειρισμών επιτυγχάνεται η σταδιακή ανεξάρτητη σίτιση. Συγκεκριμένα, ο εκπαιδευτής μπορεί να διευκολύνει την διαδικασία παρέχοντας σταθεροποίηση στην ωμική ζώνη η καθοδηγώντας τον βραχίονα του παιδιού.
- Η χρήση κατάλληλων βοηθημάτων μπορεί να διευκολύνει σημαντικά την διαδικασία της σίτισης. Ο εκπαιδευτής σε συνεργασία με τους γονείς επιλέγουν κουτάλια και κύπελλα με ειδικές λαβές και πιάτα με το κατάλληλο βάθος. Προσαρμογές μπορεί επίσης να γίνουν με την τοποθέτηση αντιολισθητικού υλικού στο τραπέζι για να διατηρείται σταθερό το πιάτο κατά την σίτιση.

Ένδυση

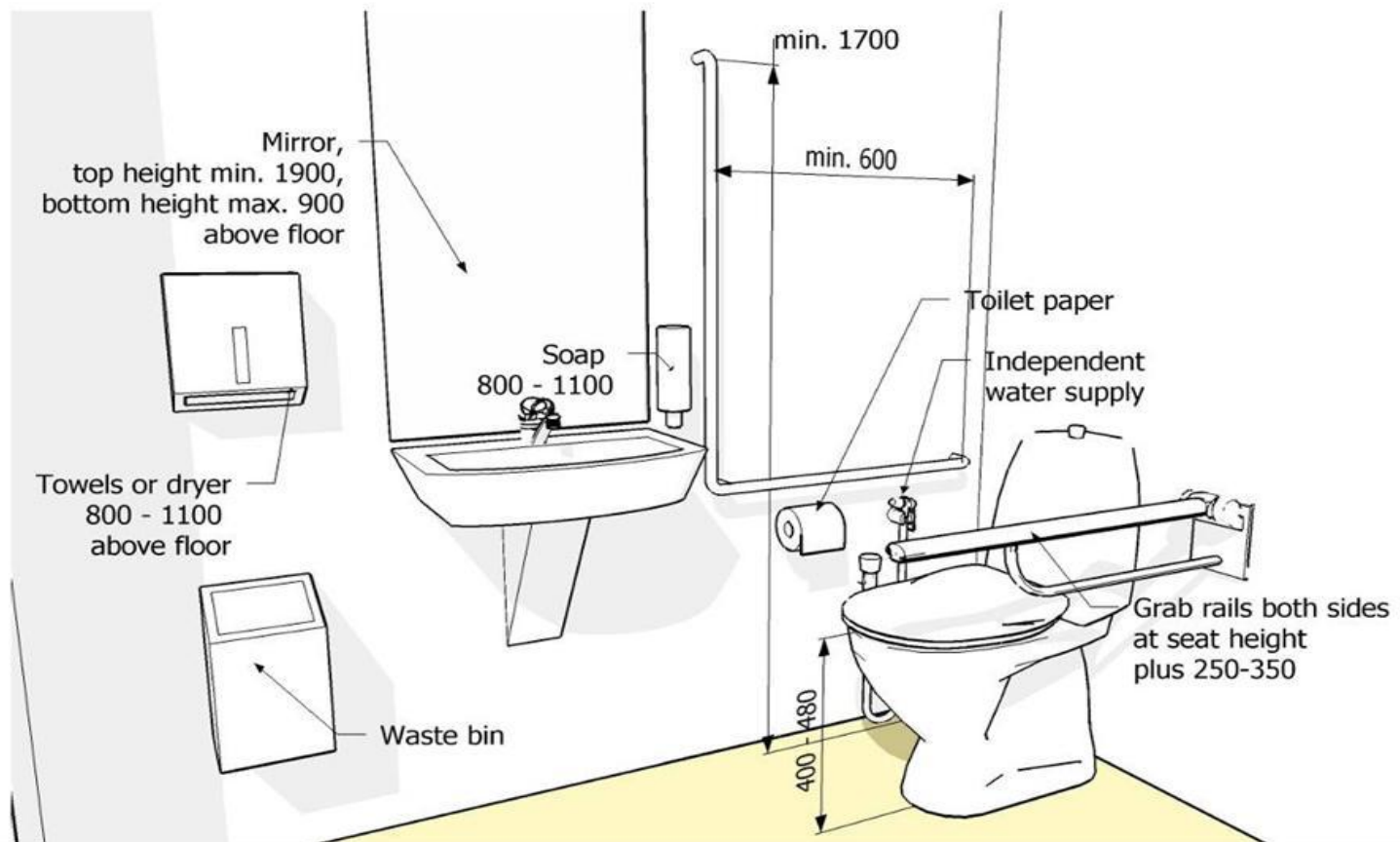
Κατά την διαδικασία του ντυσίματος στα παιδιά με ΕΠ πρέπει να λαμβάνονται υπ' όψιν τα εξής:

- Ντύστε πρώτα το περισσότερο προσβεβλημένο άκρο και ξεντύστε το τελευταίο
- Τεντώστε το χέρι πριν περάσετε το μανίκι
- Μην τραβάτε τα δάκτυλα του παιδιού
- Λυγίστε το πόδι του παιδιού πριν βάλετε κάλτσες και παπούτσια
- Οι κινήσεις να είναι αργές

Προσωπική υγιεινή-τουαλέτα

- Η ανεξαρτητοποίηση στην τουαλέτα είναι σημαντικός παράγοντας για την ζωή του ατόμου. Τα παιδιά με ΕΠ μπορεί να παρουσιάζουν δυσκολίες σε αυτό τον τομέα εξαιτίας των διαταραχών του μυϊκού τόνου, της μειωμένης σταθερότητας και συντονισμού των κινήσεων. Συγκεκριμένα, οι διαταραχές αφορούν στον έλεγχο των σφικτήρων και την μετακίνηση του παιδιού προς την τουαλέτα. Η ανεξαρτητοποίηση του παιδιού με ΕΠ περιλαμβάνει την εκπαίδευση ελέγχου των σφικτήρων, την χρήση κατάλληλου καθίσματος τουαλέτας, την προσαρμογή ειδικών λαβών και την τοποθέτηση των αντικειμένων υγιεινής σε κατάλληλο ύψος. Στο σχολικό περιβάλλον είναι χρήσιμο να υπάρχουν οι προαναφερθείσες προσαρμογές και να είναι εφικτή η πρόσβαση των παιδιών με ΕΠ στις τουαλέτες.

Χώρος υγιεινής





Εκπαίδευση

- Συνεργασία **ομάδας(ποια;)** και οικογένειας
- Εξατομικευμένο πρόγραμμα

Προετοιμασία

- Σωστή θέση του μαθητή
- Η χρήση διαφόρων βοηθημάτων όπως αναπηρικό αμαξίδιο, ορθοστάτης, **τριγωνικό κάθισμα, ρολό, σφήνα κλπ** επιτρέπει στον μαθητή να αλλάζει στάσεις στην διάρκεια της ημέρας. στόσο η χρήση του κατάλληλου βοηθήματος θα πρέπει να συνδυάζεται με την θέση των συμμαθητών του. Για παράδειγμα όταν τα παιδιά μιας τάξης νηπιαγωγείου κάθονται στο πάτωμα τότε η κατάλληλη τοποθέτηση του μαθητή με ΕΠ είναι σε τριγωνικό κάθισμα ή σε πρηνή θέση με τριγωνικό μαξιλάρι για να βρίσκεται στο ίδιο επίπεδο με τους συμμαθητές του.



Προγραμματισμός

Κατά την διάρκεια της σχολικής ημέρας πρέπει να λαμβάνονται υπ όψιν τα εξής:

- η κόπωση του μαθητή
- η συχνή αλλαγή των θέσεων
- η φαρμακευτική αγωγή του μαθητή

Οργάνωση χώρου

- πρόσβαση στο διδακτικό υλικό
- ρύθμιση του ύψους στο θρανίο ώστε να είναι εφικτή η τοποθέτηση του αναπηρικού αμαξιδίου
- δημιουργία χώρου για την μετακίνηση του αναπηρικού αμαξιδίου
- κάλυψη της επιφάνειας εργασίας του μαθητή με αντιολισθητικό υλικό

Κατά τη διάρκεια του μαθήματος

- να δίνεται επιπλέον χρόνος για τις γραπτές εργασίες και τις προφορικές απαντήσεις
- να επιτρέπεται η βοήθεια από συμμαθητή
- να γίνονται ομαδικές εργασίες που προωθούν την κοινωνικοποίηση του παιδιού με ΕΠ
- να δίνεται επιπλέον χρόνος για την επιστροφή του μαθητή στα μικρά διαλείμματα
- να χρησιμοποιούνται εναλλακτικές δραστηριότητες που είναι λιγότερο δύσκολες για το παιδί με ΕΠ αλλά έχουν τον ίδιο ή παρόμοιο εκπαιδευτικό στόχο όταν αυτό είναι απαραίτητο
- να χρησιμοποιούνται εικόνες για τα κύρια σημεία του μαθήματος
- να χρησιμοποιείται εικονογραφημένο υλικό όταν είναι εφικτό

Χρήση βοηθητικών κατασκευών και τεχνολογίας

- ειδικές λαβές για το μολύβι, στηρίγματα βιβλίων, απλοί διακόπτες, ακουστικά
- βοηθήματα για το γύρισμα των σελίδων, υλικά που προσαρμόζονται σε αντικείμενα και τα καθιστούν εύκολα στην λαβή και τον χειρισμό (Velcro, ταινίες)
- προσωπικοί ηλεκτρονικοί υπολογιστές με προσαρμοσμένα πληκτρολόγια και ειδικές διατάξεις που επιτρέπουν την χρήση του υπολογιστή με το κεφάλι (head mouse)

Σημεία προσοχής

- Αναπτύξτε στενή συνεργασία με την οικογένεια του παιδιού
- Ενημερώστε τους υπόλοιπους μαθητές για την ΕΠ
- Μην στηρίζετε πάνω στο αναπηρικό αμαξίδιο
- Βοηθήστε το παιδί με ΕΠ μόνο όταν αυτό σας το ζητήσει
- Μιλήστε στο παιδί με ΕΠ όπως μιλάτε και στους άλλους μαθητές
- Όταν μιλάτε σε μαθητή που κάθεται σε αναπηρικό αμαξίδιο για περισσότερο από λίγα λεπτά καθίστε ή γονατίστε έτσι ώστε να έρθετε στο επίπεδο των ματιών του

Σημεία προσοχής

- Χρησιμοποιήστε ελεύθερα τις λέξεις περπάτημα και τρέξιμο. Τα παιδιά με ΕΠ σε αναπηρικό αμαξίδιο χρησιμοποιούν τις ίδιες λέξεις
- Συμβουλευτείτε ένα φυσικοθεραπευτή για την σωστή θέση του μαθητή
- Μην ακουμπάτε- χαϊδεύετε τα παιδιά με ΕΠ στο κεφάλι στην προσπάθεια να τα επιβραβεύσετε
- Μερικές φορές τα παιδιά με ΕΠ παρουσιάζουν υπερευαισθησία στο δυνατό φως
- Τοποθετήστε το παιδί με ΕΠ στα μπροστινά θρανία όταν είναι εφικτό

Διαταραχές λόγου

- Δυσαρθρία που οφείλεται στον κακό συντονισμό των μυών που είναι υπεύθυνοι για την ομιλία
- καθυστέρηση στην ανάπτυξη του λόγου
- αφασία και
- απραξία η οποία εκδηλώνεται με την αδυναμία εκούσιας εκτέλεσης των κινήσεων που είναι απαραίτητες για την ομιλία

Μαθησιακές δυσκολίες

- 1) Ελλιπή κατανόηση της γνώσης
- 2) δυσκολίες στο συλλαβισμό και στην ανάγνωση
- 3) δυσκολίες στην ορθογραφία και την γραμματική
- 4) Ειδικές δυσκολίες στα μαθηματικά που εκδηλώνονται με α) αναστροφή των αριθμών, β) διαταραχή στις γεωμετρικές πράξεις εξαιτίας των προβλημάτων στην αντίληψη του χώρου, γ) δυσκολία στην αναγνώριση των αριθμών.
- 5) διαταραχές στην γραφή οι οποίες μπορεί να οφείλονται: α) Στον μη ικανοποιητικό έλεγχο του κορμού και του κεφαλιού, β) Στην ανεπαρκή λεπτή κινητικότητα, γ) στις διαταραχές του μυϊκού τόνου, δ) στην μειωμένη κιναισθητική αντίληψη, και ε) στον ελλιπή οπτικοκινητικό συντονισμό.

Εκπαίδευση στη γραφή

- Η εκπαίδευση στην γραφή απαιτεί την συνεργασία του ειδικού δασκάλου, εργοθεραπευτή και γονιού. Κατάλληλες προσαρμογές όπως το ύψος του θρανίου, η χρήση ειδικού τραπεζιού, μολυβιών με ειδικές λαβές καθώς και χαρτιού με μεγάλα διαστήματα συμβάλλουν στην βελτίωση της συγκεκριμένης δεξιότητας.

Κινητική αγωγή του παιδιού

- Η διδασκαλία της χαλάρωσης
- Παθητικές κινήσεις
- Δραστηριότητες σωματογνωσίας οι οποίες θα ήταν χρήσιμο να πραγματοποιούνται με παιγνιώδη μορφή (τοποθέτηση της παλάμης σε στεφάνι, χρωματισμός διαφόρων μελών του σώματος)
- Ασκήσεις φυσικής κατάστασης
- Δραστηριότητες προσανατολισμού στο χώρο. Πραγματοποιούνται σε παιγνιώδη μορφή και περιλαμβάνουν πλάγια βήματα, σταματήματα και μετακινήσεις προς τα πίσω κ.α..
- Συμμετρικές θέσεις.

Κινητική αγωγή του παιδιού

- Αναπνευστικές ασκήσεις,(εισπνοή, εκπνοή), οι οποίες μπορεί να εκτελούνται σε ζεύγη με την βοήθεια μπαλονιού ή ελαφριάς μπάλα
- Ρολαρίσματα του σώματος σε στρώματα. Η συγκεκριμένη δραστηριότητα είναι ευχάριστη για τα παιδιά με ΕΠ, παρέχει αισθητικά ερεθίσματα και προκαλεί μυϊκή χαλάρωση.
- Ισορροπιστικές ασκήσεις Οι ισορροπιστικές ασκήσεις πραγματοποιούνται σε διάφορες θέσεις (πρηνή, ύπτια, καθιστή, όρθια) με την βοήθεια ειδικής σανίδας
- Συγχρονισμένες κινήσεις εκπαιδευτή και μαθητή (coactive movements). Πρόκειται για κινήσεις (π.χ. βάδιση) που γίνονται από με τα σώματά τους σε πλήρη επαφή. Με αυτόν τον τρόπο ο μαθητής λαμβάνει απτικά , κιναισθητικά ερεθίσματα.
- Κολύμβηση. Με την κολύμβηση το σώμα απελευθερώνεται από την βαρύτητα μέσα στο νερό και παίρνει ευκολότερα οποιαδήποτε στάση και θέση που είναι ιδιαίτερα δύσκολη στην ξηρά

Βιβλιογραφικές αναφορές

- Παντελιάδης, Χ. & Παπαβασιλείου Α. (2002). *Εγκεφαλική παράλυση. Σύγχρονη προσέγγιση*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Γιαχούδη-Γιαπούλη
- *Εγκεφαλική παράλυση*. Ανακτήθηκε από <http://www.anaptyxikaikinisi.gr/egkefaliki-paralysi/105-egkefaliki-paralysi.html> στις 5-3-2016.