

Pagalba akliems vaikams

Šeimos ir bendruomenės pagalba
sutrikusią regą turintiems vaikams

Teksto autorės:
Sandy Niemann ir Namita Jacob

Iliustravo Heidi Broner



The Hesperian Foundation
Berkeley, California, USA

Vilnius, 2016

Copyright © 2000 by The Hesperian Foundation. Visos teisės saugomos.

Fondas „The Hesperian Foundation“ leidžia kopijuoti, atgaminti arba pritaikyti bet kurias knygos dalis atskirai arba visą knygą, įskaitant iliustracijas, pritaikant knygą ar jos dalis vietiniams poreikiams su sąlyga, kad atgamintos knygos dalys bus platinamos nemokamai, o jei už užmokestį – tokį, kuriuo nesiekama gauti pelno.

Organizacijos arba asmenys, norintys komerciniais tikslais kopijuoti, atgaminti arba adaptuoti kurias nors arba visas šios knygos dalis, turi gauti fondo „The Hesperian Foundation“ leidimą.

Prieš pradėdant versti arba pritaikyti šią knygą prašome susisiekti su fondu „The Hesperian Foundation“, kuris pasiūlys, kaip adaptuoti knygoje pateiktą informaciją, ją atnaujins ir patars, kaip išvengti leidybos darbų dubliavimosi. Prašome „The Hesperian Foundation“ fondui atsiųsti kopiją medžiagos, kurioje buvo panaudotas šios knygos tekstas arba iliustracijos.

Pirmas leidimas: 2000 m. gruodis.
Išspausdinta Jungtinėse Amerikos Valstijose.
ISBN: 0-942364-34-1

JAV Kongreso bibliotekos katalogo duomenys

Niemann, Sandy. Helping children who are blind : family and community support for children with vision problems / written by Sandy Niemann and Namita Jacob; illustrated by Heidi Broner -- 1st ed. p. cm. ISBN 0-942364-34-1 (popierius)

1. Children, Blind -- Family relationships. 2. Visually handicapped children -- Family relationships. 3. Children, Blind -- Services for. 4. Visually handicapped children -- Services for. 5. Child development. I. Jacob, Namita. II. Title.

HV1596.4.N54 2000
362.4'18'083-dc21

00-058209

Ant viršelio panaudotas nežinomo menininko iš Indijos Orisos provincijos piešinys.

Nuotrauka iš Lietuvos aklujų bibliotekos archyvo.

Knyga išleista pagal projektą „METAREGUS: METodinė pAgalba REGos negaliai turinčių vaikų Ugdymui“.

Vertėja

Audronė Gendvilienė

Redaktorius

Joris Kazlauskas

Teksto vertimo ir redagavimo projekto vadovė

Dalia Balčytytė

Versta iš: Nieman Sandy, Jacon Namita, 2000: Helping children who are blind: family and community support for children with vision problems, California: Hesperian Foundation.

Knygos leidybą rėmė Lietuvos Respublikos kultūros ministerija ir Lietuvos kultūros taryba.



LIETUVOS RESPUBLIKOS
KULTŪROS MINISTERIJA



LIETUVOS
KULTŪROS
TARYBA

© Lietuvos aklujų biblioteka
© VšĮ „Sorre“

ISBN 978-609-00-3826-0

Hesperian Health Guides
1919 Addison St., #304
Berkeley, California 94704 USA
www.hesperian.org

Padėkos

Fondas „The Hesperian Foundation“ ypač dėkingas organizacijos „Plan International“ sveikatos priežiūros specialistams už jų svarų indėlį, nes šie žmonės noriai dalijosi žiniomis apie tai, ko reikia tėvams ir sveikos gyvensenos skatintojams, dirbantiems su vaikais. „Plan International“ Bangladešo skyrius peržiūrėjo ir savo šalyje praktiškai patikrino pirmuosius šios knygos variantus, tuo nepaprastai pagerindami knygos kokybę. Be to, dėkojame JAV „Plan International“ padaliniiui priklausančiai organizacijai „Childreach“ už finansinę paramą rengiant šią knygų seriją spaudai.



Projekto koordinatore:

Doreen Greenstein

Meninio apipavidalinimo koordinatore

Sandy Niemann

Dizainas ir gamyba:

Christine Sienkiewicz, Lora Santiago

Viršelio dailininkė

Christine Sienkiewicz

Tekstą papildė:

Doreen Greenstein, Sarah Shannon, Todd Jailer,
Susan McCallister, Aryn Faur

Tyrimo asistentai:

Kinkini Banerjee, Felicia Lester, Amina LaCour
Mini, Rebecca Ratcliff, Nicolle Perez, Shana
Nelson, Karen Cook

Gamybos vadovė

Susan McCallister

Bandymai natūraliomis sąlygomis ir ryšių
palaikymas:

Estelle Schneider, Denise Bergez, Rebecca
Ratcliff, Sofia Betancourt

Papildomos iliustracijos:

Christine Sienkiewicz, Lora Santiago, Petra
Röhr-Rouendaal

Papildomi leidybos darbai:

Sofia Betancourt, Nicolle Perez

Parengimas spaudai

Jane Maxwell

Korektūra

Lorraine Mann

Redakcijos priežiūra

Todd Jailer

Dėkojame šios knygos ir

knygų serijos „Ankstyvoji pagalba“ rėmėjams:

Organizacijai „Childreach“ – „Plan International“ narei Jungtinėse Amerikos Valstijose

Danijos Karališkajai užsienio reikalų ministerijai DANIDA

Frank Edwards

Morgan Hilio „Liūtų klubui“

Pirmininkaujančio vyskupo pagalbos nukentėjusiesiems fondui (Vyskupų bažnyčia)

Liūtų klubui „Teisingumo svarstyklės“

May ir Stanley Smith labdaros fondui

Jungtinių Tautų vaikų fondui (UNICEF)

Jungtinių Tautų savanoriško neįgalųjų rėmimo fondui

Taip pat esame dėkingi

įstaigoms ir organizacijoms, kuriose buvo atliekami bandymai natūraliomis sąlygomis

Rašant šią knygą, su mumis bendradarbiavo vietinės organizacijos ir tėvų grupės iš viso pasaulio. Nuoširdžiai dėkojame visiems atlikusiems bandymus natūraliomis sąlygomis:

Pietų Afrikos Arthuro Blaxallio mokyklai	Brazilijos Laramaros institutui
Čekijos Respublikos ankstyvosios intervencijos asociacijai	Indijos nacionalinei aklųjų sąjungai
Belizo sutrikusios regos asmenų tarybai	Nepalo aklųjų gerovės asociacijai
JAV aklų kūdikių rėmimo fondui	Sent Lusijos aklųjų gerovės sąjungai
Indijos aklųjų sąjungai	Tarptautinei regos išsaugojimo organizacijai
Jungtinės Karalystės vaikų sveikatos priežiūros instituto	Organizacijai „Sight Savers International“,
Bendruomeninės paramos neįgaliesiems programai	veikiančiai Kenijoje
Bangladešo plėtos organizacijai „Development Partners“	Irano Islamo Respublikos specialiojo ugdymo
Hiltono-Perkinso programai, veikiančiai Tailande	organizacijai
Jamaikos aklųjų draugijai	Ugandos nacionaliniam specialiojo ugdymo
Filipinų nacionalinei neįgaliųjų organizacijų federacijai	institutui
KAMPI	Ugandos neįgalių vaikų rėmimo organizacijai
Pietų Afrikos paramos akliesiems institutui	Ganos Va miesto aklųjų mokyklai

Dėkojame konsultantams ir recenzentams

Rašyti knygą padėjo daugybė žmonių iš viso pasaulio. Norime padėkoti mus konsultavusiems ir recenzijas pateikusiems žmonėms už jų nuoširdžią pagalbą, žinias ir patirtį.

Pakistano Al-Šifos akių ligoninės gydytojui Tayyab Afghani	Gulbadana Habibi iš UNICEF	Aminuzzaman Talukder iš
Nancy Akeson	Tessa Hamblin	Bangladešo Tarptautinės
Nepalo „Gelbėkite vaikus“ organizacijos narei Carolina Arnold	Marci Hanson iš San Francisko	Helenos Keller organizacijos
Pam Bondy	Kalifornijos valstybinio universiteto	Catherine Thomas
Jonathan Brakarsh	Sally Hartley, Ralf Hotchkiss	Marigolda Thorburn
Freda Briggs	Khairul Islam iš „Plan International“	Sheila Wirz iš Jungtinės
Ellena vor der Bruegge	Penny May Kaman	Karalystės Tarptautinės vaikų
Jungtinės Karalystės „Gelbėkite vaikus“ organizacijos narei Joan Carey	Amanda Luek	sveikatos priežiūros centro
JAV Hiltono-Perkinso programos vadovui Mike Collins	David Morley	Irene Yen
Tara Dikeman	Dan Perlman	Už recenzijas medicinos
Birgita Dyssegaard iš DANIDA	Julie Bern Pierce iš JAV Aklų	klausimais
Marvin Efron	kūdikių rėmimo fondo	David Coady
Roxanna Pastor Fasquelle	Sherry Raynor iš JAV Aklų vaikų	Gustavo González
Suzanne Gilbert iš SEVA	rėmimo fondo	Lesli Handmacher
Teresa Glass	Sandra Rosen	Brian Linde
Srila Kshmi Guruja	Lesley Sternin ir A.E. Tong-	John Pratt-Johnson
	Summerford iš „Parental Stress	
	Services“	

Norime padėkoti Pietų Azijos šalių vertėjų susitikimo dalyviams (Naujajame Delyje 2000 m. rugpjūtį) už jų pastabas 12 knygos skyriui „Seksualinio išnaudojimo prevencija“. Taip pat dėkojame Indijos savanoriškai sveikatos asociacijai už leidimą adaptuoti pasakojimą iš leidinio „Vaikų išnaudojimas kelia vis didesnį nerimą“ (Child Abuse: A Growing Concern, 1993), pateiktą 117 puslapyje.

Apie knygą

KAIP NAUDOTIS KNYGA

Pirmiausia skaitykite 1–4 knygos skyrius. Ten yra svarbios pagrindinės informacijos apie tai, kaip padėti vaikams mokytis. Tada skaitykite 5–8 skyrius, o paskui pereikite prie 10 ir 11 skyrių, kuriuose rasite pavyzdžių su įvairiomis veiklomis, kurios akliems vaikams padės išmokti naujų įgūdžių.

Likusioje knygos dalyje yra informacijos apie tai, kaip paskatinti vaikus globojančius asmenis remti vienas kitą, kaip tėvams mokytis iš kitų tėvų ir kaip bendradarbiauti bei praplėsti turimas žinias apie aklumą ir regos sutrikimus.

APIE PIEŠINIUS

Piešinėliuose pavaizduoti įvairių kultūrų atstovai, nes ši knyga skirta įvairių pasaulio šalių skaitytojams, kurie rūpinasi regos sutrikimų turinčiais vaikais. Tikimės, kad piešinėliai jums padės suprasti, jog visame pasaulyje žmonės susiduria su tokiais pačiais sunkumais, kaip ir jūs.

PASTABA APIE KNYGOS STILIŲ

Daugumoje knygų, kuriose rašoma apie aklius vaikus, rašoma taip, tartum akli būtų tik berniukai, nes visiems vaikams taikomas įvardis „jis“. Taip yra todėl, kad, visuomenės nuomone, vyrai yra svarbesni už moteris, ir tokią nuomonę atsispindi mūsų kalba.

Kalbant apie vaikus, mergaitės ne tik neminimos: gana dažnai joms skiriama ir mažiau dėmesio, jomis mažiau rūpinamasi. Pavyzdžiui, jos gali gauti mažiau maisto, mažesnis dėmesys gali būti skiriamas mergaičių sveikatos priežiūrai. Visa tai lemia, kad mergaitės dažniau apanka.

Mes pasistengėme bent šiek tiek ištaisyti šią klaidą ir, rašydami apie vaikus, vartojame įvardžius „jis“ arba „ji“. Būtų keistoka rašyti junginį „jis-arba-ji“, tad vienuose skyriuose rašydami apie vaikus rašome apie mergaites, kituose – apie berniukus.

Atminkite, kad mūsų meilės ir paramos reikia visiems vaikams. Jie to verti.



Turinys



1 skyrius: Kaip pagelbėti savo vaikui?	1
Vaiko raida.....	4
Kokį poveikį vaiko raidai turi regos sutrikimai?.....	6
Kaip galite padėti savo vaikui?	8
Kokia mano vaiko ateitis?	9
2 skyrius: Nuo ko pradėti?	11
Kuo naudinga ši knyga?	11
Kokių vaiko ugdymo veiklų imtis pirmiausia?.....	12
Kaip kiekvieną dieną rasti laiko užsiimti su vaiku ir nesutrikdyti įprasto šeimos gyvenimo?.....	13
3 skyrius: Pagrindiniai ugdomųjų veiklų principai	15
Niekas nepažįsta jūsų vaiko taip gerai, kaip jūs pats.....	15
Leiskite vaikui rodyti iniciatyvą	15
Pritaikykite veiklas pagal vaiko poreikius	16
Padėkite vaikui suprasti, kas vyksta aplink.....	19
Niekada nepamirškite, kaip vaikai mokosi.....	20
4 skyrius: Išsiaiškinkite, kiek jūsų vaikas mato	23
Ar mano vaikas aklas visiškai, ar šiek tiek mato?.....	24
Ką mano vaikas mato?.....	25
Padėkite vaikui išnaudoti regos likutį	28
Ar mano vaiko rega ateityje pablogės?	30
5 skyrius: Veiklos kūdikiams nuo gimimo iki 6 mėnesių.....	31
Veiklos (nuo gimimo iki 3 mėnesių).....	32
4–6 mėnesių kūdikis.....	40
6 skyrius: Bendravimas	45
Kokią įtaką bendravimui turi regos sutrikimai?.....	46
Bendravimas su dar nekalbančiu vaiku	48
Kai jūsų vaikas pradeda kalbėti	52
Dažnai pasitaikantys sunkumai mokantis kalbėti	54
7 skyrius: Mąstymo įgūdžiai.....	59
Daiktų pažinimas	60
Vaikai mėgdžioja kitus žmones	62
Priežasties ir pasekmės suvokimas	63
Uždavinių sprendimas	64
Panašių daiktų atrinkimas ir rūšiavimas	65
Skaičiavimas	67
Kaip ugdyti vaiko gebėjimą mąstyti?	68
8 skyrius: Buitinių įgūdžių mokymas	71
Mokymas apsistarnauti	71
Mokymas padėti šeimos nariams	72
Mokymas deramai elgtis.....	73
Mokymas valgyti.....	74
Mokymas apsirengti.....	78
Mokymas naudotis tualetu	82
Mokymas pasirūpinti kūno švara.....	84
9 skyrius: Vaiko sauga	85
Kaip padėti vaikui saugiai judėti namuose?	85
Ko reikia, kad aplinka šalia namų būtų saugesnė?	87

10 skyrius: Judėjimas	89
Veiklos, kurios kūdikiui padės išmokti sėdėti ir ropoti.....	90
Kaip vaikui padėti išmokti stovėti ir vaikščioti?	92
Plaštakų ir pirštų miklumo gerinimas	98
11 skyrius: Kaip padėti vaikui orientuotis aplinkoje	101
Kaip vaikas išmoksta orientuotis aplinkoje?	102
Rega.....	105
Klausa.....	106
Lyta	108
Uoslė	110
Kiti orientavimosi aplinkoje įgūdžiai	111
Bendruomenės pagalba	114
12 skyrius: Seksualinio išnaudojimo prevencija	115
Šiek tiek faktų apie seksualinį išnaudojimą.....	116
Seksualinio išnaudojimo pasekmės išlieka ilgam	117
Kodėl mano vaikui gresia pavojus patirti seksualinį išnaudojimą?	118
Seksualinio išnaudojimo prevencija	119
Kaip suprasti, kad mano vaikas patyrė seksualinį išnaudojimą?	123
Kaip pasiekti, kad visiems bendruomenės vaikams būtų saugiau?	124
13 skyrius: Įsiliekite į bendruomenę	125
Bendruomenės parama	126
Kuo gali padėti kiti vaikai?.....	127
Bendruomenės projektai	132
Žaidimų aikštelės įrengimas.....	134
14 skyrius: Pasirengimas darželiui ir mokyklai	135
Kaip padėti savo vaikui pasirengti darželiui ir mokyklai?	135
Padėkite mokyklos bendruomenei pasiruošti tinkamai priimti jūsų vaiką.....	137
Prieš pradėdant mokyti vaiką skaityti ir rašyti.....	138
Mokymasis skaityti ir rašyti Brailio raštu	139
Mokyklą turi lankyti visi vaikai	140
15 skyrius: Pagalba tėvams ir globėjams	141
Ką daryti sužinojus, kad jūsų vaikas blogai mato?	142
Kaip vaiko globėjams įveikti stresą?	144
Būkite realistiški	144
Susibūrę tėvai daug stipresni.....	147
16 skyrius: Kodėl vaikai apanka ir kaip išsaugoti jų regą?.....	155
Apakimo ir regos sutrikimų priežastys	156
Prietaisai ir liaudiški akių ligų gydymo būdai	165
Kiti būdai išvengti apakimo	166
Kaip bendromis pastangomis sumažinti apakusių vaikų skaičių?	167
17 skyrius: Vaikas paaugo.....	169
Vaikas jau supranta, kad jis nemato.....	169
Kaip vaikui padėti susidoroti su užplūdusiais jausmais?	170
Kaip pasiekti pusiausvyrą tarp priklausomumo ir savarankiškumo?	172
Padėkite vaikui įveikti naujus sunkumus.....	173
Galvokite apie ateitį.....	174
Jūsų patirtis gali būti naudinga kitiems	174
A priedas: Vaiko raidos diagramos	176
B priedas: Žaislus pasidarykite patys.....	184

Įvadas

Apakimo priežasčių reikia ieškoti bendruomenėje

Ši knyga skirta mažų blogai matančių vaikų tėvams ir globėjams, bet rūpintis šių vaikų poreikiais turėtų ne tik artimieji. Jei aklaisiais ir silpnaregiais pradėtų rūpintis visa bendruomenė, aklių vaikų tėvams kiltų mažiau sunkumų, pradėtų nykti apakimą sukeliančios priežastys, užaugusiems vaikams būtų lengviau tapti aktyviais bendruomenės nariais.

Skurdas yra pagrindinė apakimo priežastis. Norime pasakyti, kad dažniausiai apakimo galima išvengti. Siekiant sumažinti apakusiųjų skaičių ir imtis apakimo prevencijos, būtina gerinti skurdžias gyvenimo sąlygas, kuriose gyvena dauguma viso pasaulio bendruomenių. Tai pirmas svarbus dalykas, kodėl sakome, kad apakimo priežastys glūdi bendruomenėje. Kita priežastis ta, kad akli vaikai – tai mūsų vaikai, jie yra kiekvienos bendruomenės ateitis.

Akliems vaikams reikia mūsų meilės, rūpinimosi, dėmesio, jie viso to verti. Kai bendromis mūsų pastangomis pasikeis bendruomenės požiūris į aklius vaikus, jie galės joje augti, pagerės ir kiekvieno bendruomenės nario gyvenimas.

Geresnis švietimas, kokybiškesnė sveikatos priežiūra, saugesnės gatvės ir gyvenamieji rajonai, aktyvesnis žmonių dalyvavimas bendruomenės gyvenime reikalingi ir naudingi visiems žmonėms. Ištiesę pagalbos ranką draugams ir kaimynams, jūs puoselėjate solidarumą, be kurio neįmanoma sukurti geresnės bendruomenės ir socialiai teisingesnio pasaulio, kuriame žmogus galėtų oriai gyventi.



Pasiekę, kad aklas vaikas rūpėtų visai bendruomenei, turėsite naudos jūs patys, jūsų vaikas ir pati jūsų bendruomenė.



Knygų serija „Ankstyvoji pagalba“

Apskaičiuota, kad pasaulyje yra maždaug 150 milijonų negalią turinčių vaikų. Nuo to, kokią pagalbą šie vaikai gauna pirmaisiais gyvenimo metais, labai priklauso vėlesnis jų vystymasis. Knygų seriją „Ankstyvoji pagalba“ sudaro keletas knygų apie tai, kaip padėti neįgaliems vaikams nuo gimimo iki 5 metų amžiaus. Vaiko su negalia artimiesiems (tėvams, šeimos nariams, draugams), taip pat ir sveikatos priežiūros darbuotojams šios knygos padės geriau suprasti negalios esmę, jie ras pasiūlymų, kaip paprastomis, raidą skatinančiomis veiklomis padėti neįgaliam vaikui mokytis ir augti. Rašant knygas dalyvavo įvairių pasaulio šalių bendruomenės, todėl ji bus naudinga ir tinkama naudoti daugelyje kultūrų. Šiose knygose paaiškinta, kaip:

- įvertinti vaiko negalios mastą,
- mokomosiomis veiklomis paskatinti vaiko raidą,
- suprasti, kas sukelia negalią, kaip ją gydyti ir kaip jos išvengti,
- įveikti sunkumus, kylančius auginant neįgalų vaiką,
- įtraukti kitus bendruomenės narius, kad pagerėtų neįgalių vaikų priežiūra,
- kaip padėti šiems vaikams tapti aktyviais bendruomenės nariais.



Knygų tekstai nesudėtingi, gausiai iliustruoti.

Be jau minėtų temų knygose aptariamos ir tokios: pagalba vaikams, turintiems emocinių ir elgesio problemų, pagalba ŽIV infekuotiems ir AIDS sergantiems vaikams, pagalba nuo karo ir smurto nukentėjusiems vaikams.

Šiuo metu galima įsigyti šias serijos knygas: „Helping Children Who Are Blind“ („Pagalba akliems vaikams“) ir „Helping Children Who Are Deaf“ („Pagalba kurtiems vaikams“).

Norėdami sužinoti, ar turime knygų anglų, ispanų ir kitomis kalbomis, kokios jų kainos, kaip užsisakyti, arba gauti daugiau informacijos apie mūsų darbą, prašome su mumis susisiekti:



Hesperian Health Guides
1919 Addison St. #304
Berkeley, California, 94704 USA
tel. (1-510) 845-4507
faks. (1-510) 845-0539
el. p. bookorders@hesperian.org
interneto svetainė www.hesperian.org





1 skyrius

Kaip pagelbėti savo vaikui?

Kamalos ir Rani istorijos

Kamala

Kamala su mama Suma ir tėčiu Anilu gyvena nedideliame Pietų Indijos kaimelyje. Kai mergaitė dar buvo visai maža, tėvai pastebėjo, kad ji niekada netiesia rankų prie jai duodamų žaislų. Supratę, kad kažkas negerai, jie nuvežė dukterį pas gydytoją į gretimą miestelį.

Gydytojas pasakė, kad Kamala beveik nemato. Ji tegalėjo įžiūrėti judesius ir skirti šviesą nuo tamsos. „Jos rega niekada nepagerės“, – nuliūdino gydytojas. Labai susikrimtę Suma su Anilu grįžo namo. „Kodėl taip yra? – mąstė Suma. – Juk ji toks mielas vaikas.“ Po vizito pas gydytoją Suma dar ilgai liūdėjo.

Abu su Anilu jiedu Kamala rūpinosi kiek tik galėjo.

Kadangi Anilas neuždirbdavo tiek, kad galėtų išmaitinti šeimą, Suma su dviem vyresnėmis dukterimis siūdavo drabužius ir nešdavo juos parduoti į turgų. Visi šeimos nariai dirbo, o laiko pažaisti su Kamala jiems nelikdavo, todėl mergaitė beveik visą dieną tyliai pratūnodavo kampe. Pastebėjusi, kad Kamala mažai juda ir jos beveik negirdėti, Suma kartais sunerimdavo, tačiau kartu būdavo patenkinta, jog mergaitei patinka būti šalia jų.

Kai Kamalai suėjo treji, ji temokėjo pasakyti vos kelis žodžius. Atrodė, kad mergaitė beveik visą laiką yra pasinėrusi į savo vidinį pasaulį. Kartais ji labai keistai elgdavosi, pavyzdžiui, pirštais spaudydavo akis arba mosikuodavo rankomis. Ji nemokėjo nei pati valgyti, nei apsirengti. Suma, tai darydama už ją, užtrukdavo mažiau.

*Suma,
tu jau
verki kelis
mėnesius.*

*Kamala
akla, bet
kiti tavo
vaikai juk
mato.*

*Bandyk
galvoti
apie kitus
dalykus.*





Priešingai nei kiti jos amžiaus vaikai, Kamala nežaidė. Be to, ji neišmoko pasirūpinti savimi, o jos rankos ir kojos nestiprėjo. Tuo metu, kai kiti jos amžiaus vaikai mokėsi stovėti ir vaikščioti, Kamalos kojos buvo per silpnos – jos negalėjo išlaikyti kūno svorio.

Kai mergaitė kiek paaugo, tėvai ją ėmė vežioti į mokyklą. Bet ten jai buvo baisu, nes visą laiką,

kol nepradėjo lankyti mokyklos, ji praleisdavo namie. Kamala klasėje tik sėdėdavo ir verkėdavo. Jei mokytoja jos ko nors paklausdavo, ji neatsakydavo. Galiausiai Suma ir Anilas suprato, kad mokykla Kamalai jokios naudos neduoda, ir nustojo ją ten vežioti. Bet jiems buvo neramu dėl Kamalos ateities. „Jei ji negaus jokio mokslo, kaip tuomet gyvens? Kas ja pasirūpins, kai mūsų nebebus?“, – mąstė mergaitės tėvai.

Rani

Rani yra maža akla mergaitė, gimusi kitame Indijos kaime. Kai jos tėvai Jeevanas ir Aruna sužinojo, kad jiems gimė aklas kūdikis, Rani močiutė Baka pasakė: „Turime stengtis kiek galėdami, kad šis vaikas visko išmokyti. Pažiūrėkite į mane. Aš apakau prieš penkerius metus, bet vis tiek sugebu padaryti daugumą darbų, kuriuos darydavau anksčiau. Juk ir dabar iš šulinio parnešu vandens, pamelžiu ožkas.“

„Bet tuos darbus dirbti tu išmokai dar prieš apakdama, – suabejojo Jeevanas. – Kaip to gali išmokti vaikas, kuris aklas nuo pat gimimo?“

„Tai mes turime padėti jai išmokti, – atsakė Baka. – Kaip aš visko išmokau girdėdama ir liesdama, taip to turi išmokti ir Rani.“

Galiu išmokyti Rani viską daryti pačią, nes žinau, ką reiškia gyventi nematant. Gal gydytojas patars, kaip ją auginti?



Vietinis gydytojas tėvams pasiūlė duoti dukteriai žaisti su kuo įvairesniais žaislais. Be to, patarė skatinti naudotis klausa, lytėjimu ir uosle, kad ji bent kiek suprastų tai, ko negali pamatyti. „Ir kuo daugiau su ja kalbėkitės“, – liepė specialistas.

Baka ypač rūpinosi, kad jos anūkė galėtų viską paliesti ir išgirsti. Ji su mergaite žaisdavo įvairius žaidimus, dainuodavo daineles. Kai Rani suėjo dveji metukai, Baka ją išmokė vaikščioti palei sienas ir tvorą, kaip apakusi darydavo pati. Sulaukusi trejų, Rani pati nueidavo į lauko tualetą ir iki šulinio.



Jeevanas, Aruna ir Baka neturėjo tiek daug laiko, kad galėtų su Rani užsiimti specialiomis veiklomis. Iki pat vėlyvo vakaro jie užsibūdavo nedidelėje šeimai priklausančioje parduotuvėje. Tačiau suaugusieji visus savo darbus darydavo kartu su mergaite, pavyzdžiui, visi drauge eidavo į turgų. Taip vaikas išmokdavo naujų dalykų. Paprasti kasdieniniai darbai aklai mergaitei buvo labai naudingi.

Kai Rani pradėjo lankyti mokyklą, klasės draugai kasdien ateidavo jos pasiimti iš namų. Matydami keliu einantį vaikų būrelį, kaimo gyventojai sunkiai atskirdavo, kuris vaikas yra aklas.

Kaip suprasti Kamalos ir Rani istorijas?

Jei jūsų vaikas turi prastą regą arba yra aklas, išmokyti įvairių dalykų jį galite taip, kaip Rani mokė jos šeima. Labai svarbu suprasti, kodėl, kitaip nei Kamalai, Rani pavyko išmokyti tų pačių dalykų, kokius mokėjo kiti jos amžiaus vaikai.

Kad geriau tai suprastumėte, reikia žinoti atsakymus į šiuos klausimus:

- Kaip augantys vaikai vystosi ir gauna naujų įgūdžių?
- Kokią įtaką vaiko raidai turi regos sutrikimai?

Vaiko raida

Pagrindinės kiekvieno vaiko vystymosi sritys yra šios: 1) fizinis kūnas, 2) protas (mąstymas) ir 3) socialiniai įgūdžiai (vaikas mokosi kalbėti, klausytis, bendrauti su žmonėmis). Naujų įgūdžių iš kiekvienos srities vaikas mokosi palaipsniui ir tam tikra tvarka.

Prieš išmokdamas vaikščioti, vaikas pirmiausia turi išmokyti valdyti savo kūną:



- ① Pirmiausia jam reikia išmokyti pakelti galvą ir judinti rankas bei kojas.



- ② Tada, atsiremdamas rankomis ir kojomis, vaikas gali atsistoti.



- ③ Gebantis sėdėti vaikas pradeda siekti daiktų, lenktis ir suktis. Tai padeda ugdyti pusiausvyrą, kurios jam netrukus prireiks mokantis stovėti ir vaikščioti.



- ④ Paskui jis išmoksta prisitraukti ir atsistoti.

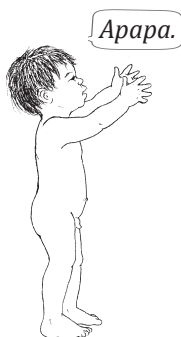
Kad galėtų kalbėtis su žmonėmis, prieš tai vaikas turi išmokti paprastų bendravimo įgūdžių, pavyzdžiui:



- ① Suprasti paprastus žodžius ir prašymus.



- ② Naudotis ženklais arba gestais.



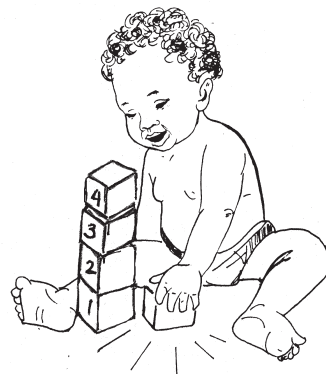
- ③ Sakyti paprastus žodžius.



- ④ Kalbėti trumpaisakiniais.

Kiekvienas naujas vaiko įgūdis remiasi jau anksčiau įgytais ir leidžia mokytis kitų, sudėtingesnių įgūdžių. Todėl, jei vaikas neturi kokio nors įgūdžio, vėliau jam kils problemų ne tik dėl to, kad jis šio įgūdžio neturi, bet ir dėl sunkumų bandant įvaldyti kitus susijusius įgūdžius.

Pavyzdžiui, jei vaikui sunku išlaikyti pakeltą galvą, vėliau jam bus sudėtinga išmokti sėdėti arba šliaužti, nes šiems įgūdžiams gebėjimas laikyti pakeltą galvą yra labai svarbus. Laikui bėgant tokio vaiko raida pradeda atsilikti nuo to paties amžiaus vaikų.



Kiekvienas naujas įgūdis remiasi jau išmoktais, tarsi vieną ant kitos statant kaladėles.

Kokį poveikį vaiko raidai turi regos sutrikimai?

Jei vaikas mato, paprastai įgūdžių jis gauna „natūraliai“, t. y. žaisdamas ir stebėdamas žmones bei daiktus aplink save.

Žaidžiantis vaikas gali natūraliai judėti ir mokytis.



Norėdamas pasiekti jį dominantį daiktą, vaikas šliaužia artyn jo. Tai stiprina rankas ir kojas.



Žaidimas su daiktais vaikui padeda išmokyti mąstyti, pavyzdžiui, spręsti paprastus uždavinius. Čia vaikas mokosi su virvute prisitraukti žaislą.

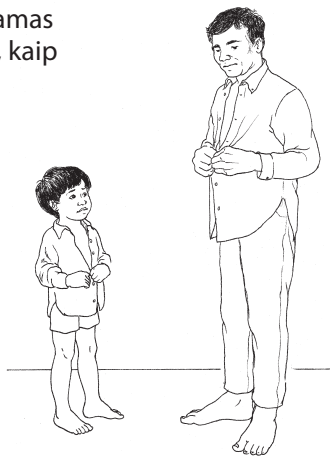


Žaidimas padeda išmokyti kalbėti. Jei daiktas vaiką domina, jis mokosi ištarti jo pavadinimą.

Vaikai savaime mėgdžioja tai, ką mato. Stebėdamas žmones vaikas išmoksta, ką ir kaip reikia daryti, kaip kokiose situacijose elgtis.



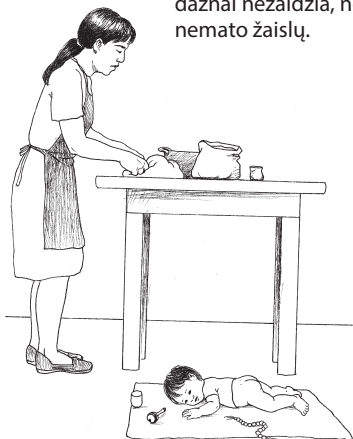
Mažas vaikas kalbėti išmoksta klausydamasis, kaip kalba kiti, ir matydamas tai, apie ką jie kalba.



Vaikas išmoksta apsirengti stebėdamas, kaip rengiasi kiti žmonės.

Blogai matantis vaikas rečiau mokosi natūraliai. Toks vaikas īgūdžiu īgyja lēčiau, tad jo raida gali imti atsilikti.

Blogai matantys kūdikiāi gana dažnai neāaidžia, nes tiesiog nemato āaislų.

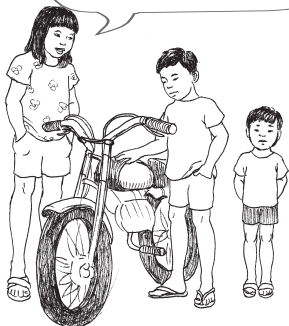


Šis kūdikis neišlaiko galvos. Taip nutiko todėl, kad jis nejudėjo, neāaidė ir nesustiprėjo jo kaklo raumenys.

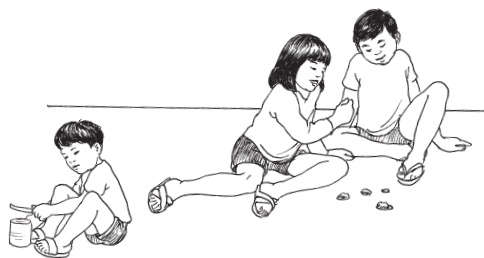


Taip atsilikti gali ir jo socialinė raida.

Tėtis vakar man leido su juo pasivažinėti. Kaip mes lėkėme!



Blogai matantis vaikas gali nesuprasti, apie ką kalbama, arba nedalyvauti pokalbyje, nes nemato to, apie ką kalbama.



Todėl toks vaikas atsiskiria ir būna vienas, nes nesupranta, ką kiti sako.

Tačiau tai galima ištaisyti. Norėdami geriau suprasti aplinkinį pasaulį ir sužinoti tai, ką kiti vaikai sužino tiesiog žiūrėdami, neregintys vaikai gali išmokti pasitelkti kitus pojūčius: klausą, lytėjimą, uoslę ir skonį.

Kaip galite padėti savo vaikui?

Pagalba mažiems vaikams taikant iš anksto apgalvotas, fiziniam kūnui stiprinti ir mąstymui skatinti skirtas veiklas, kurių metu vaikai įgyja patirties, tyrinėja aplinką ir žaidžia su daiktais, yra vadinama *stimuliacija* arba *ankstyvąja pagalba*. Šioje knygoje aprašyta daug paprastų užsiėmimų, į kuriuos vaiką įtraukti galima su juo žaidžiant arba dirbant kasdienius darbus. Be to, šias veiklas galite pritaikyti taip, kad jos tiktų vaikui ir derėtų prie jūsų gyvenimo ritmo. Pavyzdžiui:



Jei vaiką sudominsite garsą skleidžiančiu žaislu parodydami, kokį garsą jis skleidžia...



...jis labiau susidomės žaidimu. Be to, jis taip pat išmoks kreipti dėmesį į garsus ir domėtis, iš kur jie sklinda.



Jei paskatinsite vaiką pasitelkti lytėjimo, klausos ir uoslės pojūčius, kad jis sužinotų, kaip atrodo daiktai...

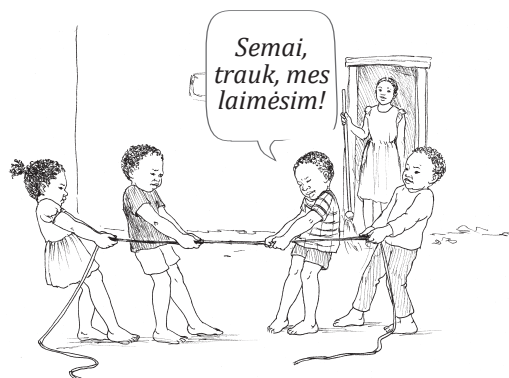


...jis geriau supras jį supantį pasaulį ir galės kalbėti apie tai, ką žino.

Jei su savo vaiku tokiomis veiklomis užsiimsite dažnai, jo vaikystė bus tokia pat įdomi ir leidžianti pažinti pasaulį, kaip ir bet kurio kito vaiko. Paaugęs jis galės mokytis kitų dalykų:



Vaikščioti vienas, be pagalbos.



Žaisti su kitais vaikais.



Padėti namiškiams dirbti įvairius darbus.



Lankyti mokyklą arba mokytis amato.

Kokia mano vaiko ateitis?

Daugelis tėvų nerimaudami galvoja apie savo aklo vaiko ateitį net ir tada, kai vaikas sėkmingai įgyja naujų įgūdžių ir lanko mokyklą. Tėvų vis neapleidžia tokios mintys: „Kas bus, kai vaikas užaugs? Kaip jis gyvens, kai mūsų nebus?“

Kartais tokiems tėvams pasidaro lengviau sužinoti, kad didelė dalis nuo vaikystės aklų žmonių užaugę gyvena visavertį gyvenimą: sukuria savo šeimą, užsidirba gyvenimui, yra gerbiami kitų. Taip gyventi aklieji gali, jei:

- Žmonės supranta, kad kaip ir visi kiti, akli vaikai taip pat gali mokytis.
- Aklieji sulaukia pagalbos iš savo šeimos ir aplinkinių.

Štai pavyzdys, kuo Rani tapo užaugusi:

Kai Rani paaugo, ji dažnai pagelbėdavo tėvams jų parduotuvėje. Mokykloje ji puikiai išmoko skaičiuoti, todėl galėjo padėti tvarkyti parduotuvės buhalterinę apskaitą. Be to, rūpinosi, kad parduotuvėje nepritrūktų prekių – Brailio raštu darė jų sąrašus. Rani tėvai buvo labai patenkinti mergaitės pasiekimais.

Kai Rani suėjo aštuoniolika, vienas jaunuolis iš jų kaimo, vardu Mani, paprašė merginos rankos. Jos tėvai sutiko ir Rani išteko už Mani. O kai jiems gimė pirmasis vaikas, Rani nešdavosi jį į parduotuvę.

Rani buvo tokia gabi, kad žmonės ėmė pasitikėti jos sugebėjimais ir kitose srityse.



Matėme, kad pati tvarkote buhalterinę apskaitą. Gal galite to pamokyti ir mus?



Vaikai prašydavo jos padėti atlikti namų darbus. „Paprastai Rani žino atsakymą“, – džiaugdavosi jie. O viena audimo kooperatyvą įkūrusi kaimynė prašydavo Rani padėti tvarkyti kooperatyvo apskaitą.

Kartais Rani susimąsto apie savo gyvenimą. Koks jis būtų buvęs, jei ji regėtų? „Gali būti, kad, jei nebūčiau akla, gyvenime būčiau pasiekusi mažiau, – sako ji. – Bet kadangi gimiau akla, mane tai skatino siekti susikurti tokį patį gyvenimą, kaip kitų žmonių.“



2 skyrius

Nuo ko pradėti?



Šiame skyriuje skaitykite

Vos gimęs kūdikis jau pradeda mokytis. Per pirmus penkerius metus, mokydamasis lengvai ir greitai, jis gauna daugiau įgūdžių nei per visą likusį gyvenimą. Štai kodėl taip svarbu kuo anksčiau įvairiomis veiklomis užimti vaiką.

Turbūt manote, kad su savo vaiku tokiomis veiklomis užsiimti jums bus sunku, nes nežinote, nuo ko pradėti. Šiame skyriuje rasite viską, ką reikia žinoti prieš pradedant:

- Kaip kuo geriau pasinaudoti knygoje pateikta informacija?
- Kaip nuspręsti, kuriomis veiklomis užsiimti pirmiausia?
- Kaip kiekvieną dieną rasti toms veikloms laiko, nesutrikdant įprasto šeimos gyvenimo ritmo?

Kuo naudinga ši knyga?

Šioje knygoje mes paaiškinsime, kodėl reikia užsiimti tam tikromis veiklomis, be to, čia rasite įvairių su šiomis veiklomis susijusių patarimų. Ši knyga jums padės:

- Daugiau sužinoti apie aklumą ir vaiko raidą.
- Sužinoti, kodėl reikia užsiimti kiekviena veikla. Knyga jums padės patiems sugalvoti naujų veiklų, kuriomis galėsite siekti tų pačių tikslų.
- Mokytis iš kitų aklus arba silpnaregius vaikus užauginusių tėvų patirties.
- Sugalvoti sau ir savo vaikui tinkamiausių mokomųjų veiklų ir jomis užsiimti.

Kokių vaiko ugdymo veiklų imtis pirmiausia?

Tėvai dažnai mano, kad specialiai nemokyti jie nesugebės patys sugalvoti, kaip savo vaikui teikti ankstyvąją pagalbą. Deja, jie klysta. Būtent jūs esate tėvai, todėl savo atžalą pažįstate geriau nei bet kas kitas. Norėdami nuspręsti, kuriomis veiklomis su vaiku užsiimti pirmiausia, iš pradžių išsikelkite tokius klausimus:

Ar yra dalykų, kurių mano vaikas nedaro, nors kiti jo amžiaus vaikai tai jau moka?



Jei tokių dalykų yra, jūsų vaikui turbūt reikia specialios pagalbos trūkstantiems įgūdžiams įgyti. Pasirinkdami veiklas, kuriomis ugdomi tie įgūdžiai, padėsite vaikui pasivyti bendraamžius.

AR KURIOS NORS MANO VAIKO RAIDOS YPATYBĖS MAN KELIA NERIMĄ?

Jums nerimą kelti gali tos vaiko raidos sritys, kuriose jis atsilieka nuo kitų vaikų, arba tos, kurios jums ir jūsų šeimos nariams yra ypač svarbios.

Daugiau informacijos apie vaikų amžių, ir kokia tvarka vaikai ugdomi naujus įgūdžius, ieškokite vaiko raidos diagramose.



KAIP IŠSIAIŠKINTI, KURIOS VEIKLOS VAIKUI NAUDINGOS?

Išsiaiškinę, kuriose raidos srityse jūsų vaikui reikalinga pagalba, knygos turinyje susiraskite skyrių apie jus dominančią sritį. Kiekviename skyriuje aprašytos veiklos, kurios jūsų vaikui padės įgauti naujų įgūdžių. Pavyzdžiui:

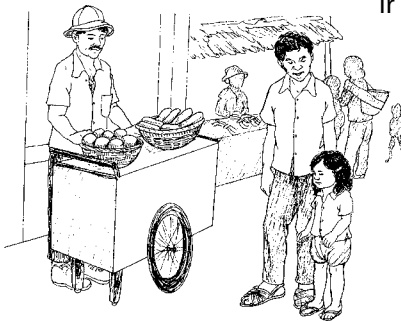


Veiklos, kurios kiekviename skyriuje aprašomos pirmos, vaikui padeda įgauti paprasčiausių įgūdžių iš konkrečios raidos srities. Vaikui, jau įgavusiam tų įgūdžių, galima pereiti prie sudėtingesnių, aprašytų tolesnėje skyriaus dalyje. Jei jūsų vaikas jau turi kai kuriuos aprašytus įgūdžius, pradėkite ugdyti tuos, kurie eina iškart po tų, kuriuos vaikas įgijęs. Jei vaikas dar neturi jokių įgūdžių, pradėkite nuo aprašytųjų skyriaus pradžioje.

Įgūdžius ugdyti stenkitės tokia tvarka, kokia jie aprašyti kiekviename knygos skyriuje. Tai yra labai svarbu, nes vaikai naujų įgūdžių mokosi palaipsniui, tam tikra tvarka. Bandydami ugdyti sudėtingesnius įgūdžius, kol vaikas dar neturi lengvesnio, paprastesnio, einančio pirmiau, galite ir patys nusivilti, ir sutrikdyti vaiko raidą.

Kaip kiekvieną dieną rasti laiko užsiimti su vaiku ir nesutrikdyti įprasto šeimos gyvenimo?

Derėtų gerai pagalvoti, kaip viską atlikti, kad ankstyvosios intervencijos veiklos neatimtų iš jūsų daug laiko ir jėgų. Jei dirbdami kasdienius darbus suteiksite vaikui galimybę mokytis, jums išmokyti vaiką bus lengviau ir nereiks tam skirti papildomo laiko.



Veskitės vaiką į parduotuvę ar turgų ir paaiškinkite, kas kaip kvepia.



Dirbdami savo darbus, pasakokite, ką darote.

Jums gali padėti daug žmonių

Paraginkite įsitraukti ir kitus artimuosius, gimines, draugus, kaimynus. Aplinkiniai žmonės dažnai nori padėti, bet nedrįsta galbūt todėl, kad nežino, kaip tai padaryti. Papasakokite jiems, ką žinote apie regos sutrikimus, apie veiklas, kurias atliekate su vaiku, ir paaiškinkite, kodėl jomis užsiimate.

Ugdyti mūsų dukterį padeda mano uošvė ir kaimynai. Iš pradžių jie manė, kad bus sunku, nes nežinojo, ką daryti. Paaiškinau, ko turėtų išmokti Namita ir kaip jai padėti, ir dabar jie kiekvieną dieną dalį laiko praleidžia su ja.

Nežinojau, kada rasti laiko savo sūnui Gudžiui mokytis. Pasitariau su vyru, kitais vaikais, ir mes sugalvojome net kelis būdus, kaip jį mokytis neatsitraukiant nuo įprastų buitinių darbų.



Jums gali padėti ir kiti vaikai, jeigu jiems paaiškinsite, kaip. Papasakokite, kaip galima žaisti jų mėgstamus žaidimus, kad kartu žaisti galėtų ir jūsų vaikas. Vėliau pasiūlykite vaikams patiems sugalvoti naujų žaidimo būdų.

Vaikai pamatė, kad jiems plojant rankoms Renė seka paskui juos. Dabar jie visi gali žaisti liestynių.





3 skyrius

Pagrindiniai ugdomųjų veiklų principai

Šiame skyriuje pateikti bendrieji principai, kuriais siūlome jums vadovautis mokant vaikus naujų įgūdžių. Šiais principais bandykite naudotis kartu su konkrečiomis kiekvienos veiklos instrukcijomis, aprašytomis 5–8 ir 10–11 knygos skyriuose.

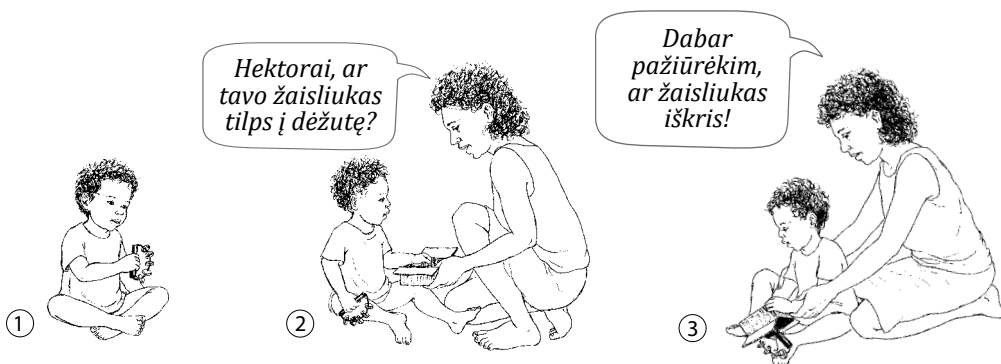
Niekas nepažįsta jūsų vaiko taip gerai, kaip jūs pats

Niekas geriau už jus nepažįsta jūsų vaiko ir nežino, ką jis sugeba. Ne tiek svarbu, ką apie jūsų vaiko raidą sakytų gydytojas, slaugytoja, mokytoja ir ką teigtų ši knyga, svarbiausia – klausytis savo širdies ir remtis patirtimi. Galite daug pasimokyti iš žmonių, auginančių, gydančių ir mokančių sutrikusios regos vaikus, tačiau kiekvienas vaikas yra vis kitoks. Geriausiai savo vaiką pažįstate jūs pats.

Leiskite vaikui rodyti iniciatyvą

Žaidimas vaikams – svarbus užsiėmimas, nes taip jie susipažįsta su pasauliu. Mūsų mažiesiems žaisti smagiausia tada, kai jie žaidžia tai, kas jiems patinka. Todėl, jei jūsų vaikas susidomėjo koku daiktu, žmogumi arba veikla, pasinaudokite proga ir su juo žaisdami suteikite jam naujų įgūdžių.

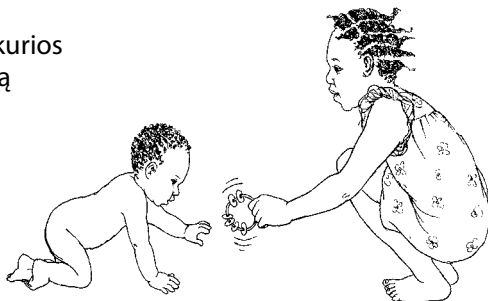
Leisdami vaikui imtis iniciatyvos, parodysite, kad jums svarbūs jo pasirinkimai ir kad nuo jo iš dalies priklauso tai, kas vyksta. Tačiau mes nenorime pasakyti, kad nieko nereikia planuoti iš anksto. Jūs turite galvoti apie įgūdžius, kuriuos norite suteikti savo mažyliui, kokias veiklas ir kokius daiktus pasirinkti, kad jam būtų lengviau tų įgūdžių įgyti. Vėliau reikėtų pagalvoti, kokiais būdais padėti vaikui viso to išmokti žaidžiant.



Pritaikykite veiklas pagal vaiko poreikius

Tam tikrą įgūdį vaikas gali gauti įvairiais būdais. Šioje knygoje pateiktas veiklas galima specialiai pritaikyti, kad jos geriau atitiktų vaiko, šeimos narių ir bendruomenės poreikius.

Pradėję dirbti su vaiku pastebėsite, kurios veiklos jam įdomios ir skatina jo norą kažką veikti,



ir sužinosite, kas vaiką erzina arba kelia jam norą veikla nebeužsiimti.



Veiklas galima pritaikyti taip, kad joms tiktų ir jūsų turimos priemonės. Pavyzdžiui, jei prie knygoje aprašomos veiklos nurodyta, kad vaikas turi kažkokį žaislą, jums nereikia tokio žaislo nei pirkti, nei daryti patiems. Panaudokite tai, ką turite po ranka ar galite nesunkiai gauti.

Veiklas pritaikykite taip, kad jos netrukdytų jūsų kasdieniams buities darbams ir netrukdytų šeimos gyvenimo.

Knygoje rašoma, kad vaikui reikia padėti stiprinti jo rankų raumenis. Jam bus naudinga turguje ant mūsų prekystalio išdėlioti vaisius, be to, sūnus tuo pačiu metu padės ir man.



IŠ PRADŽIŲ VEIKLAS IŠBANDYKITE PATYS

Kai būsite pasirengę savo vaiką mokyti, iš pradžių visas veiklas išbandykite patys, mąstydami apie kiekvieną veiklos etapą. Taip atrasite tinkamiausią jūsų vaikui mokymo metodą.



Šis aklo vaiko tėvas mokosi valgyti užrištomis akimis.



Šis tėvas valgyti mokosi, imituodamas, kad turi tik pusę regos lauko ir mato tik iš vienos pusės.

MOKYDAMI VAIKĄ, BŪKITE JAM UŽ NUGAROS

Jasonai, ar galiu tau ant rankų uždėti savo rankas ir tau padėti?

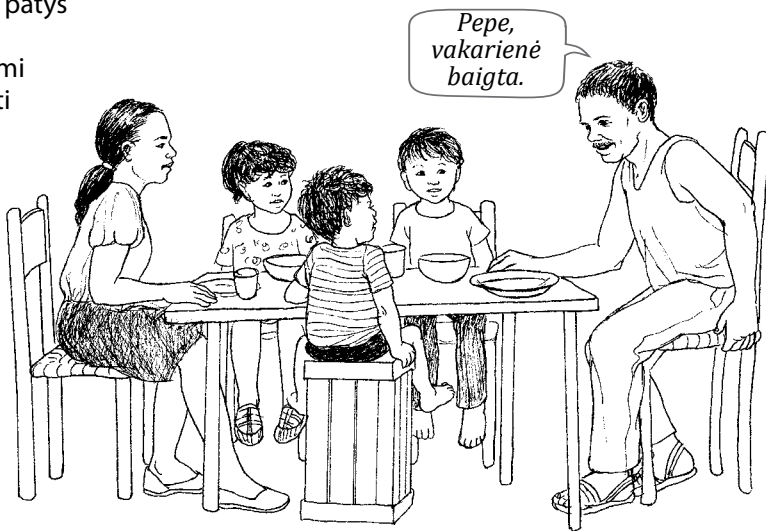


Kai vaikui rodysite, kaip daryti naują veiklą, pavyzdžiui, kaip pačiam valgyti arba apsirengti, jam bus lengviau suprasti jūsų judesius, kai būsite vaikui už nugaros. Kartais labai naudinga ant vaiko rankų uždėti savo rankas. Bet būtinai paklauskite, ar jis neprieštaruja.

DIRBKITE NUOSEKLIAI

Kiekvieną įgūdį pasistenkite suteikti tokiu pačiu būdu – sakydami tuos pačius žodžius ir tais pačiais etapais. Jums teks sugalvoti kuo įvairesnių veiklų, nes tie patys užsiėmimai vaikams greitai nusibosta. Tačiau pristatydami naują įgūdį stenkitės nekeisti nusistovėjusios pasakojimo apie ją tvarkos. Be to, kiekvieną veiklą pradėti ir baigti patartina tais pačiais žodžiais ir veiksmais. Tada vaikas supras, kad keičiasi veiklos pobūdis.

Pepe, vakarienė baigta.



DUOKITE VAIKUI PAKANKAMAI LAIKO

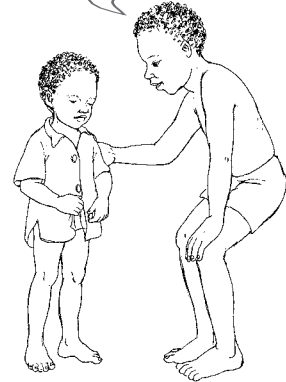
Prastai matančiam vaikui bent jau iš pradžių reikia daugiau laiko įvairioms užduotims atlikti. Jis ne visada iškart supranta, ko prašote, jam reikia pagalvoti, kaip jūsų prašymą išpildyti. Todėl būtinai duokite vaikui laiko, kad jam pavyktų gerai atlikti užduotį.



PASAKYKITE VAIKUI, KAIP JAM SEKASI

Prastai matantis vaikas nežino, kiek dar turės įdėti pastangų užduočiai atlikti, todėl jo labai turite jam tai pasakyti. Nežinodamas, ar jau viską padarė, jis gali prarasti užsą. Be to, kai vaikas kažką gerai padaro, būtinai jį pagirkite. Pagyrimo reikia visiems vaikams.

Kofi, tau labai gerai sekasi. Teliko užsisiegti paskutinę sagą.



Girdi, kaip teška vanduo? Tai aš plaunu grindis, Kam Sanai. Jos išsipurvina nuo žmonių kojų.



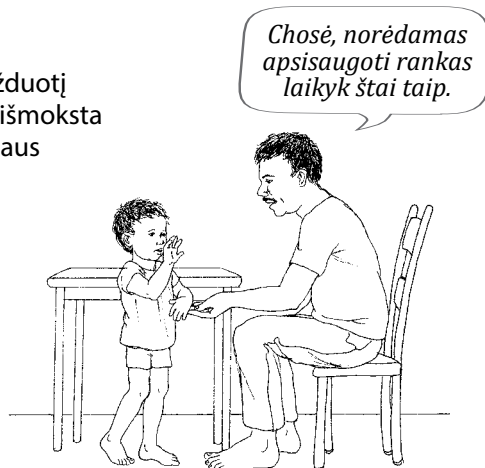
Padėkite vaikui suprasti, kas vyksta aplink

Regintis vaikas daug žino apie tai, kas vyksta aplink jį. Pavyzdžiui, jis žino, kas yra kambaryje, ką veikia žmonės, kuris žmogus kalba, iš kur sklinda garsai. Norėdamas sužinoti tuos pačius dalykus, aklas vaikas pamažu išmoksta pasitelkti kitus pojūčius. Jūs taip pat galite jam padėti sužinoti, kas vyksta aplinkui, apie tai pasakodami ir rodydami.

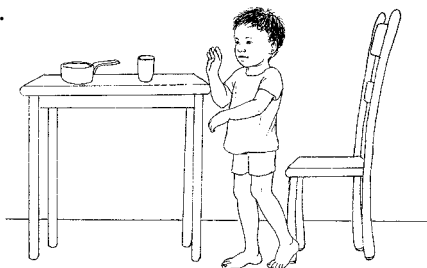
Niekada nepamirškite, kaip vaikai mokosi

Mokydami vaiką naujų įgūdžių nepamirškite, kad vaikai mokosi tam tikrais etapais.

Pirmiausia užduotį atlikti vaikas išmoksta su kito žmogaus pagalba.



Paskui jis tai daro vienas.



Galiausiai įgūdį vaikas pritaiko naujose situacijose.



Mokydami savo vaiką prisiminkite šiuos tris etapus. Taip pat nepamirškite, kad kol vaikai gerai įsisavina naują įgūdį, jie turi daug treniruotis.

Mokydami vaiką daugelio šioje knygoje aprašytų įgūdžių iš pradžių jam turite padėti. Tačiau vaikui naujo įgūdžio šiek tiek pramokus, padėkite jam vis mažiau. Pavyzdžiui, kai mokysite vaiką savarankiškai valgyti, elkitės taip:

Iš pradžių su savo rankomis galite judinti vaiko rankytes.



Pamatę, kad vaikas kažką daryti ima savarankiškai, pamažu paleiskite jo rankytę. Savo ranką pridėkite prie jo riešo, paskui truputį aukščiau...



... o paskui iki alkūnės.



SKATINKITE VAIKO SAVARANKIŠKUMĄ

Suprantama, kad tėvai nori vaikui padėti daryti įvairiausių dalykus. Bet būkite atsargūs, nes jei viską darysite už jį, jis negalės išmokti savarankiškai gyventi. Pavyzdžiui:



Kai vaikas numeta žaislą, suprantama, kad jūs norite jį pakelti ir jam paduoti...

... bet jis išmoks kur kas daugiau, jei padėsite jam surasti žaislą pačiam.

KUO GERIAU PASINAUDOKITE VAIKO REGOS LIKUČIU

Jei jūsų vaikas nors šiek tiek mato, bandykite užsiimti veiklomis, kurioms pravers regos likutis. Apie šias veiklas sužinosite kitame skyriuje.





4 skyrius

Išsiaiškinkite, kiek jūsų vaikas mato

Daugelis sutrikusios regos vaikų nėra visiškai akli – jie truputį mato. Vieni skiria šviesą nuo tamsos, bet nežiūri daiktų. Kiti mato daiktus tam tikrose vietose, apšviestus tam tikra šviesa arba tam tikro dydžio, ryškių spalvų daiktus. Kai kurie prastai matantys vaikai gali įžiūrėti judesius.

Prieš pradėdant daryti šioje knygoje aprašytas veiklas labai svarbu išsiaiškinti, kiek vaikas mato. Tai žinodami, su vaiku galėsite dirbti taip, kad jis gautų kuo daugiau naudos.

Jei jūsų vaikas truputį regi, žinodami, koku būdu jis mato, galėsite pasirinkti tinkamiausias veiklas regos likučiui panaudoti.



Naudojimasis rega regos likučiui nekenkia. Jei įvairiems tikslams pasiekti jūsų vaikas naudosis rega, jo akys labiau nenusilps.

Ar mano vaikas aklas visiškai, ar šiek tiek mato?

Jei nesate tikri, ar jūsų vaikas bent truputį mato, stebėdami vaiką pabandykite tai suprasti:

Ar esant ryškiai šviesai vaikas užsimerkia? Ar jis pasuka galvą į šviesos pusę?



Ar vaikas prisitraukia daiktus arčiau akių?



Ar vaikas sukioja galvą, sekdamas lėtai judančius daiktus?



Ar vaikas visada tam tikru būdu palenkia galvą į šoną?



Ar vaikas mojuoja ranka sau prieš akis?



Ar vaikas siekia daiktų, kurie neskleidžia jokio garso?



Jei pastebėjote vaiką darantį bent vieną iš šių dalykų, skaitykite tolesnius skirsnius, ir sužinosite, ką tie dalykai reiškia.

Ką mano vaikas mato?

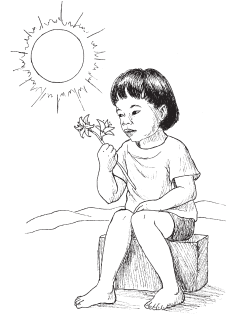
KOKIAM APŠVIETIMUI ESANT MANO VAIKAS MATO GERIAUSIAI?

Kai kuriems vaikams sunku prisitaikyti prie pasikeitusio apšvietimo. Jie mato esant tik tam tikram apšvietimui, o kitais atvejais – ne.

Atkreipkite dėmesį, ar esant šviesai vaikas prisimerkia. O gal jis nuo šviesos nosisuka? Gali būti, kad vaikas geriausiai mato esant neryškiai šviesai arba kai dangų dengia debesys.



Atkreipkite dėmesį, ar esant geram apšvietimui vaikas mėgsta žiūrėti į daiktus. Gali būti, kad geriausiai jis mato apšviestose patalpose arba kai šviečia ryški saulė.



Nuo to, iš kurios pusės krenta šviesa, gali priklausyti, kiek jūsų vaikas mato. Vaikui užsiimant įvairia veikla, pabandykite pakeisti šviesos šaltinio vietą, kad suprastumėte, kada vaikas mato geriausiai.



Kad ši mergaitė žiūrėtų smulkias detales, šviesos šaltinis turi būti tiesiai virš jos turimo daikto.



Galimybė matyti gali priklausyti nuo apšvietimo būdo. Vieni vaikai visai neblogai mato tada, kai šviesa nukreipta tiksliai ten, kur yra norimas matyti daiktas. Kiti geriau mato, kai šviesa, nors ir esanti stipri, yra išsklaidyta.

IŠ KOKIO ATSTUMO MANO VAIKAS MATO GERIAUSIAI?

Dauguma truputį matančių vaikų geriausiai mato tuos daiktus, kurie nuo akių yra nutolę per ištiestos rankos atstumą. Bet yra ir tokių vaikų, kurie mato tik tada, kai daiktai yra prie pat veido. Dar kiti geriausiai mato, kai daiktai nuo jų yra gerokai toliau. Atidžiai stebėkite savo vaiką ir sužinosite, koku atstumu nuo veido jis mėgsta laikyti daiktus. Tikriausiai tai ir yra tas atstumas, iš kurio jis geriausiai mato.



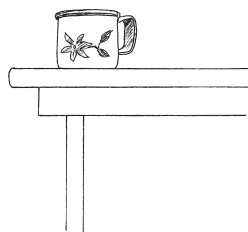
Ši mergaitė geriausiai mato, kai daiktai yra per ištiestos rankos atstumą.



O ši mergaitė geriausiai mato iš labai arti.

KURIA KRYPTIMI ŽIŪRĖDAMAS MANO VAIKAS MATO GERIAUSIAI?

Nors dauguma vaikų aiškiausiai mato objektus, esančius tiesiai priešais juos pačius, jie gali matyti ir bet kuriame šone, aukščiau arba žemiau akių esančius daiktus. Tačiau kartais vaikas nemato toli šone esančių daiktų. Arba gali visiškai nematyti tam tikrų plotelių, pavyzdžiui, plotelio tiesiai prieš save, kuriame nors šone, žemiau smakro arba virš akių. Norėdami išsiaiškinti, kuria kryptimi jūsų vaikas mato geriausiai, atidžiai stebėkite, į kurią pusę jis kreipia rankose esančius daiktus arba kaip pakreipia galvą, norėdamas kažką apžiūrėti.



Ši mergaitė regi tik šone esančius daiktus. Norėdama ką nors pamatyti, ji turi pasukti galvą į šalį nuo daikto ir pažiūrėti į jį iš šono.

KOKIO DYDŽIO DAIKTUS MANO VAIKAS MATO GERIAU?

Dauguma šiek tiek matančių vaikų geriau įžiūri didelius daiktus. Bet yra vaikų, matančių tik nedidelį plotelį priešais save. Tokie vaikai geriau atpažįsta ne didelius, bet mažus daiktus. Stebėdami savo vaiką suprasite, su kokio dydžio daiktais jam labiausiai patinka žaisti.



Ši mergaitė mėgsta žaisti su mažais daiktais, nes juos mato geriau.



Ši mergaitė geriau mato didelius daiktus.

AR MANO VAIKAS TEISINGAI SUVOKIA ATSTUMĄ IKI DAIKTŲ?

Yra vaikų, kuriems sunku suvokti, kiek nuo jų nutolę daiktai. Todėl, norėdami pasiekti daiktą, jie per toli ištiesia ranką. Būna ir taip, kad daikto siekia per arti, nes mano, kad jis yra arčiau nei iš tikrųjų. Norėdami sužinoti, ar jūsų vaikas teisingai suvokia atstumą iki daiktų, stebėkite, ar norėdamas paimti žaislus ir kitus daiktus vaikas ranką tiesia tiksliai tiek, kiek reikia.



Ši mergaitė pamanė, kad butelis stovi toliau, nei yra iš tikrųjų.



Šiam berniukui patinka žaisti su juoda keptuve, nes ją mato geriau nei šaukštą.

AR MANO VAIKUI PATINKA KAI KURIOS SPALVOS IR SPALVŲ KONTRASTAI?

Yra vaikų, kurie mato tik ryškių spalvų arba esančius kitos spalvos fone daiktus. Stebėdami vaiką suprasite, ar jis labiau mėgsta tam tikras spalvas, spalvų kontrastą, ar tam tikrų spalvų derinius. Labai tikėtina, kad tas spalvas ir jų derinius jis mato geriausiai.

KAS DAR TURI ĮTAKOS MANO VAIKO REGAI?

Tėvams atrodo, kad kartais jų vaikas mato tai geriau, tai blogiau. Tačiau nemanykite, kad vaiko rega kinta. Ar gerai vaikas mato, priklauso nuo daugelio veiksnių, pavyzdžiui:

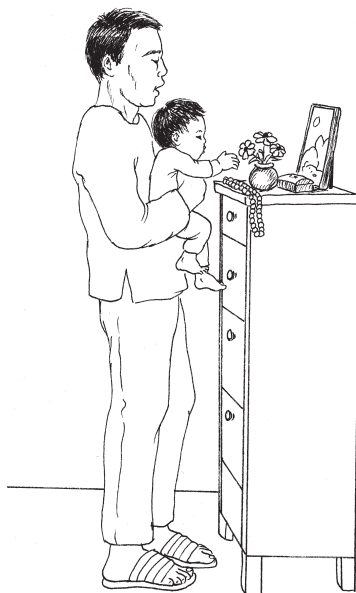
- Ar daiktas vaikui yra žinomas?
- Ar vaikas pavargęs, ar ne?
- Kokia vaiko sveikatos būklė?
- Ar vartoja vaistus?
- Ar vaikas linksmas, ar liūdnas?

Turbūt teks atidžiai, įvairiomis aplinkybėmis ir skirtingu paros metu stebėti vaiką, kad sužinotumėte, ką iš tiesų jis mato.

Padėkite vaikui išnaudoti regos likutį

Jei jūsų vaikas nors truputį mato, elkitės taip:

Sudarykite jam galimybę stebėti įvairius daiktus, taip skatindami domėtis aplinkiniu pasauliu ir labiau pasikliauti rega.



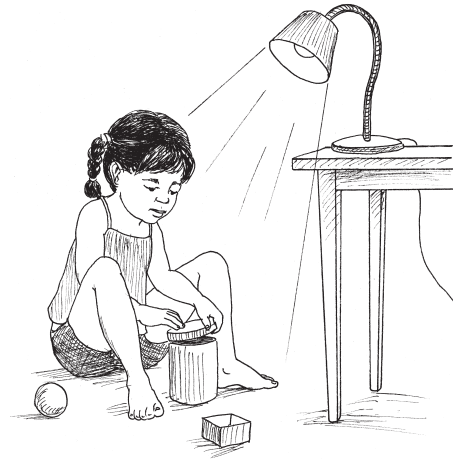
Vienas iš būdų parodyti vaikui įvairius daiktus – kartu vaikščioti po namus. Pasakokite apie tai, ką matote, ir skatinkite vaiką liesti daiktus, paimti juos į rankas.

Leiskite vaikui judėti ir į rankas imti daiktus taip, kad jis kuo geriau matytų, net jei jums tai atrodo keistai. Pavyzdžiui:



Jeigu jūsų vaikas mato tik siaurą plotelį tiesiai priešais save, eidamas ir aukštyn žemyn kilnodamas galvą, sukiodamas ją į kairę ir dešinę, jis matys daugiau, nei žiūrėdamas tik tiesiai.

Jeigu jūsų vaikas truputį mato, pabandykite pakeisti šviesos stiprumą, apšvietimo būdą, šviesos sklaidimo kryptį. Žiūrėkite, kas vaikui labiausiai tinka.



Jei pasikeitus apšvietimui vaikas nieko nebemato, pamokykite sustoti ir palaukti, kol pripras jo akys.

Stebėkite, ar jūsų vaikas kreipia dėmesį į tam tikrus dalykus:

- spalvas,
- spalvų derinius,
- dydžius,
- spalvų kontrastus.



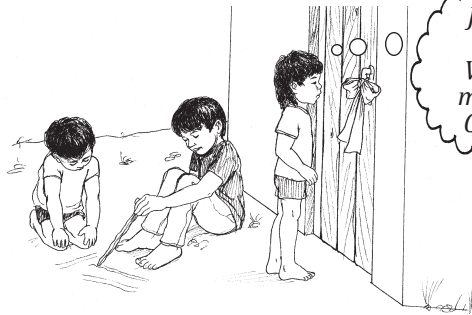
Atkreipus vaiko dėmesį, galima jam padėti saugiai judėti ir išmokyti naujų dalykų.

Norėdama atkreipti vaiko dėmesį, ši motina ant baltos patiesalos ridena ryškios spalvos kamuolį.

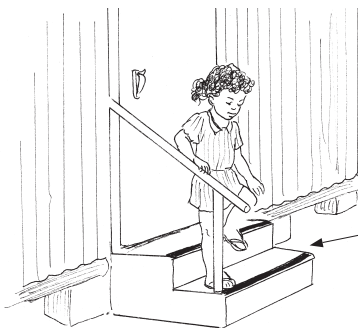


Ryškiomis spalvomis pažymėkite daiktų krašteliu ir teritorijų ribas. Tai padės vaikui išmokyti atpažinti teritorijas ir skirti formas.

Paūgėjusiam vaikui ryškių spalvų juostelės, audiniai arba kiti daiktai gali padėti sužinoti, kur jis tuo metu yra.



*Juostelė yra geltona.
Vadinasi, tai
mano draugo
Chosė durys.*



Ryški lipni juosta arba dažai vaikui padeda suprasti, kad keičiasi grindų lygmuo.

Ar mano vaiko rega ateityje pablogės?

Norint atsakyti į šį klausimą, jums reikia žinoti, dėl kokių priežasčių jūsų vaikas prastai mato. Daugiau informacijos skyriuje „Kodėl vaikai netenka regos ir kaip jiems galime padėti?“



5 skyrius

Veiklos kūdikiams nuo gimimo iki 6 mėnesių

Paprastai atrodo, kad neseniai gimęs kūdikis mažai ką veikia: daugiausia laiko valgo, miega ar tiesiog guli. Bet net jei atrodytų, jog kūdikis nereaguoja į aplinką, jis nuo pat pirmųjų gyvenimo dienų pradeda pažinti pasaulį, naudodamasis pojūčiais – klausa, lyta, uosle, skoniu ir rega.

Aklas arba blogai matantis kūdikis taip pat pradeda pažinti aplinką vos gimęs. Tačiau jam reikia jūsų pagalbos. Jūs savo mažylį turite supažindinti su pasauliu, kurio jis negali matyti.

Kūdikiui galite padėti – kuo dažniau duoti jam ko nors pasiklausyti, pačiupinėti ir pauostyti. Skatinkite tyrinėti aplinką, žaisti.



Jei kūdikis nemato žaislų arba žmonių veidų – jis nežino, koks pasaulis įdomus ir kad jį galima tyrinėti.



Mažylei reikia jūsų pagalbos – padėkite jai suprasti, kas tai yra.

Darydami bet kokias veiklas su savo kūdikiu, kalbėkite su juo. Net jei manote, kad jis dar per mažas suprasti, ką sakote, atminkite, kad žmogaus balso klausymasis yra vienas iš pagrindinių pasaulio pažinimo būdų. Informacijos apie tai, kaip bendrauti su kūdikiu atliekant įvairias veiklas, ieškokite skyriuje „Bendravimas su vaiku“.



VEIKLOS (NUO GIMIMO IKI 3 MĖNESIŲ)

Šiame skyriuje aprašytos veiklos suskirstytos į dvi dalis: pirmoje dalyje yra veiklos, skirtos kūdikiams nuo gimimo iki trijų mėnesių, antroje dalyje – nuo 4 iki 6 mėnesių, nes tokio amžiaus kūdikiai jau gali pradėti mokytis čia aprašytų įgūdžių. Nepamirškite, kad kol kūdikis išmoks naujo įgūdžio, gali prabėgti keli mėnesiai, todėl pravartu mokyti kelių įgūdžių vienu metu. Be to, atminti, kad kiekvienas kūdikis mokosi savu tempu. Per pirmus tris gyvenimo mėnesius kūdikis gali išmokti:

- atskirti pažįstamų žmonių balsus ir garsus,
- ne tik verkti, bet ir daryti kitokius garsus,
- aptikti savo rankas ir kojas,
- pakelti galvą,
- atskirti kvapus,
- paliesti ir sugriebti daiktus,
- mėgautis įvairiais prisilietimais,
- pats nusiraminti.

KAIP PADĖTI KŪDIKIUI IŠMOKTI PASITIKĖTI ŽMONĖMIS IR APLINKA?

Gera matantis kūdikis netrukus supranta, kad nuo skirtingų žmonių ir daiktų sklinda skirtingi garsai ir kvapai, skiriasi prisilietimai. Tokiam kūdikiui lengviau suvokti aplinką, pasijusti joje saugiam, atsiranda noras tyrinėti pasaulį. Tačiau aklą kūdikį garsai, kvapai ir prisilietimai gali gąsdinti, nes jam atrodo, jog jie atsiranda iš niekur. Aklam kūdikiui reikia daugiau pagalbos susipažinti su aplinka ir joje pasijusti saugiam.

Padėkite kūdikiui suprasti, kas skleidžia įvairius garsus, paskatinkite liesti daiktus, kad sužinotų, jog daiktų paviršiai skiriasi. Padėkite pajusti, kad tyrinėjimas gali būti labai įdomus užsiėmimas.



Kadangi jūsų kūdikis nemato ir nežino, kas netrukus nutiks, turite jį perspėti. Pavyzdžiui:

Prieš keisdami sauskelnes ar vystyklius, švelniai palieskite kūdikio kojytę. Pasakykite, ką ketinate daryti. Netrukus, pajutęs, kad palietėte kojytę, kūdikis žinos, ko tikėtis.



Švelniai palieskite kūdikio petį prieš paimdami ant rankų. Pasakykite, ką rengiatės daryti. Netrukus jis žinos, ką reiškia jūsų prisilietimas.



KAIP PASKATINTI KŪDIKĮ REAGUOTI Į ŽMONES IR GARSUS?

Kai kūdikis nemiega, laikykite jį prie savęs. Kuo dažniau su juo kalbėkite, kad jis žinotų jus esant šalia. Kūdikis išmoks atpažinti jūsų balsą ir atsilieps į jį.

*Rada, ar girdi
čežėjimą?
Tai aš pjaunu
kviečius.*



Paraginkite šeimos narius, kad pasakotų kūdikiui apie tai, ką jie tuo metu veikia. Jei tas pats žmogus visada daro tą patį darbą, pavyzdžiui, maudo kūdikį, kūdikis pradės atpažinti šeimos narius pagal tai, ką jie daro.

*Alba, dabar
tau nuprausiu
ranką.*



*Ar čia mano
mažoji miela
mergaitė?*



Kalbėdami su kūdikiu stenkitės, kad jis nusišypsotų. Jis vėl nusišypsos, jei švelniai papūsite į pilvuką arba pakutensite kojos pirštus.

Savo kūdikiui dainuokite, grokite muzikos instrumentais. Jei kūdikis pradės veblenti, pamėgdžiokite jo veblenimą, skatindami pradėti kalbėti.





Kai jūsų kūdikis pradės guguoti, žaiskite su juo taip: jo rankas pridėję prie savo lūpų ir kaklo, kartokite garsus. Taip padėsite suprasti, iš kur atsiranda garsai.

KAIP PADĖTI KŪDIKIUI SUPRASTI, KUR YRA JO RANKYTĖS IR KOJYTĖS, TAIP PAT IŠMOKYTI RANKOMIS SUČIUPTI DAIKTUS?

Žindydama kūdikį, švelniai pastumkite jo rankytę aukštyn, kad ji atsidurtų jums ant krūties. Taip išmokysite mažylį rankomis suimti ir išlaikyti daiktus. Be to, žindymo metu patartina dainuoti arba kažką kūdikiui pasakoti.

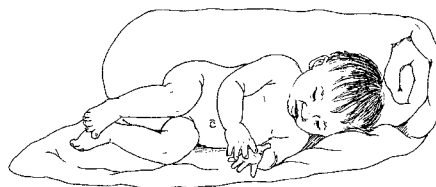


Pabandykite kūdikiui prie riešo arba čiurnos pririšti garsą skleidžiantį žaislą – mažą varpelį, pupų ankštį, apyrankę. Kūdikis kita ranka stengsis surasti garsą skleidžiantį daiktą ir pradės su juo žaisti.



Atminkite: kūdikis gali užspringti mažais daiktais, todėl neleiskite mažų žaislų arba daiktų dėti į burną.

Paguldyskite kūdikį ant šono, vietoj atramos nugarai padėję susuktą antklodę. Kūdikis natūraliai suglaus rankas ir pradės jas čiupinėti.



Duokite kūdikiui daiktų, į kuriuos būtų galima įsikibti ir kurių paviršius skirtųsi, pavyzdžiui, lygaus šilkinio audinio gabalėlį arba šiurkštaus audinio skiautę. Taip pat galite duoti kūdikiui traukti patikimai suvertus karolius arba virvę su daug mazgų. Jei jūs karolius truktelėsite į savo pusę, kūdikis taip pat stipriau į juos įsikibs.



Karmena, pabandyk traukti.

Būkite atidūs, kad karoliukai nepatektų kūdikiui į burną: jis gali užspringti arba uždusti.

Bina, iš pradžių patrinsiu tau krūtinę.



Pabandykite pamasažuoti kūdikio kūnelį, ištrynusi rankas augaliniu aliejumi arba sausai. Nuo krūtinės masažo pereikite prie rankų. Paskui pamasažuokite užpakaliuką ir kojas.

Kai kūdikis pripras prie masažo, paimkite skirtingos tekstūros audinių atraizas ir jomis švelniai patrinkite kūdikio kūnelį. Paskui, klausdama, kur yra rankytė ar kojytė, paraginkite kūdikį paliesti įvardintas kūno dalis.



Taip, čia tavo kojos pirštai!

Žaisdama su kūdikiu, palieskite jo kojytes ir pėdutes, paglostykite arba švelniai papūskite į jas ir pasakykite tos kūno dalies pavadinimą.

KAIP PADĖTI KŪDIKIUI IŠMOKTI VALDYTI GALVĄ?

Kai gulintis ant pilvo kūdikis kelia galvą, stiprėja jo kaklo raumenys. Matantis vaikas kelia galvą, norėdamas ką nors pamatyti, bet aklam kūdikiui reikia kitos priežasties galvai pakelti. Daugelis kūdikių nemėgsta gulėti ant pilvo. Jūsų kūdikis tokioje padėtyje mieliau gulės, jei jūs darysite taip:

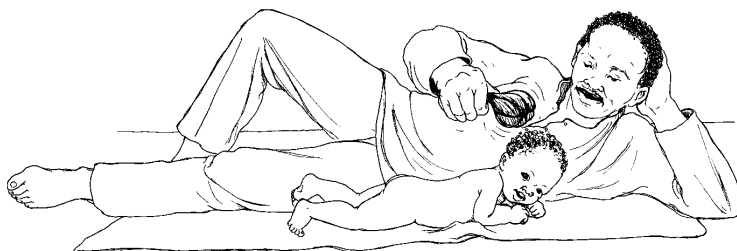
Paguldykite kūdikį sau ant krūtinės. Jei kūdikio veidas atsidūrė prie pat jūsų veido, išgirdęs jūsų balsą, jis norės pakelti galvą arba paliesti jūsų veidą. Taip pat galite paimti kūdikį į rankas ir pasūpuoti pirmyn ir atgal.



Pasiguldykite kūdikį ant kelių, prilaikydama jį ranka. Pasūpuokite, judindama kelius. Taip lengviau laikyti kūdikį, be to, skatinsite pakelti galvą ir treniruoti kaklo raumenis. Ir dar – tokioje padėtyje gulėdamas, kūdikis mokysis ropoti.



Duokite kūdikiui pačiupinėti garsą skleidžiantį žaislą, paskui pakelkite tą žaislą maždaug 15 cm kūdikiui virš galvos ir papurtykite. Paprastai kūdikis sureaguoja į garsą ir pakelia galvą.



KAIP PADĖTI KŪDIKIUI SUSIPAŽINTI SU DAIKTAIS PER SKONĮ IR KVAPĄ?

Kūdikiai su pasauliu pirmiausia susipažįsta į burną dėdami daiktus, kad pajustų jų skonį. Šis pažinimo būdas ypač svarbus nematantiems ir neprimatantiems vaikams, nes jie daug ką turi sužinoti pasitelkę kitus pojūčius. Visi daiktai, su kuriais žaidžia aklas kūdikis, turi būti labai švarūs ir pakankamai dideli, kad kūdikis neuždustų.

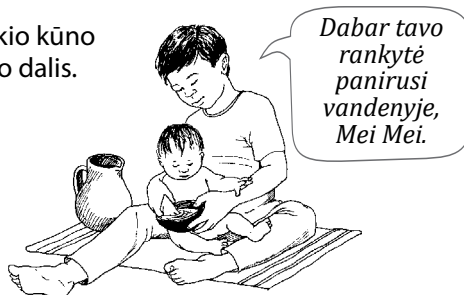
Pirštu švelniai palieskite kūdikio burną. Tegul čiulpdamas jūsų pirštą kūdikis jį ištyrinėja.



Kai kūdikis išmoksta pats į rankas paimti daiktus, skatinkite juos uostyti ir ragauti.

KAIP PADĖTI KŪDIKIUI LIEČIANT PAJUSTI SKIRTINGAS MEDŽIAGAS?

Pažaiskite žaidimą – panardindami kūdikio kūno dalis į vandenį, pasakykite, kokia tai kūno dalis.



Skatinkite kūdikį čiupinėti daiktus, uostyti stipriai, bet maloniai kvepiančius vaisius, daržoves, gėles.

KAIP PADĖTI KŪDIKIUI IŠMOKTI APSIVERSTI?

Matantis kūdikis išmoksta apsiversti norėdamas pasiekti daiktus. Jei jūsų kūdikis nemato, gali būti, kad turėsite jį pamokyti apsiversti. Kai jo galva, kaklas, pečiai sustiprės, pastebėsite, kad išgirdęs kokius nors garsus kūdikis pakelia galvą ir pasisuka. Dabar jis pasirengęs mokytis apsiversti.

Ant pilvo gulinčiam kūdikiui virš galvos pabarškinkite žaisliuką, kad jis pakeltų galvą. Kai mažylis čiups žaisliuką, patraukite jį kūdikiui už nugaros, skatindami apsiversti ant jos.



Paguldykite kūdikį ant šono. Už jo nugaros padėkite susuktą antklodę arba pagalvę. Kūdikiui prieš veidą pabarškinkite žaisliuką, tada žaisliuką padėkite ant grindų. Kūdikis pasuks galvą ir pečius, sekdamas paskui garsą, – ir apsivers ant pilvo.



4–6 MĖNESIŲ KŪDIKIS

Paūgėjęs kūdikis gali:

- Šypsotis, reaguodamas į pažįstamo žmogaus balsą arba pažįstamą garsą.
- Tyrinėti savo kūną, norėdamas sužinoti, koks jis yra.
- Guguoti – leisti į žodžius panašius, bet neturinčius prasmės garsus.
- Paimti daiktą ir įsidėti jį į burną.
- Perimti daiktą iš vienos rankos į kitą.
- Siekti žaisliukų, kuriuos išgirsta, apčiuopia arba pamato.
- Apsiversti nuo nugaros ant pilvo ir nuo pilvo ant nugaros.
- Mokyti sėdėti arba ropoti (pavyzdžiui, sėdėdamas ant kieno nors kelių, bandyti išlaikyti pusiausvyrą).

Maždaug tokio amžiaus aklas kūdikis gali pradėti kartoti tuos pačius judesius.

Akli kūdikiai dažnai kartoja neįprastus judesius, pavyzdžiui, spauda savo akis, mojuoja rankomis, siūbuoja visu kūnu. Nėra gerai žinoma, kodėl jie taip elgiasi. Galbūt todėl, kad visi kūdikiai jaučia poreikį tyrinėti aplinką ir žaisti.

Kūdikis, kuris nežino, kad aplinkui yra įdomių dalykų, žaidžia su vieninteliu jam pažįstamu daiktu – savo kūnu.

Savo kūdikį darant tokius judesius turėtumėte pastebėti, kol jis dar nesulaukė 6 mėnesių. Jei minėti judesiai trukdo mažyliui kreipti dėmesį į aplink esančius daiktus ir žmones, gali sutrikti kūdikio raida. Gali būti, kad kai kūdikis paūgės, kiti vaikai nenorės su juo žaisti, nes pasikartojantys judesiai juos gąsdins.

Šiame skyriuje aprašytos veiklos suteiks jūsų kūdikiui galimybę išmokti daug naujų dalykų. Skatinkite mažylį tyrinėti aplinką, žaisti, ir gali būti, kad jis vis rečiau darys pasikartojančius judesius.



KAIP PASKATINTI KŪDIKĮ SIEKTI DAIKTŲ IR JUOS SUČIUPTI?

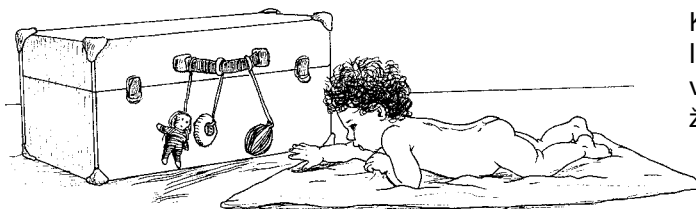
Sudarykite kūdikiui galimybę liesti įvairios paviršiaus tekstūros daiktus, pavyzdžiui, gauruotus, lygius arba su duobutėmis žaislus. Kai vaikas pradės su jais žaisti, patraukite tolyn, kad nepasiektų. Žaisliuku pabarbenkite į grindis, kad kūdikis žinotų, kur tas žaisliukas yra.



Purtykite garsą skleidžiantį daiktą tol, kol kūdikis išties į jį ranką. Gali būti, kad iš pradžių turėsite švelniai pastūmėti jo rankytę į daikto pusę. Tada pamokykite, kaip pakratyti žaislą ir perimti jį iš vienos rankos į kitą. Tokiu būdu kūdikis sužinos, iš kur sklinda garsas, be to, žaisdamas stiprins rankų raumenis.



Pritvirtinkite žaislus prie kūdikio drabužio arba trumpa juostele pririškite prie rankos. Kūdikiui išmetus žaislą, jo ranką veskite juostele iki vietos, kur pririštas žaislas. Kitą kartą kūdikis savarankiškai susiras žaislą ir žinos, kad daiktai, kuriuos jis išmeta, niekur nedingsta.



Keletą žaislų visada laikykite toje pačioje vietoje, kad kūdikis žinotų, kur juos rasti.

KAIP KŪDIKIUI PADĖTI IŠMOKTI APSIVERSTI?

Jei atlikote ankstesnę išmokyti kūdikį apsiversti skirtą veiklą, jūs traukėte tolyn nuo jo žaisliuką arba kažką dėjote jam už nugaros. Dabar metas jį išmokyti apsiversti be jūsų pagalbos.



Kai jūsų kūdikis gulės ant pilvo, sudominkite jį garsą skleidžiančiu žaislu, kaip darėte anksčiau. Bet kai kūdikis siekdamas žaislo išties ranką į šalį, pakelkite žaislą aukštin, kad reikėtų siekti truputėlį toliau. Jei kūdikis pakankamai stiprus, jis pasisuks ant šono, paskui apsivers ant nugaros.

Kai jūsų kūdikis gulės ant nugaros, sudominkite jį barškučiu, laikydama kurioje nors pusėje taip, kad kūdikis norėtų jį pasiekti. Padėkite jam apsiversti ant šono į tą pusę, kurioje yra garsą skleidžiantis žaislas, arba ant pilvo.



KAIP PARENGTI KŪDIKĮ MOKYTIS SĖDĖTI?

Jei jūsų kūdikis dar pats nesėdi, šios veiklos jam gali padėti greičiau išmokti šio įgūdžio.

Pasisodinkite kūdikį ant kelių veidu į save ir prilaikykite jo nugarą.



Paklausyk, kaip tavo broliukas ir sesutė iš molio daro kamuoliukus.



Pasisodinkite kūdikį ant kelių taip, kad jis nugara į jus atsiremtų.



Ant kelių pasisodinęs kūdikį, šiek tiek jį prilaikykite. Lėtai pakelkite keli, kad kūdikis truputį pasvirtų į vieną pusę. Po to pakelkite kitą keli. Norėdamas išlaikyti pusiausvyrą, kūdikis turės atsisėsti tiesiai.

KAIP PARENGTI KŪDIKĮ, KAD PRADĖTŲ ROPOTI?

Kad kūdikis galėtų ropoti, jo rankos ir pečiai turi būti pakankamai stiprūs. Be to, kūno svoriui persikeliant iš vienos pusės į kitą, mažylis turi sugebėti išlaikyti pusiausvyrą. Čia pagelbės tokios veiklos:

Paguldyskite kūdikį ant susukto patiesalo, kad jis rankomis ir keliais remtųsi į grindis. Ritinys turi būti pakankamai didelis, kad kūdikis turėtų atramą, bet ir ne per didelis, kad jo rankoms ir kojoms šiek tiek tektų kūno svorio. Lėtai pasūpuokite pirmyn atgal ir į šalis.



Paguldyskite kūdikį ant savo kojos arba ant susukto patiesalo. Paraginkite siekti žaislo, esančio vienoje pusėje, kad tuo metu kitos pusės rankai ir keliui tektų daugiau kūno svorio. Tą patį pakartokite su žaislu ir kitoje pusėje.

KAIP PASKATINTI KŪDIKĮ JUDĖTI IR KĄ DARYTI, KAD JIS NEBIJOTŲ JUDĖTI SAVARANKIŠKAI?

Leisdami kūdikiui įvairiais būdais judėti, padėsite jam tai pamėgti. Darydami šias veiklas, visą laiką su juo kalbėkite, tada kūdikis mažiau bijos daryti kažką nauja, pavyzdžiui:

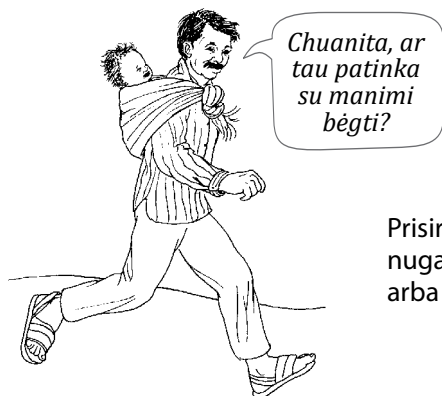


Paguldę kūdikį ant didelės antklodės arba hamako, pasūpuokite jį šalis.

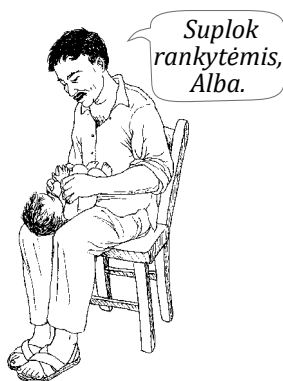


Pažaiskite žaidimą: du suaugusieji paeiliui perdavinėja kūdikį vienas kitam.

Sugalvokite, kokius kūno judesius galite daryti kartu. Pavyzdžiui, sulenkite kūdikio kojas ir mojuokite jomis aukštyn žemyn. Padėkite sudėti rankas ant krūtinės ir paskui ištiesti jas į šalis. Sudėkite delniukus ir pamokykite ploti. Pasakodami tai, ką tuo metu darote, visada kalbėkite tais pačiais žodžiais.



Prisirišę kūdikį prie nugaros, pabėgiokite arba pašokinėkite.





6 skyrius

Bendravimas

Bendravimas – tai procesas, kurio metu:

- vienas žmogus išsiunčia žinutę,
- kitas žmogus ją gauna ir atsako.

Kūdikis pradeda bendrauti vos gimęs, dar gerokai prieš tai, kai išmoksta kalbėti. Kad galėtų kalbėti su žmonėmis, kūdikiui reikėtų turėti paprastą bendravimo įgūdžių, pavyzdžiui:

Duok man šitą.



- ① Turi suprasti paprastus žodžius ir prašymus.



- ② Turi gebėti gestikuluoti.

Apapa.



- ③ Turi mokėti pasakyti paprastus žodžius.

*Skaniai
kvepia!*



- ④ Turi mokėti pasakyti trumpus sakinius.

Visi čia pateikti bendravimo įgūdžiai padeda vaikui palaikyti ryšį su šeima. Vėliau šie įgūdžiai pravers mokantis žaisti su kitais vaikais.

Kokią įtaką bendravimui turi regos sutrikimai?

Apie tai, ką mąsto ar jaučia, mažas kūdikis gali pranešti kūno judesiais (pvz., pasukdamas galvą), garsais (pvz., pravirkdamas) ir veido išraiška (pvz., susiraukdamas). Šeimos nariai išmoka suprasti, ką reiškia kūdikio siunčiamos žinutės, ir gali į jas deramai reaguoti.



Visi kūdikiai mėgsta žaisti.
Bet šitam kūdikiui reikia
pagelbėti, kad pradėtų žaisti.

Blogai matantis kūdikis gali atrodyti neįprastai ramus. Šalia esantiems jis gali siųsti mažiau žinučių, nes stengiasi įsiklausyti į aplinkinius garsus. Šeimos nariai tokiam kūdikiui gali padėti bendrauti, siųsdami žinutes jam suprantamais būdais ir patys mokydami suprasti ypatingas kūdikio siunčiamas žinutes.

Tėvai turi išmokyti atskirti įvairias kūdikio siunčiamas žinutes. Pavyzdžiui, regintis kūdikis dėmesį rodys akių kontaktu. Bet aklas kūdikis tokią pačią žinutę gali siųsti rankų ir kojų judesiais arba pasidaryti labai ramus, įsiklausydamas, kas vyksta aplinkui.

Kaip atsaką tėvai taip pat turi kūdikiams siųsti įvairias žinutes. Kartais tėvai pamiršta, kad kūdikis nemato jų žvilgsnio, šypsenos ir kad jie privalo siųsti žinutes, naudodamiesi lytėjimu bei garsais.



Jei mama pakutens kūdikį,
gali būti, kad jis nusišypsos.

Nepaprastai svarbu kalbėti su savo vaiku

Prastai matančiam vaikui sužinoti žodžių prasmę yra daug sunkiau nei reginčiam, nes silpnaregis vaikas nemato, apie ką kalbama. Tačiau aklam vaikui yra nepaprastai svarbu išmokti klausytis, ką sako žmonės, ir kalbėti, nes šie įgūdžiai jam padės suprasti nematomą pasaulį.



Dirbdami kasdienes darbus arba žaisdami su vaiku, visada su juo kalbėkite trumpais, paprastais sakiniiais. Iš pradžių gali būti sunku, ypač jei nesate pratę daug kalbėti. Bet atminti: tai vienas iš daugelio būdų padėti vaikui susipažinti su pasauliu, sužinoti apie dalykus, kurių jis negali patirti pats. Kalbėdami su vaiku dabar, suteiksite jam galimybę ateityje apie tuos dalykus kalbėti su kitais žmonėmis.



Atminti, kad regintis vaikas apie supantį pasaulį daug sužino stebėdamas. Nematantis vaikas naudojasi kitais pojūčiais tam pačiam tikslui pasiekti. Jei tik įmanoma, leiskite paliesti, paragauti arba pauostyti tai, apie ką kalbate. Tokiu būdu padėsite vaikui suprasti, ką reiškia jūsų pasakyti žodžiai.

VEIKLOS

Toliau pateikiamos veiklos suskirstytos į dvi dalis:

- veiklos dar nekalbantiems vaikams,
- veiklos pradėjusiems kalbėti vaikams.

Jei jūsų vaikas truputį mato, adaptuokite šias veiklas taip, kad būtų galima panaudoti vaiko regos likutį.

Bendravimas su dar nekalbančiu vaiku

ŽAIDIMAI, KAI ŽAIDŽIAMA „PAEILUI“

Žaisti su kūdikiu „Paeiliui“ reiškia, kad (1) jūs siunčiate jam žinutę arba atsakote į jums jo siųstą žinutę, ir (2) stengiatės, kad tarp jūsų nenutrūktų davimo ėmimo procesas.

Kiekvieną kartą su kūdikiu žaidžiant žaidimą „Paeiliui“, gali atsitikti kažkas įdomaus, netikėto. Tačiau norėdami, kad šis žaidimas vyktų sklandžiai, pateiksime keletą taisyklių, kurios jums pravers:

1. Prieš pradėdami praneškite kūdikiui, kad esate šalia ir kad jūs pasirengę žaisti.
2. Leiskite kūdikiui pradėti pirmam, kad jis pasufleruotų, ką nori daryti. Bet jei jums teks ilgokai laukti, pirmas pradėkite jūs.
3. Kai jūsų kūdikis koku nors būdu atsakys, manykite, kad tai buvo jo eilė veikti, ir atsakykite į tai. Tada kūdikis žinos, kad pastebėjote jo veiksmą ir kad jums tai patiko. Jei jis nesureaguos, padėkite jam pasufleruodami, pavyzdžiui, palieskite rankytę, primindami, kad dabar jo eilė. Gali būti naudinga imtis kitų veiklų, kai imama ir duodama, pavyzdžiui, ridenti kamuoliuką vienas kitam.
4. Kai ateis jūsų eilė, pasistenkite savo veiksmui sugaišti tiek pat laiko, kiek užtruko kūdikis, kai buvo jo eilė.
5. Leiskite vaikui nustoti žaisti, kada tik jis panorės. Dauguma žaidimų, kai reikia atlikti veiksmą vienas po kito, trunka minutę dvi, nes kūdikiai geba sukaupti dėmesį tik labai trumpam.

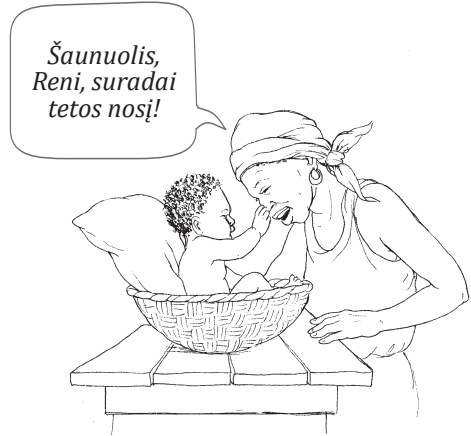


KAIP PASKATINTI KŪDIKĮ ŽAISTI ŽAIDIMĄ „PAEILIUI“?

Paeiliui atliekami veiksmai kūdikiui padeda suprasti, kad siunčiant žinutes galima daryti įtaką tam, ką žmonės veikia. Tai supratęs kūdikis labiau domisi aplinkiniu pasauliu ir noriau bendrauja. Žaisdamas žaidimus „Paeiliui“ kūdikis įgyja svarbių bendravimo įgūdžių, pavyzdžiui, išmoksta pradėti „pokalbį“, parodyti savo susidomėjimą, atsakyti į namiškių žinutes.



1. Teta Marija negarsiai prisistato ir švelniai paliečia sūnėno koją. Taip ji praneša, kad yra šalia ir nori su juo pažaisti.



2. Kai mažylis, atsakydamas į tetos prisilietimą, ištiesia ranką prie jos veido, teta sureaguoja pasakydama, kad jis padarė svarbų dalyką.



3. Marija palaukia, kol sūnėnas baigs čiupinėti jos nosį, tada pirštu paliečia jo nosytę.



4. Paskui ji palaukia, ką darys kūdikis, ir taip toliau.

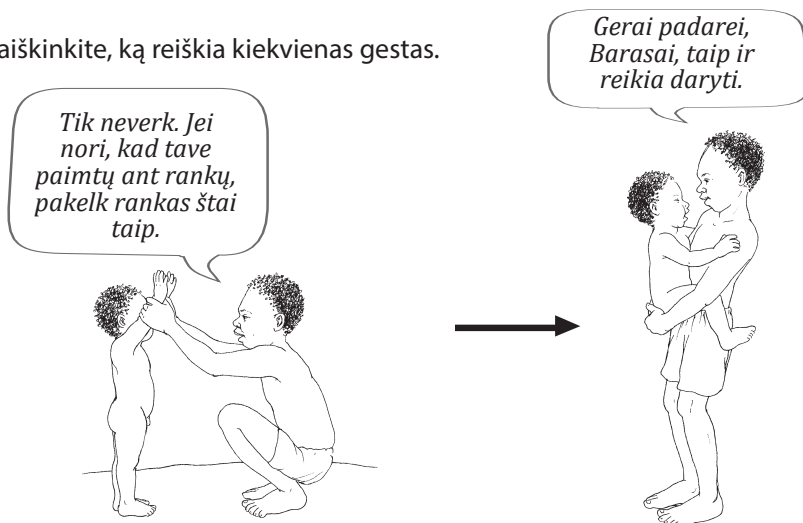
Bendravimas su vaiku, kol jis dar nekalba

KAIP PADĖTI KŪDIKIUI IŠMOKTI GESTAIS PERDUOTI ŽINUTES?

Pažaiskite žaidimus, kuriuose būtų naudojami gestai.



Paiškinkite, ką reiškia kiekvienas gestas.



KAIP PARUOŠTI VAIKĄ, KAD PRADĖTŲ KALBĖTI?

Pasakokite apie visus darbus ir kaip juos dirbate, aiškinkite, ką veikiate.



Štai dar vienas pavyzdys:



Didesnis berniukas mažesniui pasakoja apie savo mėgstamą žaidimą.

Pasakokite apie viską, ką veikiate, ir apie daiktus, kuriuos naudojate kiekvieną dieną.



Jei dirbdami kasdienius darbus daug kartų kartosite kūno dalių ir buities daiktų pavadinimus, jūsų vaikas žinos, ką tie pavadinimai reiškia, dar prieš išmokdamas juos išarti.

Vaikas, kuris prastai mato, nematys ir to, kaip žmonės parodo jausmus, pavyzdžiui, baimę arba džiaugsmą. Turite jam padėti, kad suprastų, kaip veide atsispindi jausmai. Pasiūlykite apčiuopinėti jūsų veidą ir savo veidą, kad sužinotų, kokios gali būti veido išraiškos.

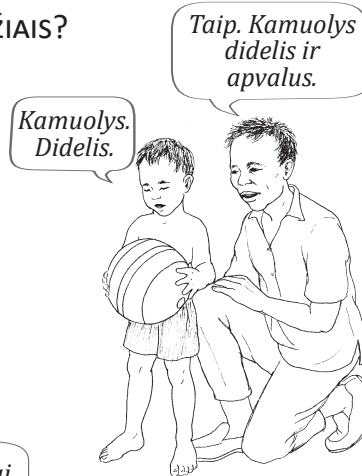
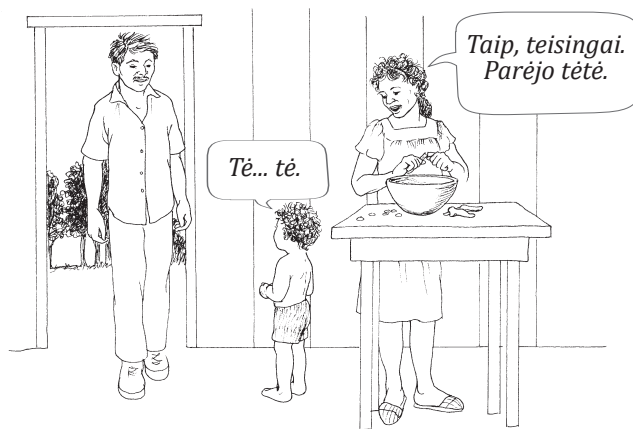


Pasikalbėkite apie jausmus ir emocijas, kurias patiriate jūs arba patiria jūsų vaikas.

Kai jūsų vaikas pradeda kalbėti

KAIP PADĖTI VAIKUI IŠMOKTI BENDRAUTI ŽODŽIAIS?

Mažas vaikas nemoka pakankamai žodžių, kad galėtų pasakyti viską, ką nori. Todėl gana dažnai vaikai tuo pačiu garsu arba žodžiu (arba keliais žodžiais) pasako daug skirtingų dalykų. Nesakykite vaikui, kad taip kalbėti negalima. Geriau padėkite išmokyti naujų žodžių, padidindami jo žodyną.



Nieko neduokite vaikui, kol pats nepaprašys.





Užduokite klausimus, į kuriuos reikėtų atsakyti keliais žodžiais, ne tik „taip“ arba „ne“.



Tegul jūsų vaikas imasi iniciatyvos, kai jūs su juo kalbatės. Kalbėkitės apie tai, apie ką jis nori kalbėti.

Jei nesupratote, ką vaikas norėjo pasakyti, pasakykite jam apie tai. Kartais, kad ir kaip stengsitės, nesuprasite, ką jums bando pasakyti jūsų vaikas.

Pabandykite jo paklausti:



Jei vis tiek nesupratote, ką jis jums stengiasi pasakyti, pasakykite, kad nesupratote.



Dažnai pasitaikantys sunkumai mokantis kalbėti

Matantys vaikai mokosi kalbėti stebėdami, kaip kalba kiti žmonės. Prastai matantys vaikai neturi tokios galimybės, todėl dažnai išmoksta kalbėti vėliau už reginčius. Be to, pasitaiko, kad kol mokosi kalbėti, nematantys vaikai keistai elgiasi, pavyzdžiui:

- sako ne tai, ką patys galvoja, bet kartoja, ką pasakė kiti,
- neteisingai vartoja įvardžius „jis“, „ji“, „tas“, „tu“,
- neatsigręžia į kalbantį žmogų,
- daug klausinėja.

Jei taip elgiasi ir jūsų vaikas, jam galėtų pagelbėti toliau aprašytos veiklos.

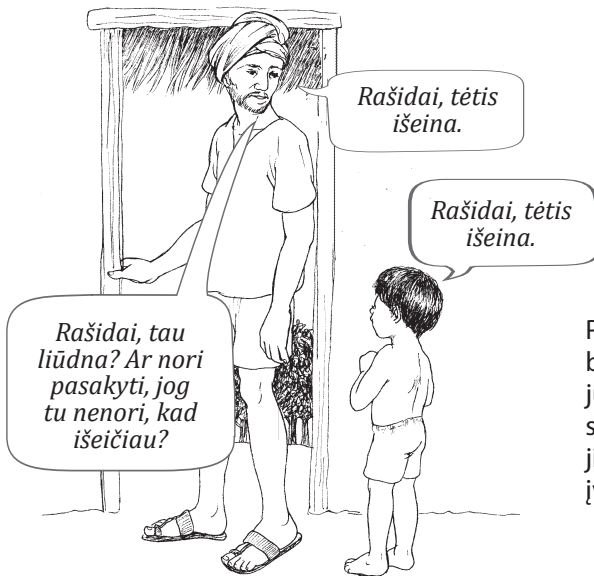
KAIP PADĖTI VAIKUI IŠREIKŠTI SAVO MINTIS?

Mažiems vaikams natūralu kartoti tai, ką pasakė kiti žmonės. Tiesą sakant, mažus vaikus reikėtų skatinti kartoti žodžius, nes taip jiems padėsime išmokti kalbėti. Bet užuot mokęsis reikšti savo mintis, nematantis vaikas daug ilgiau nei regintis kartoja žodžius. Taip jis elgiasi dėl tokių priežasčių:

- Jūsų vaikas gali norėti su jumis kalbėti, bet nemoka pakankamai žodžių, kad jums tai pasakytų.
- Jis gali nesuprasti, ką sakote, nes nemato daikto, apie kurį kalbate.
- Jis gali kartoti žodžius vien tam, kad suprastų, ką jie reiškia.

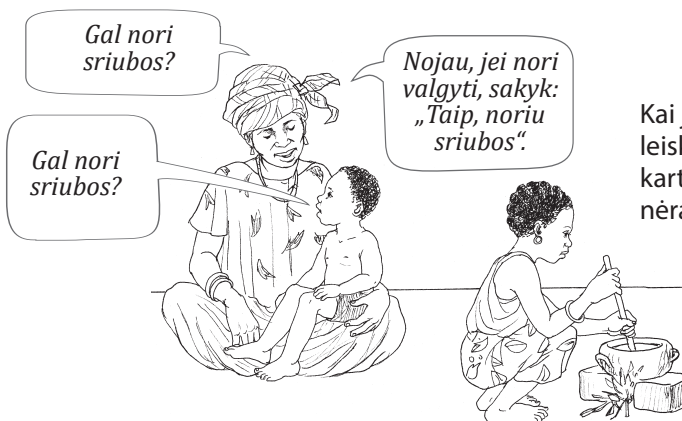
Jei vaikas kartoja, ką jūs sakote, leiskite jam suprasti, kad girdėjote, ką jis pasakė, ir išplėskite jo sakinį. Tokiu būdu parodysite vaikui, kad jo klausotės. Be to, jis supras, kad į klausimą galima atsakyti ir kitais žodžiais.





Pabandykite suprasti, ką jums bando pasakyti vaikas, kai kartoja jūsų žodžius. Pravartu pasistengti suprasti, kokius jausmus ir mintis jis nori išreikšti, nors ir nemoka jų įvardinti.

Stenkitės kuo dažniau vaiką išsivesti iš namų, kad jis susipažintų su platesniu pasauliu, ir suteikite galimybę pačiupinėti daiktus, apie kuriuos kalbate. Taip padėsite vaikui išmokti daugiau žodžių, jis rečiau kartos jūsiškius. Be to, parodysite ir kitiems žmonėms, koku būdu jie galėtų pagelbėti jūsų vaikui.



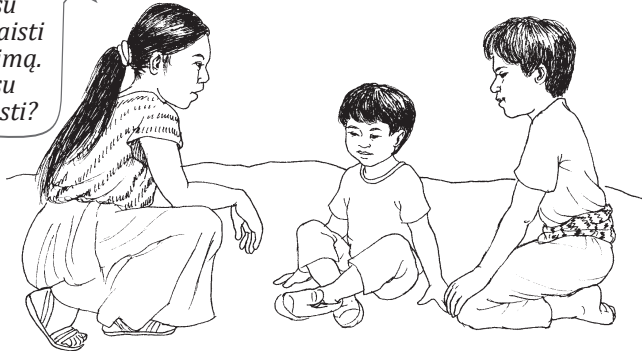
Kai jūsų vaikas paūgės, leiskite jam suprasti, kad kartoti tai, ką pasakė kiti, nėra gerai.

KAIP PADĖTI VAIKUI IŠMOKTI VARTOTI ĮVARDŽIUS?

Įvardžiai – tai žodeliai „jis“, „ji“, „tu“, „tas“. Jais galima įvardyti daug žmonių ir visokių daiktų. Visiems vaikams iškyla didesnių ar mažesnių sunkumų mokantis taisyklingai vartoti šiuos žodelius. Bet prastai matantiems vaikams būna dar sunkiau, nes jie nemato, apie ką kalbama, taip pat, ar kalba vyras, ar moteris. Paprastai akliems vaikams reikia metų ar net dvejų daugiau, nei regintiems, kad išmokytų taisyklingai vartoti įvardžius.

Kalbėdami su vaiku vartokite įvardžius, net jei jis jų dar gerai nemoka. Bet pasirūpinkite, kad vaikas žinotų, jog jūs kalbate su juo. Pirmiausia išstarkite vaiko vardą arba atsargiai palieskite, kad patrauktumėte jo dėmesį.

*Pedrai, mudu
su Chuanu
norime su
tavimi pažaisti
vieną žaidimą.
Ar nori su
mumis žaisti?*



Žaiskite tokius žaidimus, kurie padėtų vaikui išmokti kūno dalių pavadinimus. Kai jūsų vaikas išmoks pasakyti, kur yra jo paties kūno dalys, padėkite parodyti, kur yra kito žmogaus tos pačios kūno dalys.

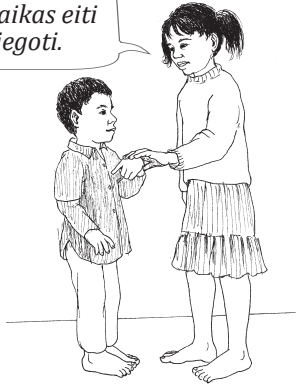
*Kur tavo
burna?*



*Ir aš turiu burną. Ar
gali parodyti, kur
mano burna?*

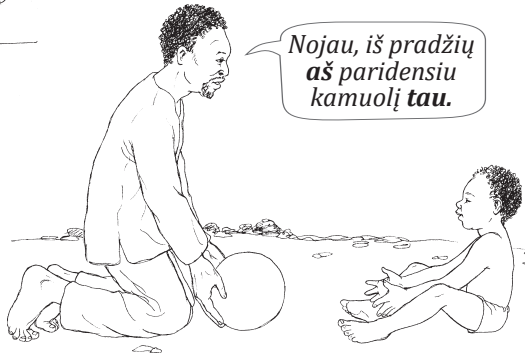


Tau laikas eiti miegoti.



Jei jūsų vaikas atrodo sutrikęs, parodykite jam, apie ką kalbate, nukreipdami jo ranką į žmogų, kurį nurodo pavartotas įvardis.

Žaiskite tokius žaidimus, kad veiksmus reikėtų atlikti paeiliui. Žaisdami pabrėžkite įvardžius.



Nojau, iš pradžių aš paridensiu kamuolį tau.

Jei jūsų vaikas neteisingai sako įvardžius, nes kartoja kitų žmonių pasakytus žodžius, pabandykite pasinaudoti ankstesnio skyriaus patarimais.

KAIP PADĖTI VAIKUI IŠMOKTI ATSIGRĘŽTI Į ŽMOGŲ, SU KURIUO JIS KALBA?

Kadangi akli vaikai nemato, kaip žmonės elgiasi kalbėdami, jie taip pat nežino, kad kalbant reikia atsisgręžti į žmogų, kuriam kažką sakai.

Pamokykite vaiką, kad reikia atsisukti į tą žmogų, su kuriuo kalbėsi.

Nojau, kai aš kalbu, atsisuk į mane.



Kalbėdama atsargiai pasukite vaiko galvą į save.

Džojau, prašau atsisukti veidu į mane, kai kalbi. Tada galėsiu tau atsakyti.

Mama, koks čia triukšmas?



Kai vaikas paūgės, pamokykite, kad kai jūs kalbate, jis atsisuktų į jus.

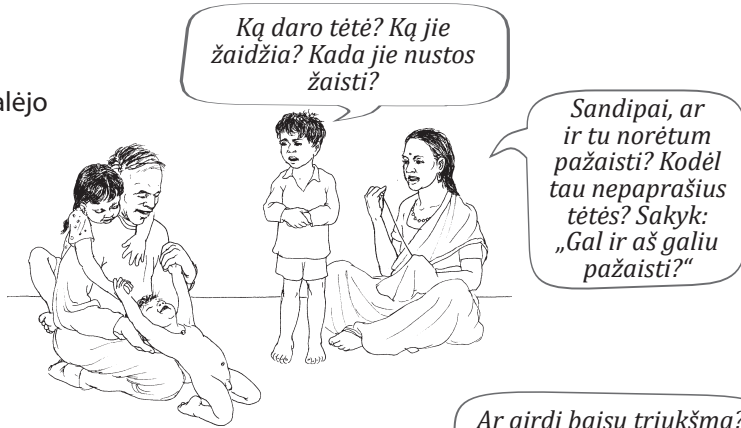
KAIP IŠMOKYTI VAIKĄ MAŽIAU KLAUSINĖTI?

Dauguma vaikų tam tikru gyvenimo laikotarpiu virsta tikrais „kodėlčiukais“. Bet akliems vaikams šis klausinėjimo laikotarpis ilgesnis. Taip yra tikriausiai dėl šių priežasčių:

- Jie nemato, kas dedasi aplinkui.
- Jie dar nemoka pakankamai žodžių ir negali palaikyti pokalbio.
- Jie nori palaikyti kontaktą su kitu žmogumi.
- Suaugusieji vaikams taip pat užduoda daug klausimų.

Jei jūsų vaikas jus apiberia daugybe klausimų (tiek, kad jums sunku į juos visus atsakyti) arba jei tie klausimai trukdo vaikui išmokti kitų kalbėjimo būdų, jam reikia jūsų pagalbos.

Pagalvokite apie jausmus, kurie galėjo paskatinti vaiką klausinėti.



Apie naujus dalykus vaikui papasakokite iš anksto, kol jis dar jų nepatyrė. Tada jam nereikės klausinėti, kad suprastų, kas vyksta.



Atkreipkite dėmesį, kaip jūs patys kalbate su vaiku. Ar užduodate jam daug klausimų? Jei taip, kai kuriuos klausimus paverskite teiginiais. Pavyzdžiui, užuot klausę „Ar nenori miego?“, sakykite: „Laikas miegoti“.





7 skyrius

Mąstymo įgūdžiai

Vaiko mąstymo įgūdžiai vystosi, kai jo aplinkoje yra daug galimybių žaisti su žmonėmis ir daiktais. Bet kokia veikla, kuri vaikui padeda mokytis, suteikia naujų paskatų mąstyti apie tai, koks yra pasaulis. Šiame skyriuje rasite idėjų, kaip tam tikromis veiklomis ugdyti vaiko mąstymo įgūdžius. Dauguma reginčių vaikų pradeda mokytis mąstyti maždaug tokio amžiaus:

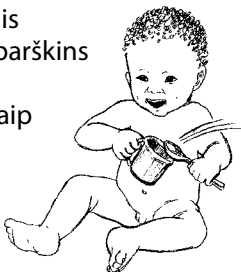


6–9 mėnesių kūdikis supranta, kad daiktai tebėra ir tada, kai jų nebesimato, nebesigirdi, kai jų negalima paliesti arba užuosti. Pavyzdžiui, jei kūdikis išmetė iš rankų puodelį, jis žino, kad puodelis ne pradingo, bet gulį ant žemės.



Maždaug 9 mėnesių kūdikis pradeda mėgdžioti tai, ką daro kiti.

9–12 mėnesių kūdikis supranta, kad tam tikru elgesiu jis gali pasiekti, kad vyktų tam tikri dalykai. Pavyzdžiui, jis supranta, kad jei pabarškins į puodelį šaukštu, pasigirs triukšmas. Taip pat tokio amžiaus kūdikis pradeda spręsti paprastus uždavinius.



Maždaug vienerių metų kūdikis geba surasti du panašius daiktus. Vėliau jis išmoks daiktus rūšiuoti ir skaičiuoti.



Prastai matantis vaikas taip pat gali išmokti šių įgūdžių. Jam tereikia truputį padėti, ir jis viso to išmoks tik 3–6 mėnesiais vėliau nei regintis vaikas.

VEIKLOS

Jei jūsų vaikas šiek tiek mato, šias veiklas pritaikykite kūrybiškai, kad būtų galima kuo geriau išnaudoti jo regos likutį.

Daiktų pažinimas

Kūdikis mano, kad daiktas arba žmogus egzistuoja tik tada, kai jį galima pamatyti, paliesti, išgirsti, užuosti arba paragauti. Bet jei daiktas dingsta iš akiračio arba nustoja skleisti garsą, kūdikis galvoja, kad daikto nebėra.

Nematantis ar prastai matantis kūdikis sunkiau už regintį suvokia, kad daiktai egzistuoja ir tada, kai jų nematyti arba negirdėti. Taip yra todėl, kad tokie vaikai turi mažiau informacijos apie daiktus. Pavyzdžiui, kai žaislas nustoja barškėti, aklas kūdikis jo nemato ir nežino, kad tas žaislas tebėra kambaryje.

KAIP PADĖTI VAIKUI SUPRASTI, KAD DAIKTAI TEBĖRA, NORS JŲ NEMATYTI, NEGIRDĖTI, JŲ NEGALIMA NEI PAČIUPINĖTI AR PARAGAUTI, NEI UŽUOSTI?



Prie žaisliukų pririškite juosteles, kurių kitą galą pritvirtinkite prie kėdės, stalo, kūdikio drabužėlių arba rankų.

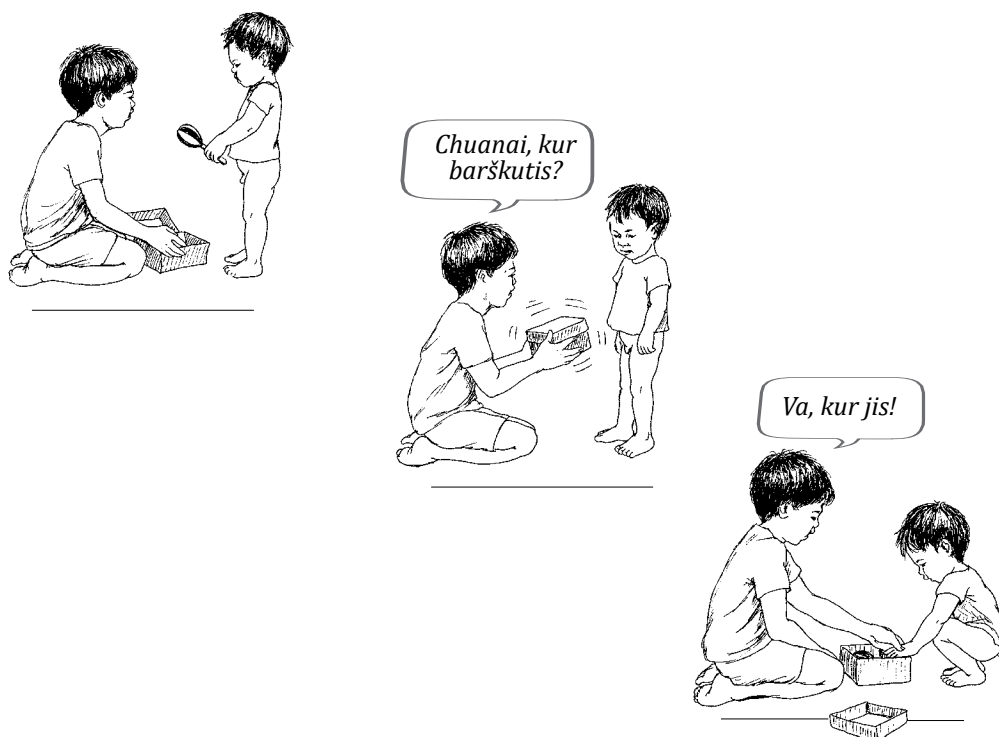
Į kamuolį įberkite sėklų, akmenukų – bet ko, kad riedėdamas kamuolys barškėtų. Tada su vaiku žaiskite, ridendami kamuolį vienas kitam. Garsas vaikui padės suprasti, kad kamuolys tebėra ir tada, kai jis jo nebeturi rankose.



Prie mėgstamo kūdikio žaisliuko pririškite juostelę. Parodykite kūdikiui žaisliuką su juostele, tada padėkite toliau, kad kūdikis nepasiektų. Pamokykite, kad traukiant už juostelės, žaislą galima surasti. Atminkite, kad mažiems vaikams su juostelėmis žaisti nesaugu, todėl stebėkite, kad žaidžiant juostelė neapsivyniotų aplink kaklą.



Parodykite vaikui, kad daiktą galima įmesti į dėžutę ir uždengti dangtelį. Paskui pamokykite, kaip nuimti dangtelį ir surasti tą daiktą



Vaikai mėgdžioja kitus žmones

Gera matantys vaikai daug išmoka tiesiog stebėdami aplinkinius žmones ir bandydami juos mėgdžioti. Tačiau nematantys ar prastai matantys vaikai, norėdami suprasti, ką daro kiti žmonės, turi išmokti įsiklausyti į garsus.

KAIP PASKATINTI VAIKĄ MĖGDŽIOTI ŽMONES?

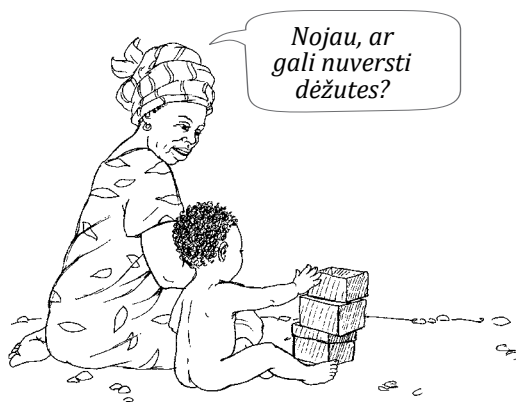
Pamėgdžiokite vaiką. Kai vaikas sukels triukšmą, atsakykite jam tuo pačiu.



Padarykite ką nors, kas sukeltų garsą, ir paskatinkite vaiką kartoti tai, ką jūs darote.

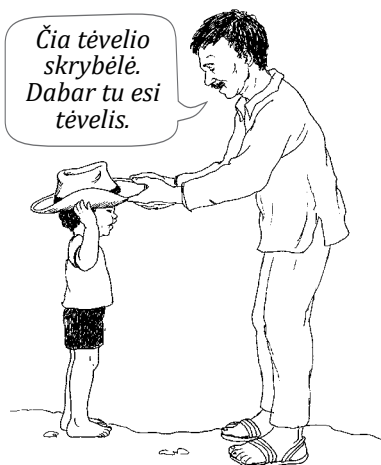


*Tik paklausyk!
Dėžutės
nuvirto.*



*Nojau, ar
gali nuversti
dėžutes?*

Kai vaikas paūgės, pasiūlykite jam apsirengti svetimais drabužiais ir apsimesti kitu žmogumi.



*Čia tėvelio
skrybėlė.
Dabar tu esi
tėvelis.*

Priežasties ir pasekmės suvokimas

Kai visai mažas kūdikis pradeda žaisti su žaislais, jis nežino, kas žaidžiant bus. Bet pamažu supranta, kad darydamas tam tikrus dalykus, pavyzdžiui, barškindamas žaislą į grindis, jis gali sukelti stiprų garsą. Kūdikui tai svarbi pamoka, nes jis pajunta, kad gali daryti poveikį supančiam pasauliui, ir pradeda domėtis reiškinį priežastimis bei pasekmėmis.

KAIP PADĖTI KŪDIKIUI SUPRASTI PRIEŽASTIES IR PASEKMĖS RYŠĮ?

Ten, kur miega arba žaidžia kūdikis, padėkite keletą garsą skleidžiančių žaislų. Pasirūpinkite, kad jie būtų pakankamai arti, kad kūdikis netyčia juos užkliudytų ranka arba koja. Netrukus jis išmoks sąmoningai juos trinkelėti arba paspirti.



Konti, kokį aukštą bokštą tu nuvertai!

Iš mažų dėžučių arba skardinių pastatykite bokštą, kurį jūsų kūdikis galėtų nugriauti. Kai taps vyresnis, išmoks bokštą pastatyti pats. Prieš nugriauant bokštą pasiūlykite atkreipti dėmesį, kokio aukštumo jis yra, ir pasiklaudyti, kokį garsą skleidžia kiekviena dėžutė ar skardinė.

Paiškokite, kad galima į dėžutę įdėti daiktų, kuriuos paskui bus galima iškratyti.



Uždavinių sprendimas

Jūsų vaikas jau pradeda suprasti, kaip reikia spręsti uždavinius. Pavyzdžiui, jei jis verkia, kai kažko nori, vadinasi, suprato, kad verkimas padės gauti tai, ko nori. Bet kai kūdikis verkia, jis prašo, kad jo problemą išspręstų kitas žmogus. Dabar jam reikia suprasti, kad daug uždavinių galima išspręsti pačiam.

KAIP PADĖTI KŪDIKIUI IŠMOKTI SPRĘSTI UŽDAVINIUS?



Uždenkite vaiko veidą antklode. Turbūt vaikas ją tuoj pat nutrauks. Bet jei nenutrauks, tai padarykite jūs ir vėl uždėkite antklodę.

Pažaiskite, slėpdami vaiko žaislus. Papurtykite barškutį, paskui pakiškite žaislą po antklode. Stebėkite, ar vaikas nutrauks antklodę, norėdamas surasti barškutį. Paskui žaisliuką uždenkite apverstu dubeniu arba keptuve. Žiūrėkite, ar vaikas supras, kaip nuimti dubenį.



Duokite vaikui dėžutę, pridėtą įvairaus dydžio daiktų, ir leiskite su jais žaisti. Paskui dėžutės dangtelyje išpjaukite skylę, bet tokio dydžio, kad kai kurie daiktai per ją neiškristų. Uždenkite dėžutę šiuo dangteliu ir paprašykite vaiko išimti iš dėžutės visus daiktus. Žiūrėkite, ar vaikas supras, kad norint išimti didžiausius daiktus reikia nuimti dangtelį.



Žaisliukas per didelės, kad jį būtų galima ištraukti, ar ne?



Panašių daiktų atrinkimas ir rūšiavimas

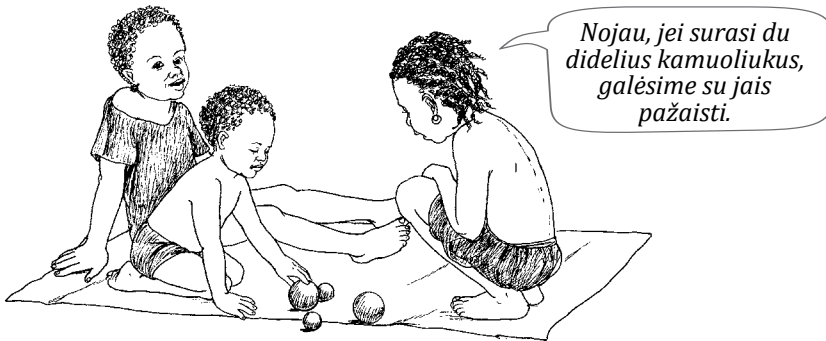
Kiekvienas vaikas turi sužinoti, kad vieni daiktai yra panašūs, kiti skirtingi. Ieškodamas panašių daiktų ir juos rūšiuodamas vaikas išmoka atkreipti dėmesį į svarbius panašumus ir skirtumus.

KAIP PADĖTI VAIKUI IŠMOKTI ATPAŽINTI PANAŠIUS DAIKTUS?

Prieš vaiką padėkite du skirtingus daiktus, pavyzdžiui, šaukštą ir prikaistuvį su rankena, ir leiskite juos ištyrinėti. Tada paduokite trečią daiktą, panašų į kurį nors vieną iš dviejų pirmųjų. Paprašykite surasti du tokios pačios formos daiktus.



Liepkite vaikui surasti tokio pat dydžio, spalvos, skleidžiančius tokį patį garsą arba tokio pat paviršiaus daiktus.



Dėžutės dangtelyje išpjaukite tokią skylę, kad ji būtų tokios pačios formos, kaip ir paprastas žaisliukas. Tada paprašykite vaiko surasti tokios formos žaislą ir įdėti į dėžutę.

KAIP PADĖTI VAIKUI IŠMOKTI RŪŠIUOTI DAIKTUS?

Dėžutėje išpjaukite skylę ir paprašykite vaiko surasti visus žaislus, kurie yra tokio dydžio, kad juos būtų galima per skylę įdėti į dėžutę.



Sėklas sudėk į vieną krūvelę, o akmenukus į kitą.



Pažaiskite kitą žaidimą: panašius daiktus sudėkite atskirai į vieną krūvelę.

Pažaiskite žaidimą, kai reikia vieną su kitu palyginti daiktus ir surasti tą pačią formą.

Surask trumpiausią lazdelę. Su ja galėsi piešti smėlyje.

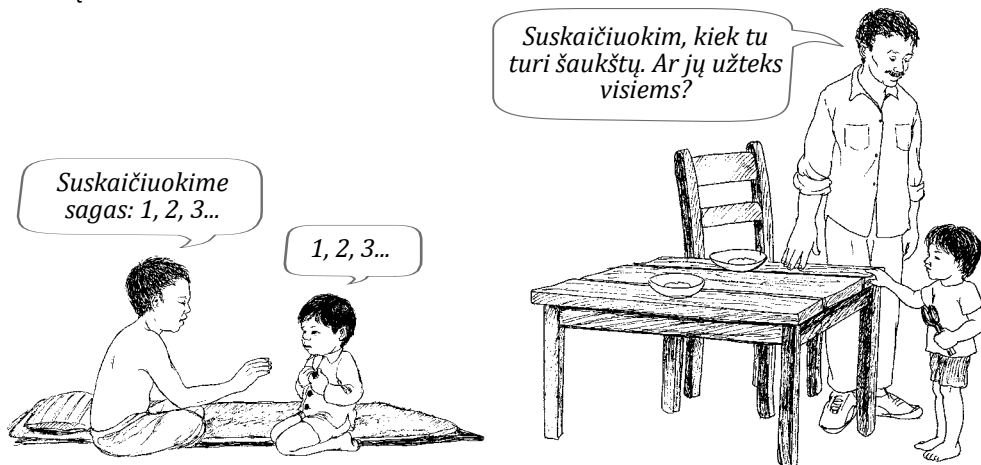


Padarykite dėlionę iš skirtingų geometrinių figūrų. Storo kartono lakšte iškirpkite skritulį ir kvadratą. Padėkite vaikui iškirptas detales įdėti ten, kur jos tinka. Kai vaikas tai išmoks, pasiūlykite jam į tinkamą vietą įdėti sudėtingesnes figūras, pvz., trikampį ir žvaigždę.

Skaiciavimas

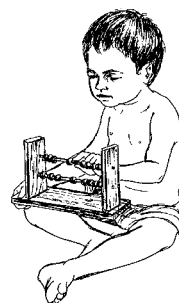
KAIP PADĖTI VAIKUI IŠMOKTI SKAIČIUOTI?

Visą dieną ieškokite progų pamokyti savo vaiką skaičiuoti.



Padarykite paprastus skaitytuvus. Stumdydamas karoliukus arba žiedus iš vienos pusės į kitą, vaikas mokysis sudėties ir atimties.

Kai vaikas įgus skaičiuoti, gali mokytis skaičiuoti daiktus, kuriuos galima apčiuopti, pavyzdžiui, stalo žaidimų kauliukus, arba mokytis naudotis dideliais skaitytuvais, jei jūsų bendruomenės žmonės jais naudojasi.



Kaip ugdyti vaiko gebėjimą mąstyti?

Kai jūsų vaikas kiek paūgės, jis turės išmokti suformuluoti sudėtingesnes mintis apie aplinkinį pasaulį, naudodamasis iki tol įgytais įgūdžiais. Suteikite kuo įvairesnių galimybių pažinti aplinką, kurioje vaikas gyvena, ir jūs jam labai pasitarnausite.

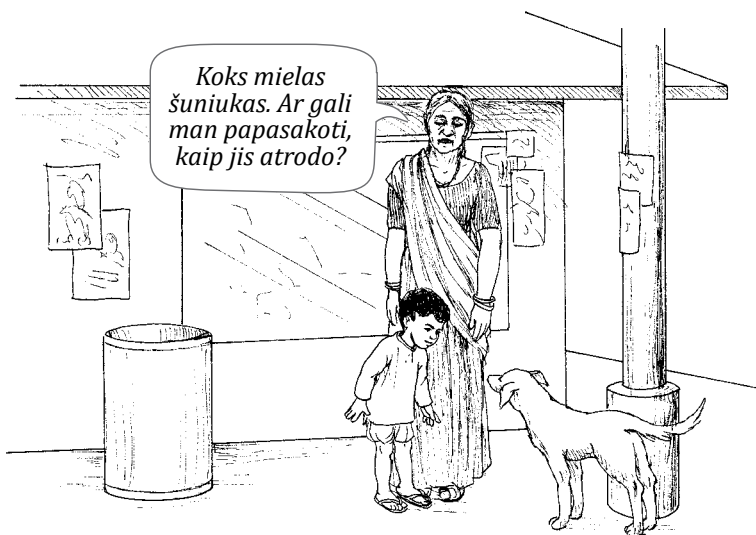


KAIP SUSTIPRINTI VAIKO MĄSTYMO ĮGŪDŽIUS?

Padėkite vaikui daugiau sužinoti apie daiktus: pasiūlykite apčiuopinėti visą daiktą, net ir labai didelį, kad sužinotų, kokia jo forma, dydis, svoris, koks jo paviršius.

*Pasisodinsiu
Raimoną ant pečių,
kad jis suprastų,
kokio aukštumo šitas
medis.*

Jei vaikas truputį mato, paprašykite apibūdinti daiktus arba juos nupiešti: sužinosite, ar vaikas mato pakankamai gerai, kad suprastų, kaip iš tiesų atrodo daiktai. Jei vaikas neteisingai pamatė daiktą, paaiškinkite, kaip jis atrodo iš tiesų.



*Koks mielas
šuniukas. Ar gali
man papasakoti,
kaip jis atrodo?*

Padėkite vaikui daugiau sužinoti apie įvairius buities darbus. Pavyzdžiui, pasiimkite vaiką su savimi į virtuvę ir paaiškinkite, ką reikia daryti ruošiant valgį.



Padėkite vaikui suprasti, kad daiktai gali keistis. Pavyzdžiui, gaminant maistą, kaip aprašyta prieš tai, galima vaikui paaiškinti, kad verdant arba kepant daržovių ir kiaušinių išorė pakinta, ir leisti pačiupinėti, kad pajustų skirtumą.



Padėkite vaikui vieną patirtį susieti su kita. Pavyzdžiui:





8 skyrius

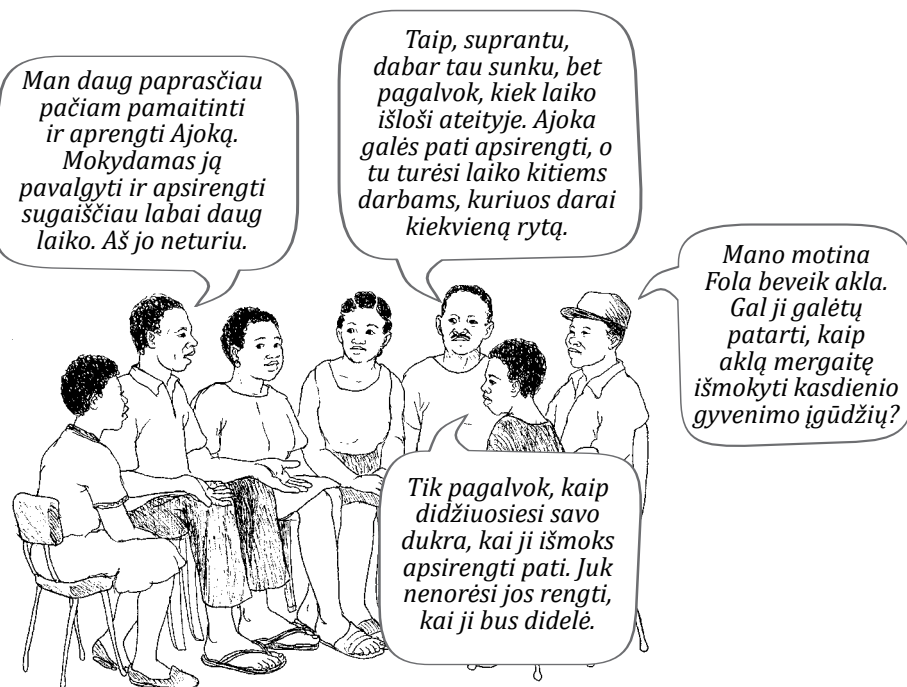
Buitinių įgūdžių mokymas

Jūsų vaikas dar mažas, bet kada nors jis taps suaugusiu žmogumi. Užaugęs aklas arba silpnaregis vaikas gali tapti gabiu, naudingu šeimos ir visuomenės nariu. Kaip ir visi kiti vaikai, jis turi išmokti:

- apsitarnauti,
- padėti šeimos nariams,
- savarankiškumo,
- deramo elgesio.

Mokymas apsitarnauti

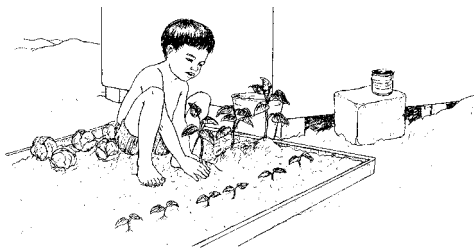
Nematantis vaikas privalo išmokti kasdienio gyvenimo įgūdžių, kad galėtų apsitarnauti – sugebėti pats pavalgyti, apsirengti, pasinaudoti tualetu, nusiprausti. Jei mažas vaikas išmoks tokių dalykų, vėliau jam bus lengviau lankyti mokyklą ir užsidirbti gyvenimui.



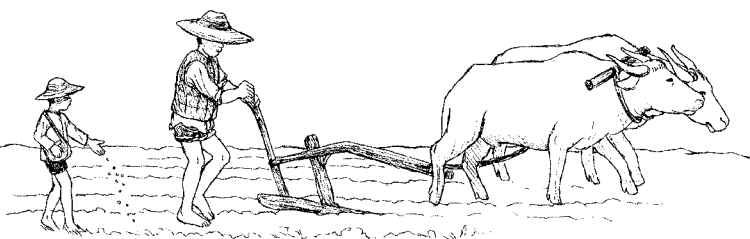
Mokymas padėti šeimos nariams

Nors aklam arba silpnaregiui vaikui iš pradžių reikia nedidelės pagalbos, jis, kaip ir visi kiti vaikai, gali išmokti padėti šeimos nariams dirbti įvairius darbus. Iš pradžių skirkite nesunkias užduotis, kad vaikas jas atliktų ir savo rezultatu būtų patenkintas. Vėliau, kai vaikas turės daugiau įgūdžių, duokite dirbti sunkesnius darbus. Jums palengvės buities darbų našta, o vaikas supras, kad jis taip pat reikalingas savo šeimai. Sustiprės vaiko pasitikėjimas savimi, atsiras ateities vilčių.

Mažas vaikas gali mokytis ūkininkauti, padėdamas sėti, sodinti ir prižiūrėti daržoves.



Vėliau vaikas su tėvu arba motina gali išeiti į laukus ir padėti apsėti lauką. Aklas vaikas kojomis pajus išartą vagą.

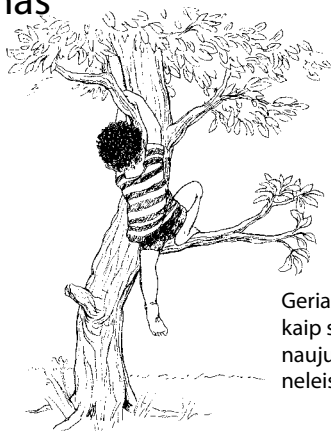


Padėkite vaikui suprasti visą užduoties procesą. Pavyzdžiui, paaiškinkite apie maistą: iš kur atsiranda maisto produktai, kaip jie gaminami, kur laikomas pagamintas maistas, kaip indai sutvarkomi pavalgius.



Savarankiškumo mokymas

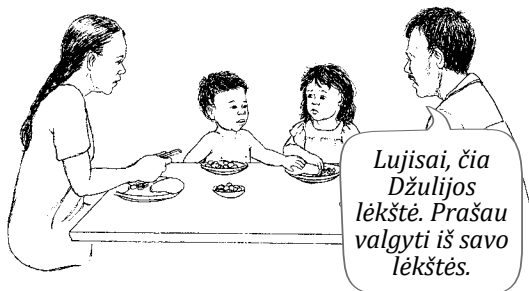
Vaikui būti savarankiškam reiškia, kad jam leidžiama kažką daryti pačiam, be kitų žmonių pagalbos. Kadangi tėvams rūpi aklo vaiko gerovė, kartais jie per daug jį saugo. Todėl paūgėjęs toks vaikas nieko nemokės daryti savarankiškai.



Geriau išmokyti vaiką, kaip saugiai daryti naujus dalykus, nei neleisti jų daryti.

Mokymas deramai elgtis

Auginant aklus arba silpnaregius vaikus reikia tvirtai, bet su meile skiepyti drausmę, lygiai taip, kaip auginant reginčius vaikus. Bet kartais suaugusiems taip gaila aklo vaiko, kad jam leidžia daryti viską, net ir tai, ko neleidžia kitiems vaikams. Pabandykite visiems savo vaikams nustatyti vienodas taisykles.



Tuanjau, nečepsėk, kai valgai.



Išmokykite aklą vaiką tų pačių gero elgesio taisyklių kaip ir kitus vaikus. Nors aklas vaikas valgydamas elgsis truputį kitaip nei regintys vaikai, pavyzdžiui, pačiupinės maistą, kad žinotų, kur kas yra – jis turėtų išmokti valgyti taip, kaip valgo jūsų bendruomenės žmonės. Tada vaikas galės valgyti su svetimais žmonėmis ir šeimai nereiks dėl jo gėdytis.

VEIKLOS

Jei jūsų vaikas nors truputį mato, būtinai pritaikykite šias veiklas taip, kad kuo geriau išnaudotumėte jo regos likutį.

Mokymas valgyti

Akli vaikai gali išmokyti patys valgyti tokiam pat amžiaus tarpsnyje, kaip ir regintys vaikai. Galite tikėtis, kad jūsų vaikas darys tą patį, ką daro kiti tokio amžiaus jūsų bendruomenės vaikai. Kiekvienoje bendruomenėje amžius, kada vaikai išmoksta patys valgyti, šiek tiek skiriasi, bet dauguma vaikų tam tikrų valgymo įgūdžių išmoksta maždaug tokio amžiaus:



Nuo gimimo iki 4 mėnesių: kūdikis moka žįsti ir ryti. Išmoksta išsižioti, kai jį rengiamasi maitinti.



Nuo 6 mėnesių arba vėliau: kūdikis pradeda maitintis ne tik motinos pienu, bet ir minkštu, trintu maistu, pvz., košėmis, ryžiais. Gali pradėti gerti iš puoduko.



6–12 mėnesių: pradeda valgyti pats, į burną rankomis dėdamas maisto gabaliukus. Vis dar turėtų būti maitinamas krūtimi, kai panorės.



Nuo 9 mėnesių iki 1 metų: pradeda valgyti trintą maistą ir naudotis valgymo įrankiais, pavyzdžiui, šaukštu.



1–3 metų: išmoksta valgyti, naudodamasis įrankiais, ir gerti iš puoduko.



3 metų: gali valgyti beveik viską, ką valgo suaugusieji.

Prastai matantis vaikas greičiau išmoks pats pavalgyti, jei kasdien valgys maždaug tuo pačiu metu, toje pačioje vietoje ir kartu su kitais žmonėmis. Šios aplinkybės jam padės suprasti, kad valgyti reikia tam tikru būdu. Be to, jei visi šeimos nariai tuos pačius maisto produktus vadins vienodai, vaikas greičiau išmoks jų pavadinimus.

KAIP PRADĖTI MOKYTI VAIKĄ SAVARANKIŠKAI VALGYTI?

Kad vaikui būtų lengviau išmokyti pavalgyti be kitų pagalbos, galite jį pradėti tam rengti iš anksto.



Prieš pradėdama žindyti kūdikį, duokite ženklą, pavyzdžiui, palieskite skruostą, kad jis žinotų, jog ketinate maitinti. Kai kūdikis pradės žįsti, uždėkite jo ranką sau ant krūties – padėsite kūdikiui suprasti, iš kur atsiranda pienas.

Kai pradėsite kūdikį maitinti košelėmis, prieš dėdami maistą jam į burną, pasakykite, ką darote. Leiskite pačiupinėti dubenėlį. Jums nešant šaukštelį su maistu prie vaiko burnos, vaiko ranka turi būti ant jūsų rankos. Papasakokite vaikui, ką jis valgo, koks maisto skonis, paraginkite paliesti ir pauostyti maistą. Jei vaikas išspjaus maistą, vis tiek bandykite maitinti, nes jis turi priprasti valgyti kitokį maistą, ne vien maitintis motinos pienu.



Duokite vaikui paragauti įvairaus maisto. Kai jis galės valgyti košeles, pasiūlykite tokio maisto, kokį valgo suaugusieji. Tikėtina, kad kai vaikas paūgės, toks maistas jam patiks. Jei vaikui nepatinka tam tikros tekstūros maistas, vis tiek siūlykite paragauti: valgydamas įvairius maisto produktus, vaikas gerai išmoks nuryti.



Leiskite vaikui pačiupinėti maistą, kurį jam duosite.

Jei vaikas negali išlaikyti galvos, pasisodinkite ant kelių, o galvą prilaikykite ranka. Perskaitykite skyrelį, kaip sustiprinti vaiko kaklo raumenis.

KAIP PADĖTI VAIKUI IŠMOKTI VALGYTI PAČIAM?

Kai mokysite vaiką gerti iš puodelio, visų pirma, leiskite apčiupinėti patį puodelį ir įkišti pirštą į jame esantį gėrimą. Paskui tegul vaikas paima puodelį į rankas ir pauosto gėrimą, tuo metu jūs padėkite jam priglausti puodelį prie lūpų. Pasakykite, kad atsigertų gurkšnelį. Galiausiai padėkite pastatyti puodelį į tą pačią vietą, iš kur paėmė.



*Kur tavo burnytė?
Maistas keliauja
tiesiai į tavo
burnytę, Meliza.*

Jūsų vaikas geriau valgys, jei valgydamas sėdės tiesiai.

Kai vaikas pradės imti maistą rankomis, tegul jis jį čiupinėja ir uosto. Iš pradžių turėsite padėti, kad vaikas įsidėtų maistą į burną, bet palaipsniui jis išmoks tai padaryti pats.

Padėkite savo vaikui išmokti naudotis valgymo įrankiais – šaukštais, valgymo lazdelėmis, šakutėmis, pirštais – atsižvelgiant į tai, kas yra įprasta jūsų bendruomenėje. Išmokykite teisingai laikyti įrankius, jais paimti maistą, įsidėti į burną. Sėdėkite šalia ir nukreipkite vaiko ranką. Pamažu leiskite valgyti pačiam. Turėkite kantrybės. Iš pradžių vaikas apsidrabsstys maistu. Paprastai prireikia metų ar net daugiau, kol vaikas įgunda naudotis valgymo įrankiais.

Net ir tada, kai vaikas pradės naudotis valgymo įrankiais, leiskite jam paliesti maistą, kad žinotų, koks maistas patiekta ir kurioje dubenėlio vietoje jis yra. Be to, kiekvieną kartą valgant pravartu maistą ir puodelį su gėrimu visada statyti toje pačioje vietoje.



*Pupelės dešinėje,
ryžiai kairėje, kaip
visada.*

Leiskite aklam vaikui valgyti su visa šeima, kad suprastų, jog valgydami žmonės bendrauja. Paskatinkite visus namiškius įtraukti aklą vaiką į tai, kas vyksta prie stalo.



Pamokykite aklą vaiką priekiniais dantimis atkąsti maisto gabaliuką ir sukramtyti krūminiais dantimis. Parodykite, ką reikia daryti kramtant: vaiko ranką priglauskite prie savo žandikaulio ir darykite kramtymo judesius. Jei vaikas nepaseks jūsų pavyzdžiu, atsargiai pajudinkite jo apatinį žandikaulį aukštyn žemyn, kad suprastų, ką reiškia kramtyti.



Irena, kai vanduo palies tavo pirštą, nustok pilti.

Kai jūsų vaikas galės išlaikyti ąsotį arba puodynę, padėkite jam išmokti įsipilti vandens. Laikydamas pirštą puodelyje ir pildamas vandenį vaikas žinos, kada puodelis pilnas. (Pabandykite tai padaryti patys užmerktomis akimis.)

Mokymas apsirengti

Vaikai išmoksta apsirengti būdami įvairaus amžiaus, tai priklauso nuo vietinių papročių. Vis dėlto dauguma vaikų išmoksta apsirengti maždaug tokio amžiaus:

Iki 1 metų:
Kūdikis visiškai
nepadeda mamai.



1 metai:
Vaikas pradeda padėti
jį aprengti.



2 metai:
Vaikas nusirengia
laisvus rūbus.



3 metai:
Vaikas
apsivelka
laisvus rūbus.



4 metai:
Vaikas
užsisagsto
dideles
sagas.



5 metai:
Vaikas apsirengia
pats, tik neįveikia
sudėtingesnių
rūbo vietų.



Aklas vaikas greičiau išmoks pats apsirengti, jei kiekvieną dieną rengsis toje pačioje vietoje. Šeimos nariams pravartu nekaitalioti drabužių pavadinimų, be to, kiekvieną kartą rengiantis reikia duoti instrukcijas tokia pačia tvarka. Geriausia mokyti rengtis tada, kai vaikui to reikia, pavyzdžiui, kai reikia nusirengti einant maudytis arba apsirengti einant į lauką. Tai padės vaikui suprasti, kodėl reikia nusirengti arba apsirengti.

KAIP SUDOMINTI VAIKĄ RENGIMOSI VEIKLA?

Leiskite vaikui pačiupinėti rūbelį, kuriuo jį aprengsite. Tada vaikas iš anksto žinos, iš kokios medžiagos, kokios formos rūbu ketinate jį aprengti. Papasakokite apie medžiagą, spalvas.



Dabar tau per galvą užmausiu tavo raudoną suknelę.

Rengdama vaiką, pasakykite visų drabužių ir kūno dalių, kurias tais drabužiais aprenigate, pavadinimus.



Roza, ištiesk dešinę ranką, kad galėčiau užmauti tavo geltonų marškinių rankovę.



Rengdami vaiką prašykite, kad jis jums padėtų. Vaikas supras, kad ir jis yra svarbus rengimosi proceso dalyvis.

KAIP PADĖTI VAIKUI IŠMOKTI PAČIAM NUSIRENGTI IR APSIRENGTI?

Pažymėkite, kur yra vaiko drabužėlių užpakalinė dalis (mazgu, audinio gabalėliu, segtuku), kad vaikas atskirtų, kur jo drabužio priekis, kur nugara. Be to, pažymėkite vieną batą, kad vaikas atskirtų kairįjį batą nuo dešiniojo.



Ovanai, šita saga yra ant kelnių užpakalio.

Vaikui daug paprasčiau nusirengti nei apsirengti, todėl pirmiausia išmokykite nusirengti.

Marija, pirmiausia nustumk kelnes žemyn...



... paskui atsisėsk ir nutrauk jas.



Norėdami padėti vaikui išmokti užsimauti kelnes, pirmiausia padėkite rasti kelnių priekį. Tada padėkite jas užsimauti.

Roberta, įkišk dešinę koją į dešinę klešnę. Stumk, kol iš jos išlįs pėda. Paskui įkišk kairę koją.



Timptelk kelnes aukštyn.



Norėdama padėti vaikui apsivilkti marškinius, paaiškinkite, kad yra trys skylės, iš kurių didžiausia skirta galvai. Tada:

Padėkite suimti marškinius taip, kad vaikas galėtų per didžiąją skylę įkišti galvą...



... paskui įkišti rankas į rankoves ir tįptelėti marškinius žemyn.



Padėkite vaikui išmokti atsegti sagas. Iš pradžių vaikui bus lengviau, jei bandys atsagstyti suaugusiųjų drabužius, nes jų sagos didesnės. Kai išmoks atsagstyti, pamokykite užsagstyti.



Pamokykite vaiką, kad drabužius visada dėtų į tą pačią vietą, tada visada lengvai juos suras ir vis rečiau bus reikalinga jūsų pagalba.

Olivija, kai išskalbiu drabužius, juos kabinu džiūti saulėje.

Paaiškinkite vaikui, kaip reikia skalbti ir džiiovinti drabužius.



Mokymas naudotis tualetu

„Tualetų mokykla“ reikia, kad vaikas išliktų švarus ir sausas. Vaikas pradėdamas mokytis tuštintis tam tikroje vietoje tada, kai:

- žino, kada jam reikia tuštintis, ir sugeba palaukti, kad nepriterštų drabužių arba grindų;
- pats nueina į tualetą, prašo padėti nusišluostyti, pats apsirengia, pats atsikrato atliekų (jei reikia).

Negalima tiksliai pasakyti, kokio amžiaus vaiką pradėti mokyti savarankiškai tuštintis tualete: tai priklauso nuo vaiko ir vietinių papročių, kurie labai skiriasi. Padedami suaugusiųjų, dauguma vaikų išmoka neprisišlapinti būdami 2–2,5 metų. Akli vaikai vėliau pradeda naudotis tualetu nei regintys. Kai jūsų vaikas išmoka likti sausas maždaug 2 valandas, jis pradeda atpažinti jausmą, pranešantį, kad reikia eiti į tualetą. Tai yra tinkamas metas pradėti mokyti naudotis tualetu.

KAIP IŠMOKYTI VAIKĄ TUALETO ĮGŪDŽIŲ PRADMENŲ?

Keisdami kūdikio vystykus, visada tais pačiais žodžiais pasakokite, kuo skiriasi šlapi ir sausi vystykai. Leiskite kūdikiui pačiupinėti vystykus, kad suprastų, kuo jie skiriasi.



Į tualetą visada eikite tuo pačiu maršrutu, kad vaikas įsimintų kelią.

Nusiveskite vaiką į tualetą ir paaiškinkite, kas vyksta. Visada kalbėkite tais pačiais žodžiais. Paprašykite, kad visi šeimos nariai kalbėtų tokiais pat žodžiais.

KAIP PADĖTI VAIKUI PAČIAM PASINAUDOTI TUALETU?

Įsidėmėkite, kada jūsų vaikas paprastai prišlapina sauskelnės, ir prieš tai nuveskite į tualetą. Taip darykite visą dieną ir ypač tuo metu, kai yra didžiausia tikimybė, kad vaikas prisišlapins (pavyzdžiui, po valgio, prieš dienos miegą, prieš užmigdydami nakčiai).

Paprašykite vaiko jums pasakyti, kada jam norisi į tualetą. Jis gali tai pranešti tam tikru žodžiu arba ženklu.



Įšmokykite teisingai atsisėsti ant unitazo arba atsitūpti ir nusišluostyti. Pagirkite, kai viską padarys gerai.



Pabūkite šalia vaiko, jam naudojantis išviete, kol jis nustos bijoti likti vienas. Parodykite, kaip įsikibti į rankeną ir abi pėdas pastatyti ant žemės, kad nebijotų įkristi į duobę.

Jei jūsų vaikas prisišlapino nespėjęs nueiti iki tualetu, vis tiek nusiveskite į tualetą ir ten perrenkite, kad suprastų, kas sieja sausus drabužius ir sėdėjimą ant unitazo.



Mokymas pasirūpinti kūno švara

Kaip ir visiems vaikams, aklam vaikui taip pat reikia išmokti nusiplauti rankas, nusiprausti, išsivalyti dantis ir susišukuoti.

KAIP IŠMOKYTI PALAIKYTI KŪNO ŠVARĄ?

Padėkite aklam vaikui išmokti pasirūpinti kūno švara, paaiškinkite, kodėl tai svarbu. Pavyzdžiui, plaudamiesi ir šluostydamiesi rankas pasakokite, ką darote, kokias kūno vietas plaunate. Leiskite vaikui pačiupinėti rankas, pajusti judesius, paliesti vandenį ir rankšluostį.

Padėkite vaikui pačiam nusiplauti rankas. Aiškindami būkite vaikui už nugaros. Parodykite, kaip tai daroma, uždėję savo rankas vaikui ant rankų. Padėdami nusiprausti, visada kalbėkite tokiais pačiais žodžiais, darykite tokius pačius judesius. Palaipsniui vaikas išmoks pats nusiprausti, o jūs vis mažiau jam padėkite.

Aš
plaunuosi
rankas,
noriu
nusiplauti
purvą.

Nenoriu, kad
nešvarumai
patektų į
maistą.



Patrink rankas vieną
į kitą, Ramona, kad
nusiplautų purvas.
Išsimuilink rankas ir tada
nusiplauk vandeniu.



Sika, jei po valgio
ir kiekvieną vakarą
prieš miegą valysi
dantis, jie bus
sveiki.



Prauskitės ir valykite dantis
kasdien tuo pačiu laiku,
tada vaikui bus lengviau
prisiminti, kad reikia
pasirūpinti kūno švara.

Jei rankšluostį
pakabinsiu atgal
į tą pačią vietą,
kitą kartą jį
lengvai surasiu.



Vaikui reikalingus daiktus laikykite
tose pačiose vietose ir pamokykite
pasinaudojus daiktais visada juos
padėti ten, iš kur buvo paimti.
Asmeninius vaiko daiktus, pavyzdžiui,
dantų šepetėlį, pažymėkite koku nors
ypatingu ženklu.



9 skyrius

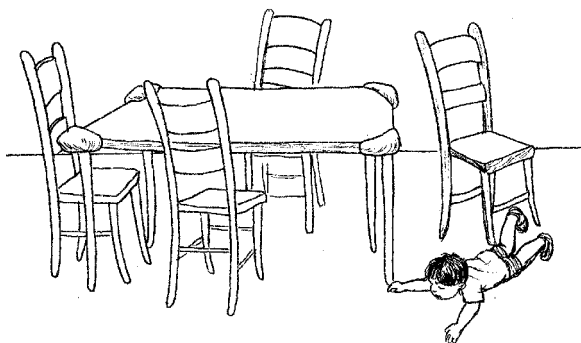
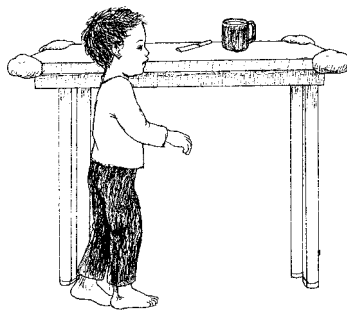
Vaiko sauga

Kai vaikai pradeda ropoti ir vaikščioti, paprastai tėvai daug dėmesio skiria jų saugai. Mokydamasis judėti, vaikas taip pat mokosi vengti daiktų, už kurių galima užkliūti. Regintys vaikai gali išvengti daugelio pavojų. Bet jei jūsų vaikas prastai mato, turite būti ypač atidūs.

Galima įvairiais būdais pasiekti, kad namai taptų saugesni, o aklas vaikas suprastų apie namie tykančius pavojus. Bendradarbiaudami su kaimynais užtikrinsite, kad ir jūsų vaikui, ir kitiems gyventojams bus saugiau gyventi namuose, kaime arba gyvenamajame rajone, nes paprastai tokių pokyčių naudą pajunta daugelis žmonių.

KAIP PADĖTI VAIKUI SAUGIAI JUDĖTI NAMUOSE?

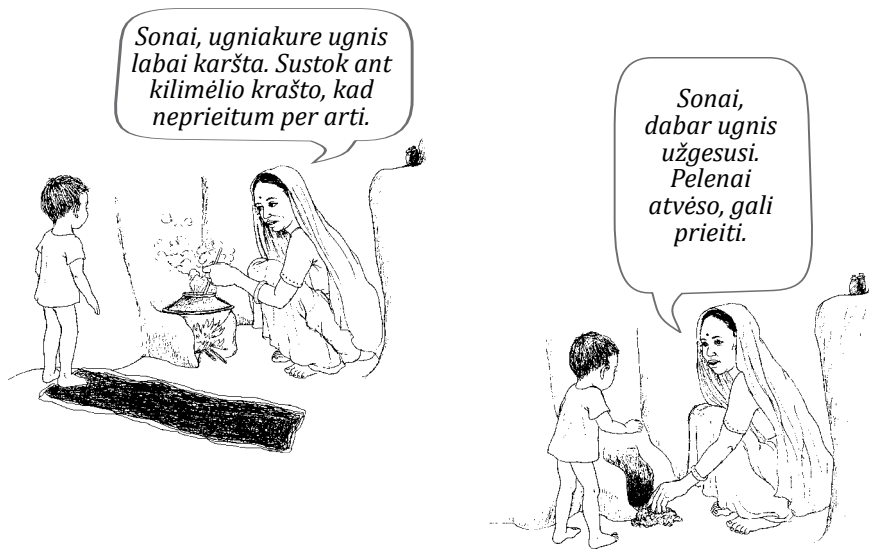
Aštrius spintelių, kitų baldų, įvairių daiktų kampus apmuškite. Žinokite, kad ne visi pavojingi kampai ir kraštai yra grindų lygmenyje.



Stenkitės baldus ir įvairius daiktus tiek namuose, tiek ir kieme statyti tose pačiose vietose. Jei ką nors perstatysite, įspėkite apie tai savo vaiką.

KAIP PADĖTI VAIKUI ATPAŽINTI PAVOJINGAS VIETAS?

Perspėkite vaiką apie pavojingas vietas ir daiktus: ugniakurus, karštas keptuves, šlapias grindis. Pažymėkite pavojingą vietą, pavyzdžiui, patieskite kilimėlį, kad vaikas žinotų, kaip arti jis gali prieiti.

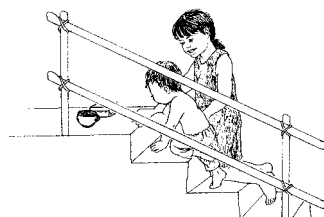


KAIP PADĖTI VAIKUI SAUGIAI JUDĖTI, KAI GRINDYS NELYGIOS?

Grindys turi būti kuo lygesnės: išlyginkite paviršiaus iškilimus, užtaisykite skylės.



Namų viduje ir išorėje prie laiptų įtaisykite turėklus. Kol vaikas dar nemoka šliaužioti arba vaikščioti taip gerai, kad laiptais užliptų ir nuliptų saugiai, skersai laiptų įtaisykite vartelius.



Štai keletas pavyzdžių. Jūsų namuose bus kitokių vaiko saugos problemų, kurioms sprendimus turėsite rasti patys. Informacijos apie tai, kaip padėti vaikui saugiai judėti namuose, rasite 10 skyriuje „Judėjimas“.



Mums kėlė nerimą tai, kad nesugebėsime pagalvoti apie visus pavojus, su kuriais gali susidurti mūsų vaikas. Bet vyresni mūsų vaikai pasiūlė užsimerkus lėtai pasivaikščioti po namus, kad paaiškėtų, kokių nesaugių vietų yra juose. Paskui visi pasikalbėjome, ką daryti, kad namai taptų saugesni.

KO REIKIA, KAD APLINKA ŠALIA NAMŲ BŪTŲ SAUGESNĖ?

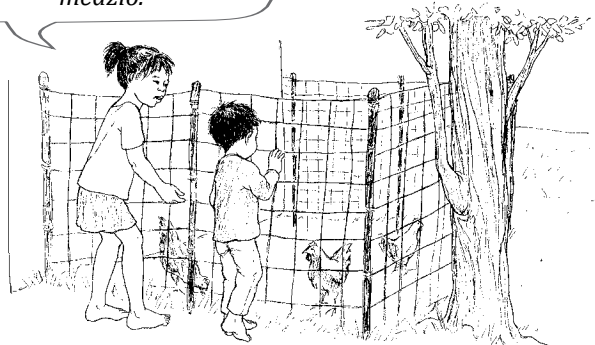
Uždenkite visus atvirus šulinius, griovius, duobes. Parodykite vaikui, kur jie yra, ir paaiškinkite, kodėl jie buvo iškasti.

Šituo lentine dangčiu mes uždengsime šulinį už namo.

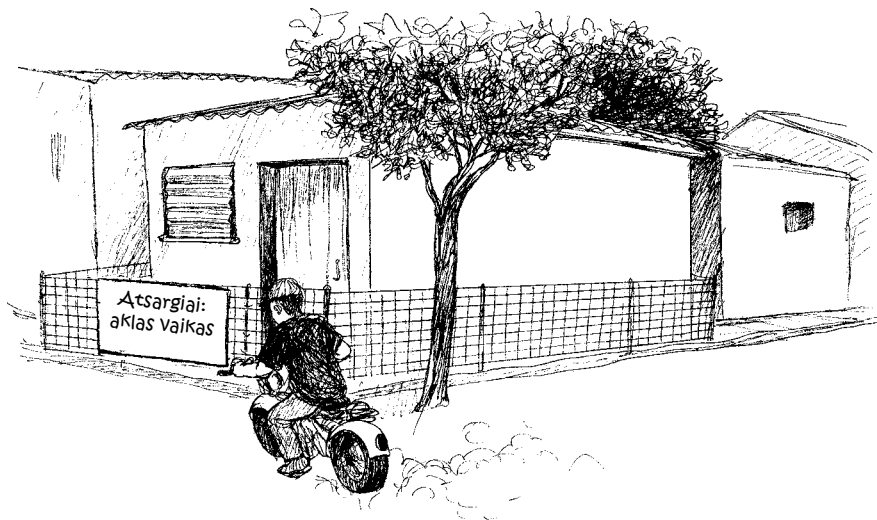


Manueli, šita tvora reikalinga tam, kad vištos neišsibėgiotų. Vištidė yra tarp namų ir didelio medžio.

Tvorą įrenkite taip, kad nebraižytų pirštų ir būtų pakankamai aukšta, kad vaikas už jos neužkliūtų ir nepargriūtų. Parodykite vaikui, kur yra tvora, ir paaiškinkite, kam jos reikia.



Kol vaikas dar nesupranta, kad išbėgti į gatvę pavojinga, tarp namo ir judrios gatvės įrenkite apsauginį atitvarą. Galima įrengti ženklą, įspėjantį vairuotojus, kad sumažintų greitį.



Jei pažįstate žmonių, kurie, kaip ir jūs, turi aklių vaikų, galite kartu padirbėti vaikų saugumo klausimais. Pabandykite susitikti su kaimynais ir aptarti, ką gali padaryti gyvenamosios vietos bendruomenė, kad joje visiems vaikams būtų saugiau gyventi (žr. informaciją apie tėvų grupes).





10 skyrius

Judėjimas

Neseniai gimęs kūdikis beveik nekontroliuoja savo judesių, bet po kelių mėnesių jis pradeda valdyti vieną kūno dalį po kitos:



Pirmausia kūdikis išmoka išlaikyti galvą ir valdyti liemenį.



Paskui pramoksta valdyti rankas ir plaštakas.



Galiausiai paklūsta kojos.

Vaikai mokosi judėti tuo metu, kai kažkas patraukia jų dėmesį, pavyzdžiui, užsinori pasiekti žaisliuką ir ištiesia į jį ranką. Kad pradėtų judėti, aklam vaikui reikia kitokių paskatų, nes jis nežino, kokių įdomių dalykų yra aplinkui ir kiek smagumo suteiktų jų tyrinėjimas.

Nematančiam arba prastai matančiam vaikui gali būti baugu judėti. Pratinkite vaiką judėti nuo pat gimimo. Jei jūsų kūdikis mažesnis nei 6 mėn. arba jei jis nepakankamai juda, pirmiausia perskaitykite 5 skyrių „Veiklos kūdikiui nuo gimimo iki 6 mėnesių“.

Kai kūdikis pats išlaiko galvą ir padedamas suaugusiųjų sėdi, jį galima pradėti mokyti šiame skyriuje aprašytų veiklų. Jos kūdikiui padės išmokti:

- sėdėti be pagalbos ir ropoti,
- stovėti, vaikščioti, naudotis lazdele,
- išsiugdyti stiprias rankas, miklias plaštakas,
- pirštais apčiuopti smulkias detales ir formas.

Apie tai, kaip pasirūpinti vaiko sauga, skaitykite 9 skyriuje „Sauga“. Daugiau informacijos rasite skyreliuose „Apie saugumo užtikrinimą vaikstant nepažįstamoje aplinkoje“ ir „Kaip pasiekti, kad regintys vaikai žaistų su jūsų vaiku?“.

Veiklos, kurios kūdikiui padės išmokti sėdėti ir ropoti

Jei jūsų vaikas truputį mato, būtinai šias veiklas pritaikykite taip, kad jis galėtų kuo geriau pasinaudoti regos likučiu.

KAIP PADĖTI VAIKUI IŠMOKTI SĖDĖTI BE PAGALBOS?

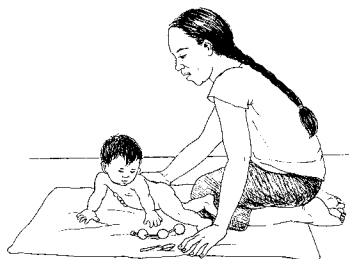
Pasodinkite vaiką praskėstomis kojomis ir prieš save į žemę atremtomis rankomis. Parodykite jam kelis žaisliukus, paskui juos išdėliokite skirtingose vietose, pavyzdžiui, tarp kojų, dešinėje ir kairėje kūno pusėje. Kai vaikas judės, norėdamas surasti žaisliukus, stiprės jo raumenys ir gerės kūno pusiausvyra.



KAIP KŪDIKIUI PADĖTI IŠMOKTI ROPOTI?

Kai kūdikis jau moka atsigulęs ant pilvo ant ištiestų rankų pakelti priekinę kūno dalį, jis pasirengęs pradėti mokytis ropoti. Šiame skyriuje aprašytos veiklos jam padės išmokti atskirai judinti viršutinę ir apatinę kūno dalis, perkelti kūno svorį ant rankų, kojų ir iš vienos kūno pusės į kitą. Visi minėti įgūdžiai svarbūs mokantis ropoti ir jų turėtų būti mokomasi čia išdėstyta tvarka.

1. Kai jūsų vaikas gulės ant pilvo, jam iš šono ties liemeniu padėkite kelis žaisliukus. Tada padėkite pasikelti ant vienos rankos ir pasiekti žaisliuką kita ranka.
2. Pasiguldykite kūdikį ant vienos kojos, kad jis ištiestomis rankomis ir keliais remtųsi į grindis. Norėdami jam padėti išlaikyti kūno svorį ant rankų bei kojų ir išmokti perkelti kūno svorį iš vienos pusės į kitą, judinkite koją į šalis, nestipriai spausdami žemyn kūdikio pečius ir strėnas.



3. Paguldykite kūdikį skersai kojos. Kelis žaisliukus padėkite prieš jį ir jam iš šonų, kad jis galėtų juos pasiekti. Bandykite kūdikį sudominti, kad jis norėtų pasiekti žaisliukus, pirmiausia siekdamas viena ranka, paskui kita.



Diegai, čia tavo mėgstama kokteilių plaktuvė. Ar gali ją pasiekti?



4. Jei pradėjęs ropoti kūdikis nepakelia pilvuko nuo žemės, pakiškite po juo rankas arba užtiesalą. Kai kūdikis judės prie žaisliuko, truputį pakelkite užtiesalą iš vienos pusės, paskui iš kitos, kad vaikas išmokytų perkelti kūno svorį iš vienos pusės į kitą. Kai kūdikis kiek pramoks ropoti, jam padėkite vis mažiau.

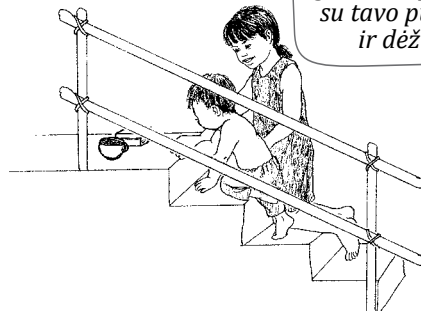
Konti, eikš, pasiimk barškutį.



5. Kai kūdikis be pagalbos galės šiek tiek ilgiau išbūti ant keturių, pasiūlykite žaidimą – pasiekti žaisliuką. Stenkitės, kad jis ropotų į priekį, neklestelėdamas ant užpakaliuko.

6. Kai vaikas bus gerai išmokęs ropoti, pamokykite lipti laiptais aukštyn. Uždėkite jo rankas ant pirmos pakopos ir lipkite kartu su juo. Tada padėkite apsisukti ir nulipti žemyn sėdint ant užpakaliuko.

Alfredai, dar vieną laiptelį. Tada galėsime pažaisti su tavo puodeliu ir dėžute!



Jūsų vaikui pradėjus ropoti, nedelsdami pasirūpinkite, kad ten, kur jis ropoja, būtų švaru ir saugu.

Kaip vaikui padėti išmokyti stovėti ir vaikščioti?

KAIP VAIKUI PADĖTI IŠMOKTI STOVĖTI?

*Natife,
pašokinėkime
aukštyn žemyn.*



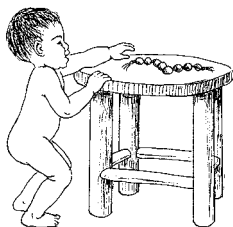
Prilaikydami kūdikį pasistatykite jį ant kelių ir truputį pašokdinkite aukštyn ir žemyn, kad jis pajustų kojas. Be to, pasiūbuokite iš vienos pusės į kitą, kad išmokytų perkelti kūno svorį.

Atsisėskite ant žemės praskėstomis kojomis. Pamokykite vaiką atsiremti į jus, tada paraginkite iš pradžių atsiklaupti ant kelių, o paskui atsistoti ant kojų.



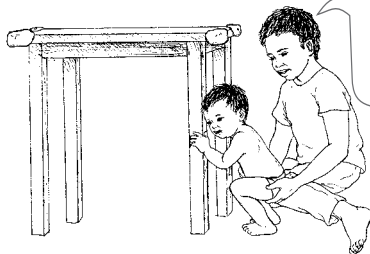
*Remkis ir stokis,
Anilai, va taip!*

Ant kėdės arba stalo padėkite vaiko mėgstamus žaislus ir paskatinkite prisitraukti, atsistoti ir juos pasiekti. Arba, uždėję rankas ant vaiko klubų, padėkite atsistoti.



*Vikai,
atsistok,
opapa!*

Norėdami padėti kūdikiui pakeisti padėtį iš stovimos į sėdimą, prilaikykite jo užpakaliuką, kai jis bandys sėstis ant grindų.

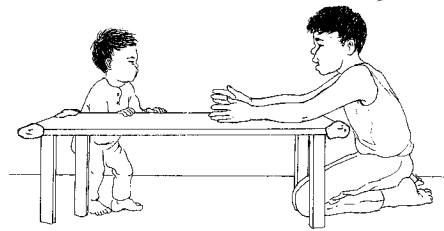


*Manueli, aš
tave laukau.
Gali atsisėsti.*

KAIP VAIKUI PADĖTI IŠMOKTI VAIKŠČIOTI?

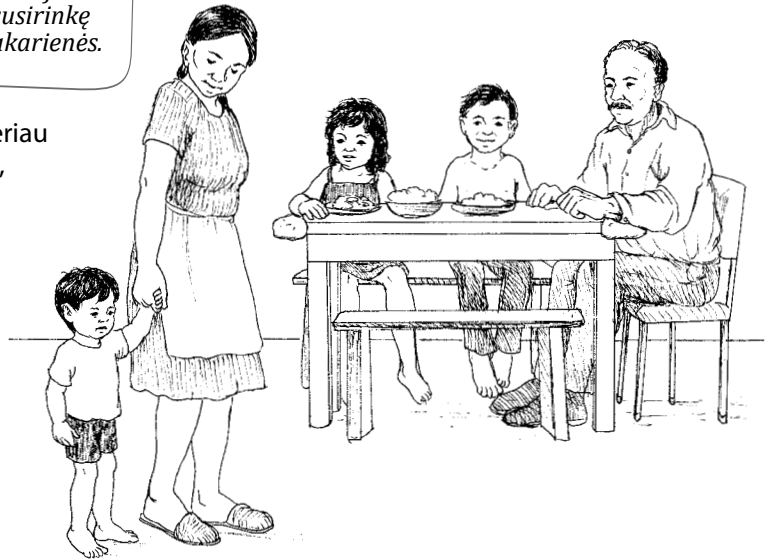
Skatinkite vaiką vaikščioti šen ir ten, laikantis už baldų. Judėdamas jis supras, kokių daiktų yra namuose ir kaip jie išdėstyti.

*Eikš pas mane,
Tetnočiau, aš tave
apkabinsiu.*



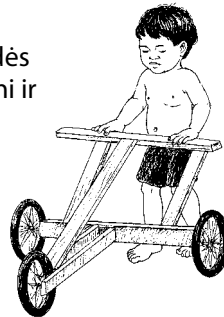
*Eikime prie
stalo, Pablai.
Visi jau
susirinkę
vakarienės.*

Kai vaikas išmoks geriau išlaikyti pusiausvyrą, paėmę už rankos, vėsiktės kartu.



Leiskite jam eiti vienam, stumiant paprastą vaikštynę, kėdę arba dėžę. Į dėžę arba ant kėdės ką nors padėkite, kad šie daiktai būtų sunkesni ir reikėtų stipriai stumti. Tada vaikas eis lėčiau.

Turėkite kantrybės. Praeis daug laiko, kol vaikas nebebijos eiti į nieką nesilaikydamas.

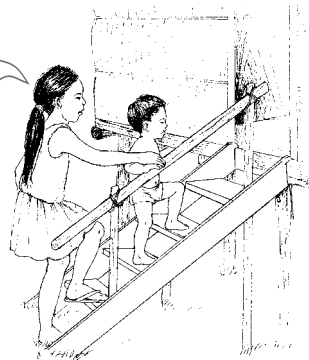


Kai vaikas pradės vaikščioti, būtinai pagalvokite, kokie pavojai jam gali grėsti namuose ir lauke prie namų ir kaip tuos pavojus pašalinti.

KAIP VAIKĀ IŠMOKYTI UŽLIPTI IR NULIPTI LAIPTAIS?

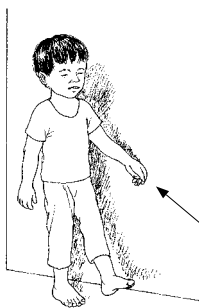
Norēdami padėti vaikui užlipti laiptais, liepkite atsistoti ir, laikantis turėklų, lipti po vieną laiptelį. Vėliau pamokykite laiptais nultipti.

Fernandai, laikykis už turėklų, tada nepargriūsi ir neužsigausi.



KAIP VAIKĀ IŠMOKYTI ORIENTUOTIS, NAUDOJANTIS RANKOMIS?

Kai jūsų vaikas paūgės, jis gali pradėti mokytis, kaip naudojantis rankomis apsisaugoti ir susiorientuoti aplinkoje.



Vaikščiodamas namuose, viršutine delno puse jis gali liesti sieną, stalo kraštą, kitus daiktus.

Norėdamas nepamesti ėjimo krypties, berniukas eidamas viena ranka liečia sieną.



Vaikščiodamas mažai pažįstamoje aplinkoje, vaikas, saugodamas veidą ir galvą, vieną sulenktą ranką gali laikyti prieš veidą delnu į išorę. Kitą ranką reikia laikyti ties juosmeniu, saugant kitas kūno dalis.



Pamokykite vaiką, kad griūdamas ištiestų rankas ir per kelius sulenktų kojas, nes tokie veiksmai padės apsaugoti galvą.

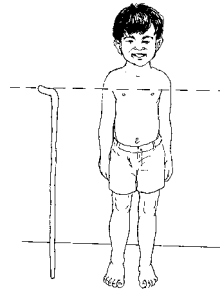
Aklas vaikas patirs nelaimingų atsitikimų, kaip ir visi kiti vaikai. Bet labai svarbu leisti aklam vaikui daug ką daryti pačiam, kad išmokyti savarankiškumo.

KAIP IŠMOKYTI NAUDOTIS LAZDELE?

Vaikas gali pradėti mokytis vaikščioti su lazdele, kai atrodo, kad jis tam pasirengęs, paprastai, kai sulaukia 3–4 metų. Eidamas su lazdele nepažįstamomis vietomis, vaikas jausis daug tvirtčiau.

Išmokęs naudotis lazdele, vaikas eis greičiau, žengs ilgiais, tvirtais žingsniais, nes su lazdele galės jįti prieš save toliau nei kojomis ar rankomis.

Lazdelė turi būti plona, lengva, bet ir pakankamai tvirta, kad nelūžtų. Nesvarbu, kokia lazdelės rankena, ji gali būti ir lenkta, ir tiesi.



Lazdelė turi būti gana ilga: beveik ligi pečių.



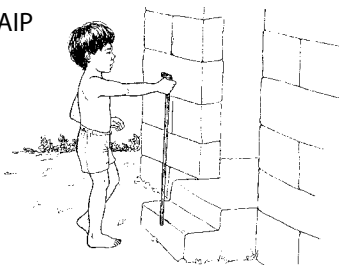
Pirmiausia vaikas turi išmokti eiti, prieš save lazdele nestipriai baksnodamas žemę. Baikite pamoką, kol jis dar nepavargo. Pirmam kartui užteks 5–10 minučių.



Kai vaikas įgus naudotis lazdele, išmokykite eiti mojuojant iš vienos pusės į kitą ir nestipriai paliečiant žemę. Mojuoti reikia truputį plačiau už pečių plotį.

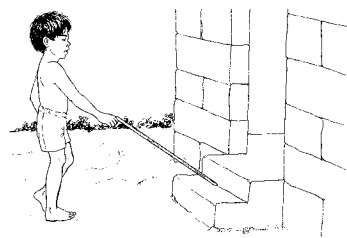
Be to, vaikas gali naudotis lazdele užlipdamas ir nulipdamas laiptais bei ieškodamas šaligatvio krašto:

TAIP



Išmokykite laikyti lazdelę statmenai laiptams, kad vaikas suprastų, koks kiekvienos pakopos aukštis ir kaip išdėstyti laiptai.

NE



Šitaip laikyti lazdelės negalima. Lazdelė gali staiga atsitrenkti į pakopą ir vaikas ant jos užgrius, susižeisdamas pilvą.

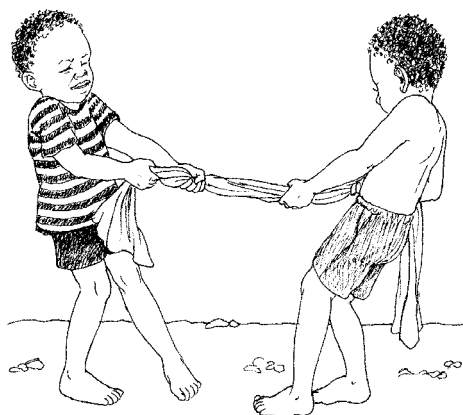
Kaip vaiką išmokyti įvairesnių būdų judėti?

KAIP VAIKUI PADĖTI IŠMOKTI NE TIK VAIKŠČIOTI, BET IR KITOKIŲ BŪDŲ JUDĖTI?

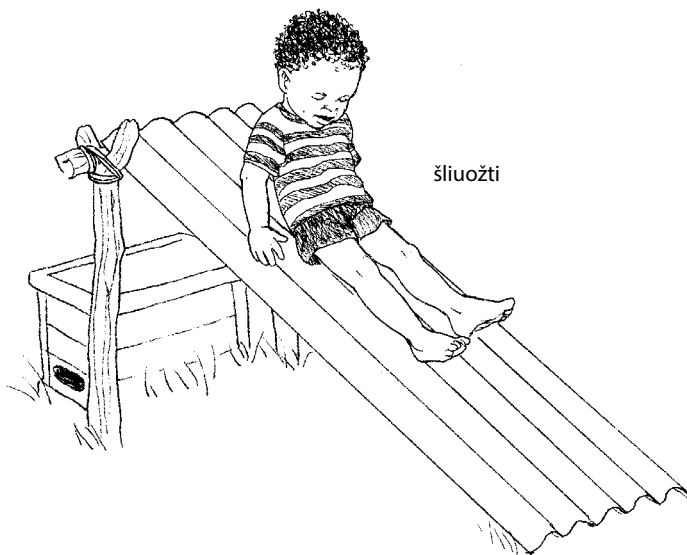
Kai jūsų vaikas gerai išmoks vaikščioti ir stovėdamas išlaikyti pusiausvyrą, išleiskite jį į lauką pažaisti aikštelėse, kuriose nebūtų pavojaus atsitrenkti į kliūtis. Įgijęs pasitikėjimo savo jėgomis, vaikas gali mokytis kitokių judėjimo būdų, būdingų jo amžiaus vaikams:



stumti



traukti



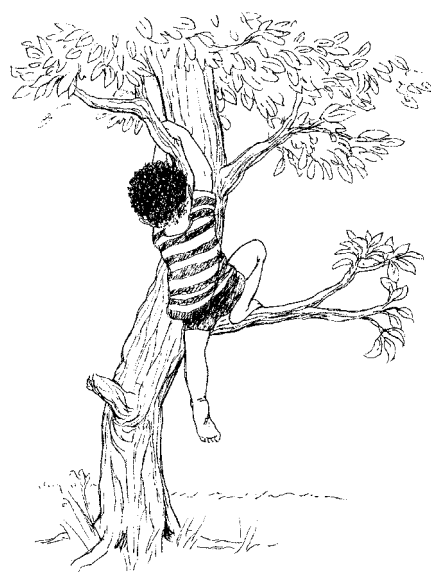
šliuožti



išlaikyti pusiausvyrą



suptis sūpuoklėse



karstytis po medžius

šokti



Plaštakų ir pirštų miklumo gerinimas

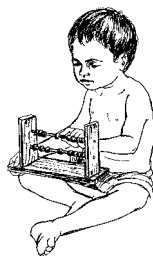
Visi vaikai pamažu išmoka valdyti plaštakas ir pirštus, bet nematantiems vaikams tokių įgūdžių įgyti kur kas sunkiau. Pirštus, plaštakas ir rankas nematantis arba prastai matantis vaikas turi išmokti valdyti labai gerai, nes nuo to didele dalimi priklausys jo gaunama informacija apie supantį pasaulį. Be to, plaštakų miklumo ir pirštų jautrumo prireiks mokantis skaityti Brailio raštu.

Prastai matantys vaikai neretai būna ne tokie aktyvūs kaip regintys. Įtraukite vaiką į įvairius buities darbus, kurių nauda bus keleriopa:

- Sustiprės plaštakos ir pirštai, pagerės jų lankstumas.
- Vaikas išmoks pirštais apčiuopti mažus smulkius daiktus, atskirti juos pagal formą.



darbeliai mažam vaikui



didesniam ir mokyklinio amžiaus vaikui



pradedančiam mokytis amato

KAIP SUSTIPRINTI VAIKO PLAŠTAKAS IR PIRŠTUS?

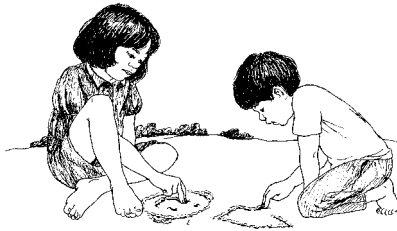
Skirkite vaikui atlikti buities darbus, kuriems reikėtų panaudoti pirštų raumenis, pvz., iš molio lipdyti rutuliukus, minkyti tešlą, lukštenti pupeles, spausti apelsinų sultis, arba sugalvokite pirštus lavinančių žaidimų.

Skirkite vaikui atlikti buities darbus arba sugalvokite žaidimų, kurių metu reikėtų kažką smulkinti, pavyzdžiui, plėšyti žolę, lapus, gliaudyti kukurūzų burbuoles, į smulkius gabaliukus trupinti moliuskų kiaukus.





Pasiūlykite vaikui imtis darbų, kuriuos dirbant reikėtų pasukti ranką, pavyzdžiui, išgręžti skalbinius, atidaryti stiklainius su užsukamais dangteliais, įjungti ir išjungti radijo imtuvą ir t. t.

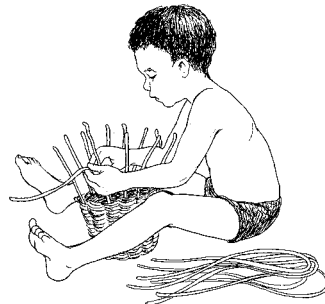


Skatinkite vaiką keverzoti ir piešti. Piešdamas ant drėgno smėlio arba žemės, vaikas galės pačiuotinėti, ką nupiešė.

Išmokykite vaiką žaidimų ir veiksmų, kuriuos reikėtų atlikti tik naudojantis tam tikrais pirštais, pavyzdžiui, į skylutes įverti batų raištelius arba užmegzti mazgą.



Išmokykite vaiką amatų ir rankdarbių, kuriems reikia įgudusių rankų, pavyzdžiui, pinti, austi, megzti virbalais arba vąšeliu.



Rankas stiprina ir pirštų miklumą gerina ir kitokios veiklos, pavyzdžiui, kai per dėžutės skylę stumiamas žaislas, valgoma rankomis arba su stalo įrankiais, užsagstomi drabužiai.

KAIP PADĖTI VAIKUI IŠMOKTI APČIUOPTI SMULKIUS DAIKTUS IR ATSKIRTI FORMAS?

Leiskite vaikui šliaužioti ant įvairių paviršių, pavyzdžiui, ant medinių grindų, kilimėlių, ant žolės (ir rasotos, ir sausos), ant dumblo ir smėlio.



Skatinkite vaiką patį išsirinkti drabužius, čiupinėjant medžiagą.



Prašykite vaiko jums padėti nudirbti buities darbus, kur reikėtų čiupiant atskirti smulkius daiktus.

Iš juostelės gabaliukų, šiaudų sukurkite reljefines formas ir jas priklijuokite ant popieriaus lapo arba audeklo skiautės. Kai klėjai išdžius, leiskite vaikui tas formas apčiupinėti.





11 skyrius

Kaip padėti vaikui orientuotis aplinkoje?

Rani yra akla mergaitė, gimusi viename Indijos kaime. Jos močiutė Baka taip pat akla, ir kaip tik ji mergaitės tėvams Jeevanui and Arunai išaiškino, kaip auginti aklą mergaitę. Kai Rani suėjo dveji metukai, mažylė jau mokėjo vaikščioti apgraibomis palei sienas ir baldus. Ji eidavo lėtai, pirštais atsargiai čiupinėdama kiekvieną sienos įtrūkimą ir iškilimą. Toliau skaitykite, kaip Rani šeima ją išmokė vaikščioti po namus nesilaikant daiktų.

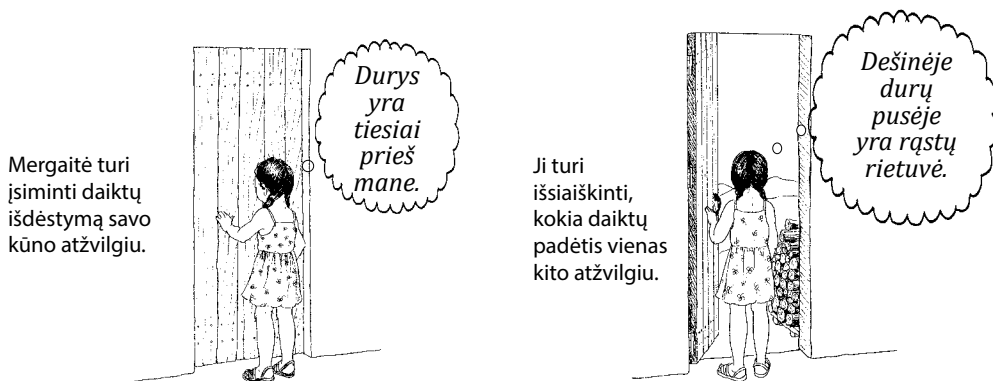


Baka aiškina Jeevanui ir Arunai, kaip ji pati nueina iš vienos vietos į kitą: „Kai noriu nuo laukujų durų prieiti prie savo mėgstamo krėslo, turiu žengti 8 žingsnius, pakely praeiti pro stalą. Tada pasisuku devyniasdešimties laipsnių kampu į kairę ir žengiu dar keturis žingsnius. Galiausiai aš ištiesiu ranką ir patikrinu, ar krėslas ten tebestovi, nes prisimenu, jog kartą kažkas buvo jį patraukęs ir aš nepataikiau atsisėsti!“, – juokiasi Baka, prisiminusi, kaip atsisėsti ne į krėslą, bet ant grindų.

Tačiau Bakos istorija nėra juokinga. Mums svarbu suprasti, kaip aklam vaikui yra sunku išmokyti vaikščioti vienam. Kad išmokyti vaikščioti nesilaikydama į nieką, Rani turėjo įsidėmėti kiekvieną smulkmeną: kiek žingsnių žengti ir kada padaryti posūkį. Rani šeimos nariai turėjo apsisąvoti kantrybę, nes Rani bandė labai daug kartų, kol galiausiai išmoko.

Kaip vaikas išmoka orientuotis aplinkoje?

Regintis vaikas akimirksniu pamato, kur jis yra ir kur stovi daiktai. Aklas vaikas tai taip pat turi žinoti, bet tam reikia mokėti naudotis kitais pojūčiais. Kai išmoks orientuotis aplinkoje, jis galės laisvai judėti ir tapti aktyviu visuomenės nariu. Taigi ką daryti, norint išmokyti aklą vaiką orientuotis aplinkoje:



Norėdami padėti vaikui išmokti orientuotis, darykite taip: (1) paaiškinkite apie žmogaus kūno sandarą ir kaip galima judėti, (2) padėkite vaikui išstbulinti kitus pojūčius, kurie jam suteiktų informacijos apie aplinką, (3) pasiūlykite, kuriais daiktais, esančiais jūsų namuose ir šalia jų, vaikas gali naudotis kaip orientyrais.

KŪNO PAŽINIMAS

Regintis vaikas išmoka kūno dalių pavadinimus, stebėdamas ir mėgdžiodamas kitus žmones. Aklas arba silpnaregis vaikas kūno dalių pavadinimus išmoks tuo metu, kai jį mokysite naudotis klausos ir lytėjimo pojūčiais. Apie veiklas mažam kūdikiui, kurios padeda gauti žinių apie savo kūną ir išsiugdyti kitus pojūčius, skaitykite 5 skyriuje „Veiklos kūdikiams iki 6 mėn.“. Daugelis ten aprašytų veiklų tinka ir vyresnio amžiaus vaikams.

KAIP PADĖTI VAIKUI IŠMOKTI KŪNO DALIŲ PAVADINIMUS?

Sugalvokite žaidimų, kurių metu prašykite, kad vaikas ką nors darytų su įvairiomis savo ir jūsų kūno dalimis. Norėdami jums pagelbėti, pateikiame kelis pavyzdžius:

Paprašykite vaiko paliesti kurią nors savo kūno dalį, o paskui – tą pačią jūsų kūno dalį.



Paprašykite vaiko, kad voliodamasis ant grindų pasakytų, kuri kūno dalis liečia grindis. Šis žaidimas tinka ir vienam vaikui, ir vaikų grupei.



Ant įvairių vaiko kūno dalių užriškite audinio atraizą ir paprašykite nusiimti. Paaiškinkite, kokios tai kūno dalys ir ką jos daro.



Paprašykite vaiko linktelėti galva, spirti koją ir pamojuoti ranką, o jūs tuo metu sakykite pavadinimą kūno dalies, su kuria vaikas daro tai, ko prašėte.

KAIP PADĖTI VAIKUI SUPRASTI, KOKS RYŠYS TARP JO KŪNO IR DAIKTŲ?

Jūsų vaikas turi suprasti tokias sąvokas kaip „kairėje“, „priekyje“ ir t. t., kad žinotų, kur yra daiktai. Pateikiame keletą būdų, kaip to išmokyti.

Pabandykite patraukti vaiko dėmesį koku nors barškančiu žaisliuku. Pasakykite, kur tas žaisliukas yra: priešais vaiką, už jo, dešinėje ar kairėje pusėje. Patraukite žaisliuką tolyn ir pasakykite, kur jis padėtas, o tada stebėkite, ar vaikas jį suras be jūsų pagalbos.

Dabar barškutis yra už tavęs. Ar gali jį surasti?

Jeigu ji neskiria, kuri ranka kairė ir kuri dešinė, ant kurios nors rankos riešo užriškite juostelę arba užmaukite apyranę.

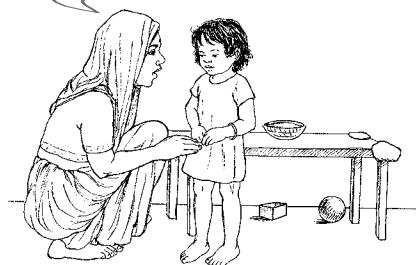


Roibita, pažiūrėkim, kiek akmenėlių tu gali paimti dešine ranka. Tada padėk juos ant kairiojo kelio.



Kai vaikas išmoks skirti dešinę ir kairę savo kūno puses, duokite jam įvairių daiktų, prašydami juos padėti vienoje arba kitoje pusėje. Pamažu sunkinkite užduotis.

Kamuolį paslėpiau po stalu. Pažiūrėkime, ar tau pavyks jį surasti.



Pirmiausia paėjėk pirmyn, tada pasisuk į kairę ir surasi kamuolį...



Sugalvokite įvairiausių žaidimų, kurių metu norint surasti žaislą reikėtų pajudėti pirmyn, atgal, į šalis.

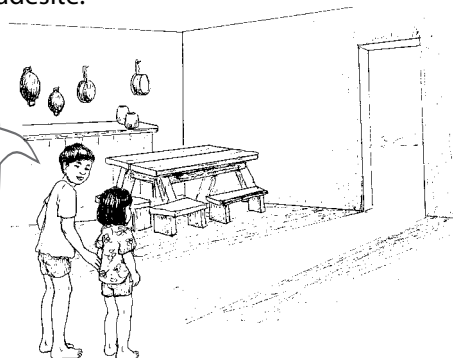
Paaiškinkite, ką reiškia kiekvienas judesys. Jei sukursite dainelę, kurioje apdainuojamas kiekvienas judesys, vaikas tuos judesius įsimins geriau.

Rega

Truputį matantys vaikai gali išmokti orientuotis aplinkoje naudodamiesi rega, ypač jeigu jūs jiems padėsite.

Jei jūsų vaikas mato šviesą, paaiškinkite, kuria kryptimi judėti, naudojantis šviesos šaltiniu kaip atskaitos tašku.

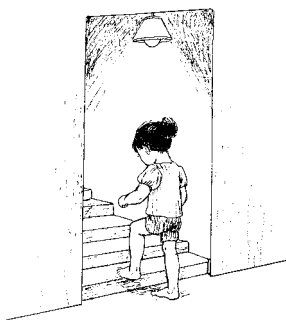
Kai pamatysi iš tarpdurio sklindančią šviesą, žinok, kad stalas, prie kurio mes valgome, yra kairėje pusėje nuo tavęs.



Mano lova yra šalia lempos.



Jei jūsų vaikas mato šviesą, neišjunkite jos, kad įėjęs į kambarį jis galėtų pagal ją susiorientuoti.



Įrenkite šviesos šaltinius ten, kur keičiasi grindų aukštis arba kur vaikas tamsoje gali už kažko užkliūti.

Jei jūsų vaikas mato ryškias spalvas, išorines duris ir kiemo vietas pažymėkite spalvotomis audinių atraizomis, juostelėmis, ryškiais dažais arba pritvirtinkite prie jų kokius nors daiktus. Pamatęs tam tikrą spalvą, vaikas žinos, kur jis yra.

Ši juostelė geltona. Vadinasi, tai Chuano durys.



Klausa

Prastai matančiam vaikui klausa yra ypač svarbi, nes iš klausos jis gauna informaciją apie tai, kas vyksta toliau nuo jo. Garsai aklam vaikui padeda sužinoti, kas toliau yra, kur tai yra ir kaip toli nuo jo. Kiek galėdami dažniau nuveskite vaiką prie daikto, kuris skleidžia garsą, kad galėtų jį paliesti.

KAIP PADĖTI VAIKUI SUPRASTI, IŠ KUR SKLINDA GARSAI?

Pažaiskite žaidimą, kurio metu jūsų vaikas turėtų pasakyti, kokie garsai girdėti jūsų namuose ir gyvenvietėje, pavyzdžiui, kai užsidaro durys, sugirgžda kėdė, darda siuvamoji mašina.



Pažaiskite spėlionių, kai jūsų vaikui reikėtų pagal įprastus garsus pasakyti, kurie šeimos nariai ir gyvūnai yra aplinkui.



Galite paprašyti vaiko, kad nueitų į tą vietą, iš kurios sklinda garsas.



Paprašykite vaiko pasiklausyti, koks garsas sklinda, kai jūs einate artyn ir tolyn nuo jo. Pažiūrėkite, ar jis pasakys, į kurią pusę einate. Arba plokite rankomis, eidami artyn prie vaiko ir toldami nuo jo. Tada sustokite ir paprašykite jus surasti.



Pamokykite vaiką įsiklausyti, kaip pasikeičia jo žingsnių (arba lazdelės staksenimo) garsas, iš atviros vietos kieme priėjus prie namo sienos. Pasipraktikavęs, vaikas iš garsų galės suprasti, kad jis priėjo prie pat namo arba kitų statinių. Toks įgūdis pravers savarankiškai vaikstant po gyvenvietę.

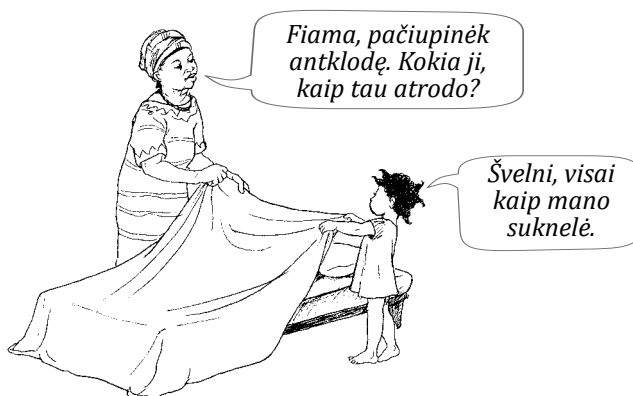


Lyta

Kad galėtų susiorientuoti, kur jis yra, vaikas turi išmokti atpažinti jį supančius daiktus pagal formą, svorį, paviršiaus tekstūrą. Be to, vaikas turi išmokti pėdomis atskirti įvairius žemės paviršius ir atkreipti dėmesį į jų šiltumą ar šaltumą, eidamas iš vienos vietos į kitą.

KAIP PADĖTI VAIKUI IŠSIUGDYTI LYTOS POJŪTĮ?

Visą dieną vaikui stenkitės priminti, kad liestų įvairiausio dydžio, svorio ir tekstūros daiktus. Prašykite papasakoti, ką pajuto. Namuose tai šen, tai ten išdėliokite skirtingų paviršių daiktus, tokiu būdu padėdami vaikui susiorientuoti, kur jis yra.



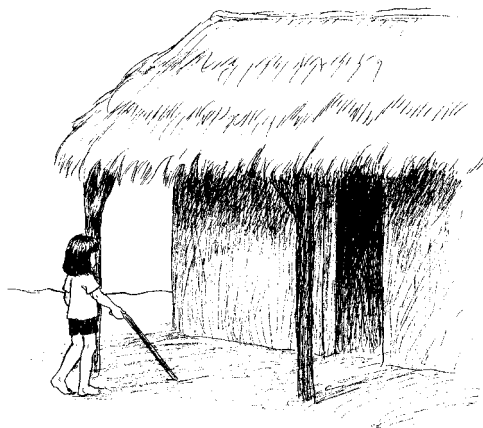
Skatinkite vaiką vaikščioti basomis kojomis per įvairius paviršius, pavyzdžiui, žemę, žolę, žvirgždą, kad pajustų, kokie jie skirtingi. Jei vaikas paprastai vaikšto apsiavęs, tegul, pavaikščiojęs basas, apsiauna ir pasivaikšto įvairiais žemės paviršiais su batais. Kai vaikas išeis į lauką, šios žinios jam padės susiorientuoti aplinkoje ir neišklysti iš kelio.



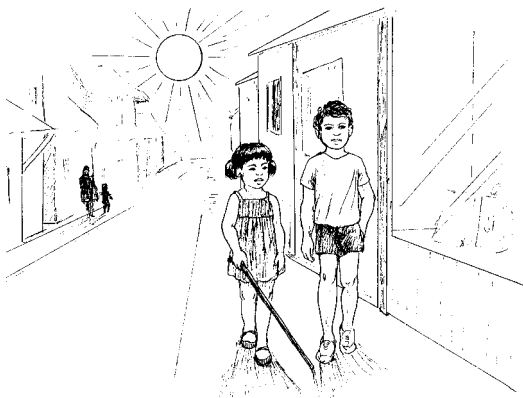


Paiškindite vaikui, kad kojomis galima pajusti žemės paviršiaus aukščio skirtumus, pavyzdžiui, kelkraštį arba šaligatvio kraštą.

Pamokykite vaiką einant iš vienos vietos į kitą atkreipti dėmesį į žemės paviršiaus temperatūros skirtumus.



Kai Ai Ling pajunta, kad oras tapo vėsesnis, ji žino, kad beveik priėjo namų duris.



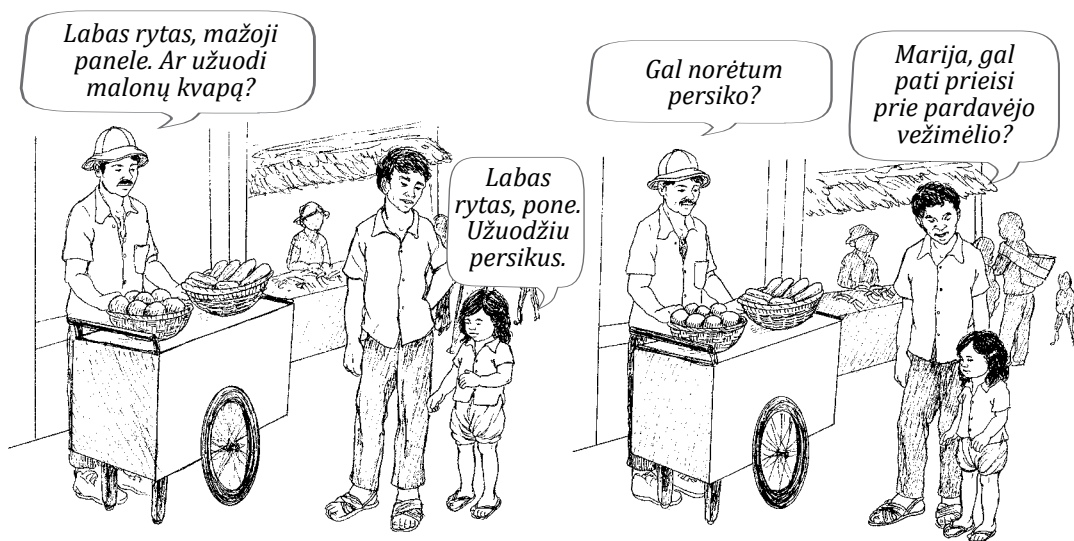
Klara žino, kad kai po pietų ji iš turgaus grįžta namo, saulė turi šildyti nugarą.

Uoslė

Kvapai, kaip ir garsai, gali suteikti informacijos apie daiktus, esančius čia pat ir toliau nuo mūsų. Kad vaikas suprastų, kaip naudotis kvapais, jis turi išmokti atpažinti įvairius kvapus ir žinoti, kas juos skleidžia. Norėdami padėti vaikui susipažinti su jūsų gyvenvietėje įprastais kvapais, pasitelkite buitines darbus.

KAIP IŠUGDYTI VAIKO UOSLĘ?

Vaikščiodami po gyvenvietę, supažindinkite su kvapais, sklindančiais nuo įvairių objektų, pavyzdžiui, nuo maisto produktų, gėlių, gyvulių, net šiukšlių. Jei įmanoma, priveskite vaiką kiek galima arčiau, kad galėtų ne tik pauostyti, bet dar ir pačiupinėti.



Kai kitą kartą abu vaikščiosite po turgų, stebėkite, ar mergaitė pati pagal kvapą pasakys, kas ten yra...

... Paprašykite vaiko prieiti artyn prie kvepiančio daikto arba pasitraukti nuo jo atokiau.

*Oi, koks stiprus kvapas.
Rina, ar žinai, kieno jis?*

Visą dieną aiškinkite vaikui apie stiprų kvapą turinčius maisto produktus ir namuose esančius kvapnius daiktus. Įsidėmėkite, ar jūsų vaikas iš kvapo juos atpažins.



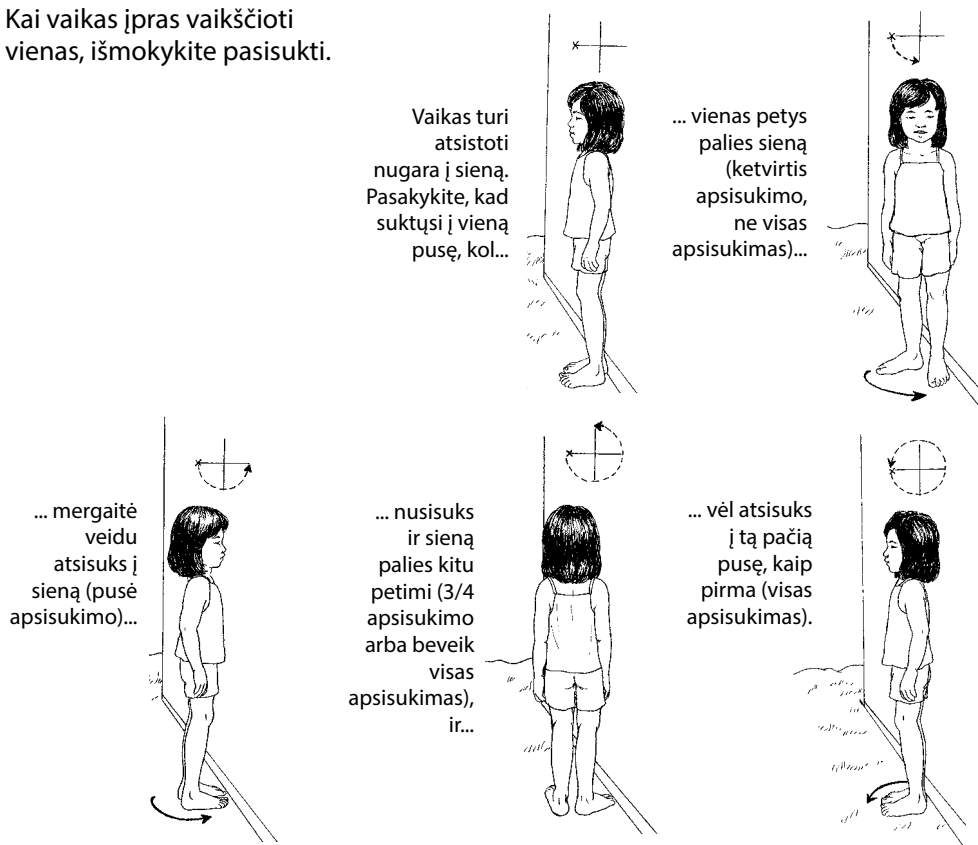
Kiti orientavimosi aplinkoje įgūdžiai

Kad taptų savarankiškas, vaikas turi išmokti nueiti ten, kur dar niekada nėra buvęs, ir mokėti vaikščioti, orientuodamasis pagal nurodytas kryptis. Galbūt viso to jūsų vaikui bus sunku išmokti, nes iš pradžių jis bijos vaikščioti vienas. Bet ir jums gali būti sunku išaiškinti vaikui, kur jam eiti, kad jūsų nurodymais jis galėtų pasinaudoti. Kaip savo vaiko mokytojai, galite truputį pasitobulinti, iš pradžių padarydami porą dalykų:

- Išbandykite veiklas su kitu suaugusiu žmogumi. Užriškite vienas kitam akis ir išbandykite kiekvieną užduoties etapą. Pasitarkite, kaip būtų galima aiškiau pateikti nurodymus.
- Paskui pabandykite viską paaiškinti reginčiam vaikui. Užriškite tam vaikui akis ir viską darykite taip pat, kaip darėte su suaugusiu žmogumi. Stebėkite vaiko reakcijas, kad galėtumėte tinkamu metu įsiterpti ir padrąsinti.

KAIP PADĖTI VAIKUI IŠMOKTI EITI NURODYTA KRYPTIMI?

Kai vaikas įpras vaikščioti vienas, išmokykite pasisukti.



Pasakykite, kad sukdamasis vaikas atkreiptų dėmesį į tai, kaip juda pėdos. Po tam tikro laiko vaikas galės praktikuotis savarankiškai, nebesiliedamas prie sienos. Nepamirškite, kad reikia turėti kantrybės. Jūsų vaikui teks ilgai treniruotis, kol pats pasisuks.

KAIP PADĖTI VAIKUI IŠMOKTI NUEITI TEN, KUR JIS DAR NĖRA BUVĘS?

Šios veiklos padės vaikui sužinoti apie orientyrus:

- Kelio ženklus (bet kokius daiktus, garsus, kvapus, kurie visada būna toje pačioje vietoje).
- Užuominas (daiktus, garsus, kvapus, kurie suteikia informacijos, bet ne visada būna toje pačioje vietoje).

Šias veiklas reikėtų atlikti tokia tvarka, kokia jos aprašytos:

1. Pirmiausia pažaiskite kokį nors žaidimą vaikui gerai pažįstamoje vietoje. Pasakykite, kad jo kelyje kažką padėjote ir žiūrėkite, ar jis apeis padėtus daiktus neužkliūdamas ir nepargriūdamas. Tokia veikla padės įgyti pasitikėjimo savimi, kurio reikia pradedant vaikščioti nepažįstamose vietose.



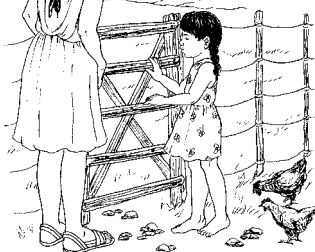
2. Paskui, priėję vaikui nepažįstamą vietą, duokite jam įsikibti į jūsų pirštą ir veskitės vaiką iš paskos, atsilikusį per žingsnelį.



Sesilija, šitie varteliai – puikus kelio ženklas.

Vištų kudakavimas tau primins, kur esi. Bet nepamiršk, kad vištos vaikšto kur nori, todėl jos ne visada bus čia.

3. Eidami pasakokite vaikui apie kelyje pasitaikančius ženklus ir užuominas. Būtinai perspėkite apie pavojingas vietas, pavyzdžiui, upę arba gatvę.



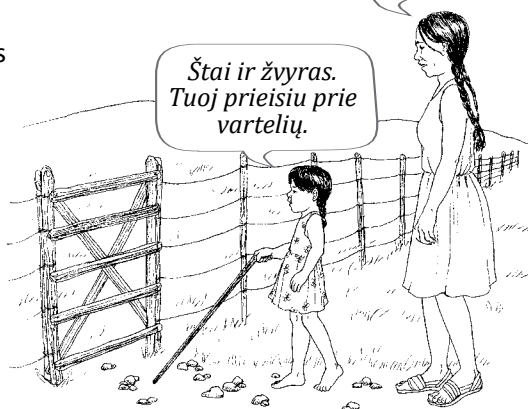


4. Kai vaikas gerai susipažins su ta teritorija, pereikite ją dar kartą, tik dabar jūs eikite atbulomis priekyje, o vaikas tegul seka paskui jus. Eidami visą laiką kalbėkite.

Teisingai, Sesilija! Tavo puiki atmintis.

5. Ir galiausiai, tegul vaikas eina priekyje, o jūs – už jo, jam pasakojant, kas yra aplink jį.

Turėkite kantrybės. Kol vaikas nustos bijoti vienas vaikščioti po nepažįstamas vietas, prireiks daug laiko.



6. Kai vaikas įgaus pasitikėjimo savimi, pasakykite, kuria kryptimi eiti, pradėdami nuo vaikai žinomo orientyro, taip pat pasakykite, iki kurios vietos jis turi nueiti. Maršrutai iš pradžių turi būti labai trumpi, tačiau vėliau atstumą pamažu didinkite.



Marina, nunešk priešpiečius tėčiui į lauką. Nuo durų eik tiesiai iki didelio medžio, po juo kojomis pajusi vėsq. Kai vėl išeisi į saulę, padaryk ketvirtį apsisukimo į dešinę. Ten rasi takelį, vedantį į lauką.

Bendruomenės pagalba

Rasti kelią jūsų vaikui gali padėti aplinkiniai gyventojai.

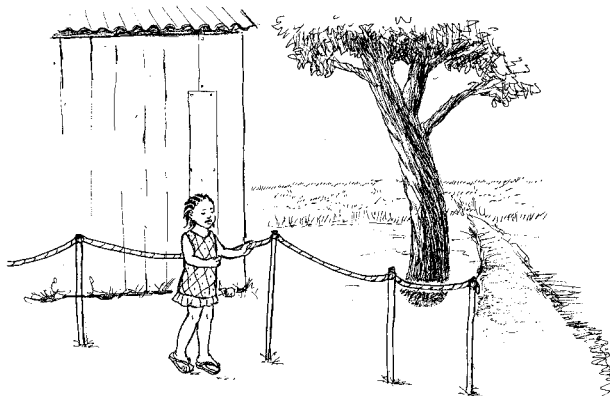
Žmonės gali išmokyti teisingai duoti nurodymus ir tokiu būdu padėti aklam vaikui nueiti, kur jam reikia. 13 skyriuje rašoma apie konkrečią pagalbą, kurią gali suteikti bendruomenės nariai prastai matančiam arba aklam vaikui.

Be to, gyventojai tam tikrose vietose gali įrengti aklajam suprantamus kelio ženklus, kurie padės jūsų vaikui susiorientuoti arba žinoti, kurioje vietoje pasukti. Kiekvienas kaimas arba gyvenamasis rajonas vis kitoks, todėl kartu su vietos bendruomene turėsite nuspręsti, kas tinka jūsų vaikui. Pateikiame du kelio ženklų pavyzdžius. Juos gali įrengti bendruomenės, norinčios pagelbėti nematančiam vaikui:



Tose vietose, kur susikerta keliai, įkasti stulpeliai arba kitokie ženklai padės vaikui susiorientuoti.

Ištiesta nukreipiamoji virvė arba turėklai padės vaikui nueiti, kur reikia.





12 skyrius

Seksualinio išnaudojimo prevencija

Kai vaikai tampa savarankiškesni, padidėja skaičius žmonių, su kuriais jie susitinka ir bendrauja. Vaikai turi išmokti saugiai vaikščioti ne tik po namus ir gyvenvietę, bet ir pasirūpinti asmeniniu saugumu. Šiame skyriuje rašoma, kaip apsaugoti vaikus nuo seksualinio išnaudojimo.

Turbūt nustebote, kad šioje knygoje rašoma apie seksualinį vaikų išnaudojimą. Kad ir kaip liūdna, bet neįgaliems vaikams, taip pat ir akliems, kyla didesnis pavojus nei regintiems patirti seksualinį išnaudojimą, todėl svarbu tai aptarti.

Saugokime vaikus

Niekas neturi teisės seksualiai išnaudoti vaikų.



- Nei giminaičiai (vaikai ar suaugusieji)
- Nei šeimos draugai
- Nei kaimynai
- Nei nepažįstamieji
- Nei mokytojai
- Nei globėjai



Apie seksualinį vaikų išnaudojimą tėvai turi pasikalbėti ir tarpusavyje, ir su vaikais. Kalbėjimas šia tema yra pirmasis žingsnis, padedantis užkirsti tam kelią. Jei šia tema vengiama kalbėti, vaikų išnaudotojams dėl to tik geriau.

Vis dėlto kalbėti apie seksualinį vaikų išnaudojimą labai sunku. Daugelyje pasaulio šalių padėtis tokia:

- Žmonės retai kalbasi apie lytinius santykius.
- Žmonės nenori patikėti, kad seksualiai išnaudojami labai maži vaikai, todėl apie tai nesusimąsto arba apie tai nesikalba.
- Gero tono taisyklės ir papročiai nustato, kas turi su vaikais kalbėti apie lytinius santykius, kas turi būti jiems sakoma ir kada apie tai turi būti kalbama.

Nė vienas vaikas neturi būti seksualiai išnaudojamas. Saugoti juos nuo seksualinio išnaudojimo turi būti kiekvieno suaugusio žmogaus atsakomybė.

Šiek tiek faktų apie seksualinį išnaudojimą

Seksualinis vaiko išnaudojimas yra bet koks tiesioginis arba netiesioginis seksualinis kontaktas tarp suaugusio asmens ir vaiko arba tarp didesnio vaiko (paauglio) ir už jį mažesnio vaiko. Seksualiai gali būti išnaudojamas bet kuris vaikas. Tai vyksta visose bendruomenėse: ir pasiturinčiose, ir neturtingose šeimose. Dažniausiai seksualiai išnaudojamos mergaitės, tačiau taip nutinka ir berniukams.

Yra įvairių seksualinio išnaudojimo atmainų. Keletas dažniausiai pasitaikančių:

Išnaudojimas liečiant vaiką:

- Vaiko lyties organų lietimasis arba prašymas, kad vaikas liestų suaugusiojo lyties organus.
- Seksualus vaiko bučiavimas arba apkabinimas.
- Lytinis aktas.
- Oralinis seksas (kai lūpomis liečiama varpa arba makštis).

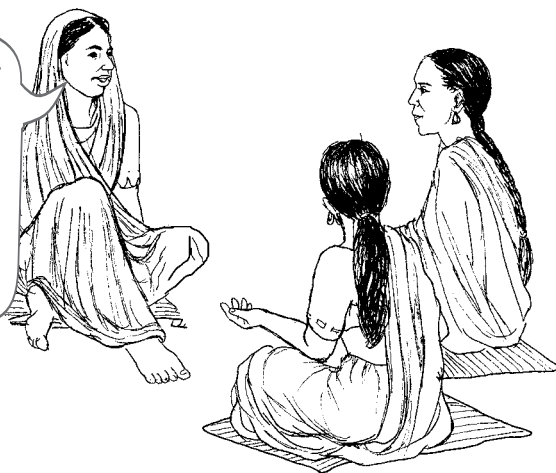
Išnaudojimas, kai vaikas neličiamas:

- Atviras kalbėjimas apie seksą, siekiant vaiką priblokšti arba lytiškai sujaudinti.
- Vaiko vertimas pozuoti nuotraukoms.
- Vaiko įtraukimas į prostituciją.
- Vaiko vertimas klausytis arba stebėti kitų žmonių lytinius santykius.

Dažniausiai seksualiai išnaudojami vyresni nei 5 metų vaikai, bet taip gali nutikti ir mažesniems vaikams. Daugumą vaikų išnaudoja ne svetimi, bet jiems gerai pažįstami žmonės, pavyzdžiui, šeimos nariai arba kaimynai. Dažnai išnaudojimas trunka ilgai, kartais keletą metų.

Mes tiksliai nežinome, koks seksualinio išnaudojimo mastas, nes vaikai paprastai apie tai niekam nesako. Tačiau gali būti, kad pasaulyje kas ketvirtas vaikas yra seksualiai išnaudojamas.

Seksualinis išnaudojimas gali būti fizinis, pavyzdžiui, lytinis aktas arba lyties organų lietimasis, bučiavimas. Bet kartais net nebūtina liesti išnaudojamo vaiko – su juo galima kalbėti apie seksą.



Seksualinio išnaudojimo pasekmės išlieka ilgam

Nors apie seksualinį išnaudojimą labai sunku pradėti kalbėti, labai svarbu, kad jūs arba kitas asmuo, kuriuo pasitikite, pasikalbėtų su jūsų vaiku. Kalbėdami apie seksualinį išnaudojimą vaikui suprantamu būdu, nesukelsite jam didesnio nerimo. Tai jo nesutrikdys. Užtat jūs pasirūpinsite vaiko saugumu.

Sangitai buvo ketveri, kai ją seksualiai išnaudojo jos keturiolikmetis brolis. Ji nuėjo pas tėvus ir pabandė vaikiškai papasakoti, kad brolis ją nuskriaudė. Iš pradžių Sangitos tėvai pamanė, kad mergaitė tai sugalvojo pati. Sangita nemokėjo visko apibūdinti reikiamais žodžiais, bet vis tiek stengėsi pasakyti, kas atsitiko.

Galiausiai suprātę, kas atsitiko, tėvai pasistengė nusišviesti nemalonų įvykį. Jie uždraudė Sangitai apie tai prasižioti. Tėvai „išsprendė problemą“, išsiųsdami sūnų į internatinę mokyklą. Jie manė, kad reikalas buvo baigtas.

Sangita užaugo, bet brolio padaryta skriauda turėjo ilgalaikes pasekmes. Ji šalinosi vyrų ir vengė brolio, manydama, kad yra kalta dėl to, kad brolis buvo išsiųstas iš namų. Kai jis parvažiudavo per atostogas, ji neprisiversdavo su juo persimesti bent žodžiu. Sangita buvo įsitikinusi, kad niekada neištekės. Ji sakydavo, kad jaučia gėdą ir bijo vėl patirti „skausmą“. Ji nekūrė ateities planų, nepasitikėjo savimi ir manė nieko nesugebanti.



Kai Sangitai suėjo šešiolika, apie vaikystėje patirtą išnaudojimą ji pasikalbėjo su teta, sveikatos priežiūros darbuotoja. Pasipasakojusi apie savo jausmus ir baimes, mergina pamažu pradėjo atgauti pasitikėjimą savimi. Tetos paskatinta ji galiausiai sugebėjo apie savo savijautą papasakoti broliui, ir šis paprašė jos atleidimo. Dabar ji daug laimingesnė, bet vis dar negali apie savo jausmus pasikalbėti su tėvais.

Sangitai labai pasisekė, kad atsirado žmogus, kuriam ji galėjo išsakyti savo jausmus. Kai kurios išnaudojimo aukos apsimeta, kad nieko neatsitiko. Kitos pamiršta, kas atsitiko, ir prisimena tik tada, kai pradeda apie tai kalbėti, norėdamos suprasti, kodėl jas kankina baimės jausmas arba jaučiasi nelaimingos. Jei suaugę žmonės, kurie vaikystėje patyrė seksualinį išnaudojimą, negali kalbėti apie savo pačių jausmus, dažnai jie negali ir su savo vaikais pasikalbėti apie tai, kaip apsisaugoti nuo tvirkintojų.

Kodėl mano vaikui gresia pavojus patirti seksualinį išnaudojimą?

Kai kurie suaugusieji mano, turį teisę naudotis vaikais seksualiniams poreikiams tenkinti. Arba taip elgiasi vyresni vaikai, nemanydami, kad daro kažką blogo.

Pavojus patirti seksualinį išnaudojimą gresia visiems vaikams, nes jie pasitiki suaugusiais žmonėmis ir kitais vaikais arba yra nuo jų priklausomi, nes šie jais rūpinasi. Todėl vaikams labai sunku jiems pasakyti „ne“. Labai mažų vaikų mąstymo įgūdžiai dar silpni, be to, jie nežino, koks suaugusiųjų elgesys yra priimtinas ir koks ne.

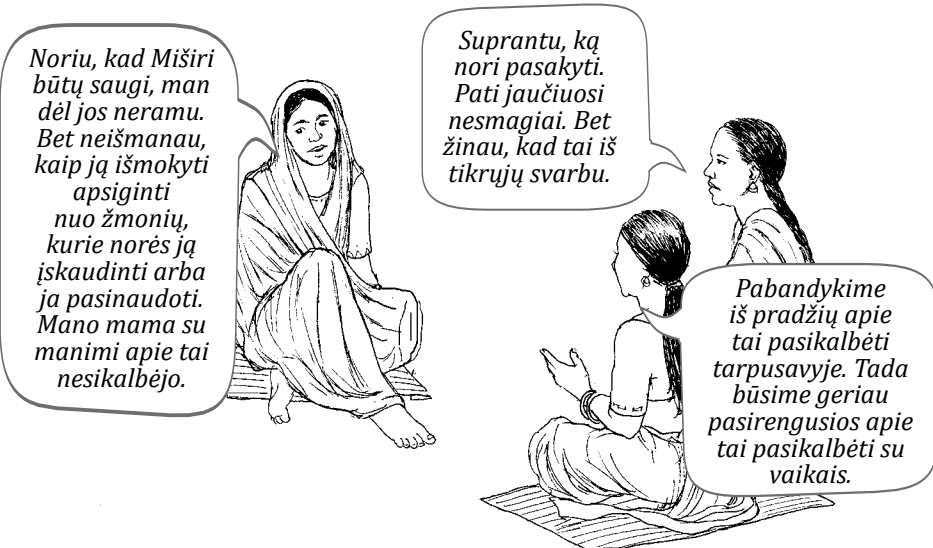
Neįgaliems vaikams gresia ypač didelis pavojus nukentėti nuo seksualinio išnaudojimo, nes daug dažniau nei sveiki vaikai jie yra priklausomi nuo žmonių, kurie jais rūpinasi. Be to, akliems ir silpnaregiams vaikams šis pavojus dar labiau padidėja dėl kitų priežasčių:

- Daugelio šių vaikų bendravimo įgūdžiai nepakankamai išugdyti. Dėl to jie kartais sunkiai supranta, ką jūsiems pasakojate apie saugumą. Be to, galbūt ir jums bus sunkiau tokius vaikus suprasti, kai jie bandys jums pasakoti apie seksualinį išnaudojimą.
- Jie gali blogiau pažinti savo kūną nei regintys vaikai, gali nežinoti, kuo skiriasi berniukų ir mergaičių kūnas.
- Jų gali nepasiekti svarbi informacija, pavyzdžiui, veido išraiška, kuri regintiems vaikams padeda išmokti saugaus socialinio elgesio.

Ne visi vaikų tvirkintojai naudoja fizinę jėgą. Siekdami savo, jie gali griebtis tokių priemonių:

- Stengtis įtikinti, lipšniai kalbėdami.
- Siūlyti viliojančių gardumynų.
- Grasinti arba ieškoti priekabių.

Ir vis tiek seksualinis išnaudojimas vaiko atžvilgiu yra smurtas, kuris jį žaloja.



Seksualinio išnaudojimo prevencija

KAIP PADĖTI VAIKUI PAŽINTI SAVO KŪNĄ?

Maždaug 18 mėnesių kūdikis gali pradėti mokytis kūno dalių pavadinimų.

Jei jūsų vaikas yra 3–5 metų, paaiškinkite jam, kas yra vaiko išoriniai lyties organai ir kitos intymios vietelės, papasakokite, kuo skiriasi berniukų ir mergaičių kūnas.



Pasakoti apie tokius dalykus galima natūraliai, pavyzdžiui, kai jūsų vaikas maudosi. Akliems ir silpnaregiams vaikams gali prireikti daugiau pagalbos, kad susipažintų su savo kūno dalimis. Apie tai skaitykite skyrelyje „Veiklos, padedančios suprasti žmogaus kūno sandarą“. Naudojantis lėlėmis kaip vaizdine priemone taip pat galima paaiškinti apie kūno sandarą.

KAIP PAAIŠKINTI VAIKUI APIE INTYMIAS JO KŪNO VIETAS, KAD JIS SUPRASTŲ?

Paiškinkite, kad kai kurios žmogaus kūno dalys yra intymesnės už kitas. Pasakykite, kad jokie žmonės negali liesti vaiko lytinių organų arba intymių kūno vietų, o jūsų vaikas taip pat neturi liesti kitų žmonių intymių kūno vietų, net jei būtų prašomas.

Be to, nepamirškite paaiškinti, kad ne visada seksualinis išnaudojimas susijęs su prisilietimais.

Niekas neturi liesti jūsų intymių kūno vietų. Jei kas nors prašys paliesti jo intymias kūno vietas, tai labai negerai.

Be to, jei kas nors su jumis kalbės apie intymius dalykus arba prašys stebėti intymius dalykus, tai taip pat labai negerai.



KAIP PADĖTI VAIKUI PASAKYTI „NE“?

Paskatinkite vaiką pasitikėti savo jausmais, padrąsinkite, kad ateitų pas jus ir pasakytų, kaip jaučiasi.

Perspėkite vaiką, kad jei kas nors jo paprašys padaryti tai, ko jis nenori, kad jums arba kitam suaugusiam žmogui nedelsdamas apie tai papasakotų.



Padėkite vaikui pasipraktikuoti sakyti „ne“. Iš pradžių sugalvokite situaciją, kuriose vaikas natūraliai norėtų sakyti „ne“.



Vėliau pasikalbėkite apie tai, kaip pasakyti „ne“ ir į ką vaikas galėtų kreiptis pagalbos.



KAIP PAAIŠKINTI VAIKUI, KAD JIS SUPRASTŲ, JOG NE VISADA REIKIA PAKLUSTI VYRESNIEMS ŽMONĖMS?



Pamokykite vaiką garsiai rėkti „Ne, ne!“, spiegti, kandžiotis ir priešintis, jei jį užpultų suaugęs žmogus arba kitas vaikas ir bandytų nuskriausti.



KAIP PADĖTI VAIKUI SUPRASTI, KĄ REIKIA LAIKYTI PASLAPTYJE IR KO NE?

Pasikalbėkite su vaiku, ką galima laikyti paslapyje, o ko negalima.

Jei mes Žanai nesakysim, kad į jos gimimo dieną atvažiuos bobutė, tai gera paslaptis.



Bet mes nelaikome paslapyje dalykų, susijusių su intymiomis kūno vietomis. Būtinai man pasakyk, jei kas nors norės paliesti intymias tavo kūno vietas.

Paiškindite vaikui, kad jei kažkas jam grasina, norėdamas, kad vaikas apie kažką nekalbėtų, apie tai jis turi pasakyti jums. Tvirkintojas gali kalbėti taip: „Tai mūsų paslaptis. Jei kam nors papasakosi, užmušiu tave arba tą žmogų, kuriam tu papasakosi. Ir dar visiems papasakosiu apie negerus dalykus, kuriuos tu padarei.“ Užtikrinkite vaiką, kad jei jis su jumis apie tai pasikalbės, neatsitiks nieko blogo. Vaikas turi žinoti, kad tvirkintojas jam grasina todėl, kad negerai elgiasi jis, o ne vaikas.



Kai kurie žmonės sako, kad jei išduosi paslaptį, nutiks kažkas blogo, arba grasina tave nuskriausti. Jei taip atsitiktų tau, labai svarbu, kad man papasakotum.

GERBKITE VIS DIDĖJANTĮ AUGANČIO VAIKO NORĄ LIKTI VIENAM, KAI JIS PRAUSIASI ARBA RENGIASI

Aklam vaikui galbūt bus sunku suvokti mintį, kad nevalia niekam rodyti intymių kūno vietų, nes kiekvieną dieną kažkas jam padeda apsistarnauti. Bet galite paprašyti vaiko, kad jei pagalbos jam nereikia, apie tai pasakytų.

Neik čia.



Gera, Lora, palauksiu lauke.

Kaip suprasti, kad mano vaikas patyrė seksualinį išnaudojimą?

Mažas vaikas, patyręs seksualinį išnaudojimą, gali bijoti apie tai jums prasyti, nes tvirkintojas bus liepęs vaikui tylėti arba vaikas bijos kalbėti, manydamas, kad padarė kažką blogo. Taip pat vaikas gali neturėti reikiamų bendravimo įgūdžių ir nemokėti papasakoti, kas nutiko.

Kadangi vaikai ne visada pasipasakoja apie patirtą tvirkinimą, turite stebėti, ar nėra tam tikrų seksualinio išnaudojimo požymių. Toliau aprašyti požymiai ne visada reiškia, kad vaikas patyrė seksualinį išnaudojimą, tačiau turėtų priversti susirūpinti, ypač jei pastebėjote keletą jų.

Kai kurie fiziniai požymiai:

- neaiškios kilmės skausmas, patinimas, kraujavimas burnos, išorinių lytinių organų arba išangės srityje;
- suplėšyti arba kruvini apatiniai drabužiai;
- vaikui sunku šlapintis arba kakoti;
- vaikas užsikrėtęs lytiškai plintančiomis infekcijomis;
- turi mėlynių, nubrozdinimų;
- skauda galvą arba pilvą.

Seksualiai išnaudojamų vaikų elgesys pakinta:

- dažniau nei įprastai atsisako maudytis arba praustis;
- žaisdami su kitais vaikais arba žaislais demonstruoja seksualų elgesį;
- apie lytinius santykius žino daugiau už kitus tokio paties amžiaus vaikus.

Smurtą, taip pat ir seksualinį išnaudojimą patyrusių vaikų elgesys:

- atrodo labai išsigandę, jautrūs, budrūs arba staiga pradeda vengti tam tikrų žmonių arba vietų;
- visą laiką nesitraukia nuo tėvų;
- pradeda slapukauti arba nori būti vieni;
- pradeda elgtis taip, lyg būtų mažesni, nei yra iš tikrųjų;
- bando pabėgti iš namų;
- dažniausiai būna nuliūdę arba nerodo jokių jausmų;
- sutrinka miegas, nes sapnuoja blogus sapnus arba bijo tamsos.

Jei įtariate, kad vaikas buvo tvirkinamas, pasistenkite likti ramūs. Norėdami daugiau sužinoti, pabandykite paklausti vaiko, kaip jis jaučiasi. Vertėtų sukurti žaidybines situacijas, kurios paskatintų vaiką parodyti, kas atsitiko, arba atskleisti, ką žino. Atidžiai klausykitės ir pasirūpinkite, kad vaikas žinotų, jog jūs juo tikite.



Jei jūsų vaikas patyrė seksualinį išnaudojimą

Jei jūsų vaikas buvo seksualiai išnaudotas, jam padėsite elgdamiesi šitaip:

- Tikėsite tuo, ką jis sako. Vaikai retai išsigalvoja, kad buvo seksualiai išnaudoti.
- Pagirsite už tai, kad jums pasipasakojo. Vaikai turi žinoti, kad pasipasakoję apie tvirkinimą, pasielgė tinkamai.
- Patikinsite vaiką, kad seksualinis išnaudojimas įvyko ne dėl vaiko kaltės ir kad jūs ant jo nepykstate.
- Pasirūpinsite vaiko saugumu. Ateityje nebeleiskite vaikui bendrauti su tvirkintoju. Jei tai neįmanoma, pasirūpinkite, kad jūs arba kitas žmogus, kuris žino, kas atsitiko, nesitrauktų nuo vaiko, kol tvirkintojas bus netoliese.
- Išgydysite infekcijas, kuriomis vaikas užsikrėtė nuo seksualinio išnaudojimo. Patikrinkite, ar vaikas neužsikrėtęs lytiškai plintančiomis infekcijomis, net jei nėra jokių sveikatos sutrikimo požymių. Kai kurios lytiškai plintančios infekcijos neturi požymių arba išlenda į paviršių tik tada, kai vaikas paūgėja.

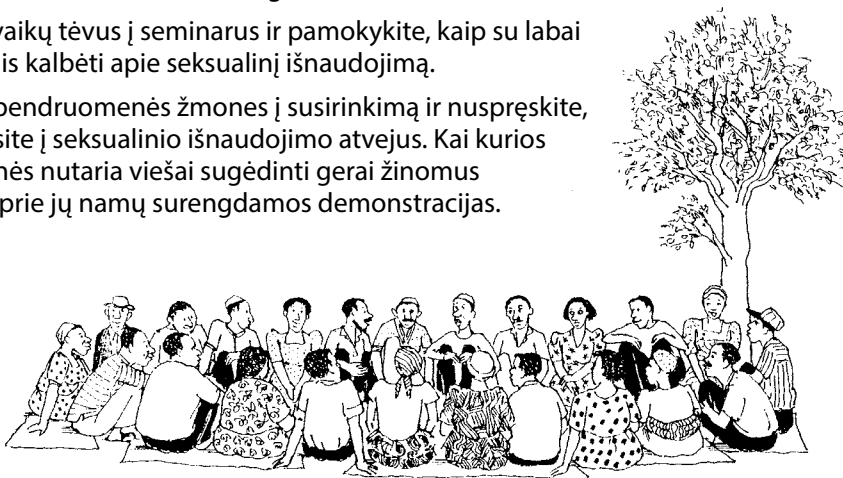
Jums, nukentėjusio vaiko tėvams, taip pat reikia pagalbos. Sužinoję, kad jų vaikas buvo seksualiai išnaudotas, tėvai gali jaustis įvairiai: netikėti tuo, kas įvyko, pykti, liūdėti. Tėvai gali vienas kitą kaltinti dėl to, kas nutiko jų vaikui. Labai naudinga pasikalbėti apie savo jausmus su žmogumi, kuriuo pasitikite. Turėkite kantrybės. Gali praeiti nemažai laiko, kol jūsų jausmai pasikeis.

Kaip pasiekti, kad visiems bendruomenės vaikams būtų saugiau?

Ugdymo programomis mokykloje, gyvenamojoje vietovėje rengiamuose susirinkimuose galima visai bendruomenei paaiškinti apie seksualinį vaikų išnaudojimą. Įvykus trumpiems spektakliams arba po scenos vaizdelių, žmonių grupėms šia tema kalbėtis būna lengviau.

Pakvieskite vaikų tėvus į seminarus ir pamokykite, kaip su labai mažais vaikais kalbėti apie seksualinį išnaudojimą.

Sukvieskite bendruomenės žmones į susirinkimą ir nuspręskite, kaip reaguosite į seksualinio išnaudojimo atvejus. Kai kurios bendruomenės nutaria viešai sugėdinti gerai žinomus tvirkintojus, prie jų namų surengdamos demonstracijas.





13 skyrius

Įsiliekite į bendruomenę

Akli ir blogai matantys vaikai priklauso savo bendruomenei, kaip bet kuris kitas vaikas. Tačiau, kad ir kaip liūdna, akli vaikai dažnai uždaromi namuose. Jie retai teiseina pažaisti, pasivaikščioti už namų sienų, nepadeda šeimos nariams dirbti buities darbų. Tokie vaikai beveik neturi galimybių susirasti naujų draugų, be to, jų dažnai nepažįsta net artimiausi kaimynai. Aplinkiniai gyventojai netgi gali manyti, kad akli vaikai nesugeba nieko išmokti. Sutikę aklą vaiką, žmonės sutrinka, nes nežino, nei kaip su juo kalbėti, nei kaip elgtis.



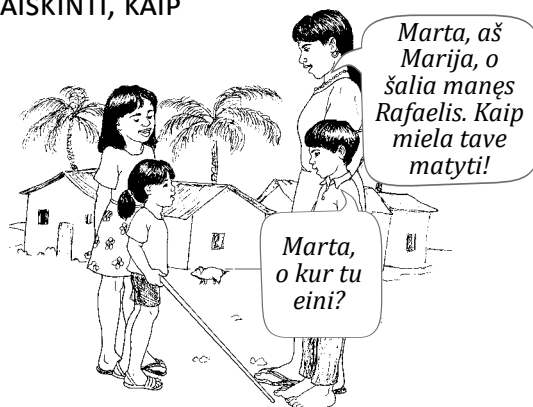
Niekas geriau už jus – aklo vaiko tėvus – nepadės jam įsilieti į bendruomenės gyvenimą. Kuo dažniau veskitės vaiką kartu eidami parnešti vandens, rinkti malkų, į turgų, mokyklą, pamaldas, bendruomenės susirinkimus ir šventes. Dirbdami darbus nuolat aiškinkite, ką matote aplinkui, ir raginkite vaiką klausytis, liesti ir uostyti. Supažindinkite su sutiktais žmonėmis, papasakokite, kokius gyvulius matote, pamokykite, kaip mandagiai pasisveikinti.

Bendruomenės parama

Aplinkiniai gyventojai jūsų padedami sužinos, kad nematantis arba silpnaregis vaikas yra toks pat judrus, kaip visi vaikai. Bet tokiam vaikui reikia padėti: supažindinti su žmonėmis, padėti rasti kelią. Kai kurie žmonės šalia jūsų vaiko jausis nepatogiai, kol jiems nepaaiškinsite, kaip su juo elgtis.

KAIP BENDRUOMENĖS NARIAMS PAAIŠKINTI, KAIP BENDRAUTI SU JŪSŲ VAIKU?

Visų pažįstamų paprašykite, kad visada, sutikę jūsų vaiką, su juo pasikalbėtų. Paprašykite pristatyti ir kreiptis į aklą vaiką vardu, kad jis žinotų, jog kalbate su juo. Pasakykite, kad reikia kreiptis tiesiai į aklą vaiką, o ne į šalia esantį žmogų ir per jį kalbėti su vaiku.



Paprašykite žmonių padėti jūsų vaikui nueiti ten, kur jis nori. Būtų gerai, kad bendruomenės žmonės išmokytų paaiškinti aklam vaikui, kaip rasti kelią į norimą vietą, kad vaikas pats galėtų ten nueiti.



Paprašykite žmonių atsakyti į jūsų vaiko klausimus ir plačiau paaiškinti apie įvairius dalykus. Geriau pažinę jūsų vaiką, bendruomenės gyventojai supras, kad aklas vaikas sugeba kur kas daugiau, nei jie iki tol įsivaizdavo.



Kuo gali padėti kiti vaikai?

Su nematančiu arba blogai matančiu vaiku kiti vaikai gali elgtis labai žiauriai. Gali erzinti, tyčiotis, mėgdžioti jo elgesį ir net primušti. Bet dar dažniau regintys vaikai aklo vaiko tiesiog nepriima į savo tarpą žaisdami ar ką kita veikdami.

KAIP PADĖTI VAIKAMS SUPRASTI, KĄ REIŠKIA GYVENTI BE REGOS?

Aklą vaiką kiti vaikai atstumia todėl, kad bijo dalykų, kurių nesupranta. Įgiję daugiau patirties, vaikai gali tapti neįgalaus vaiko draugais ir padėjėjais. Pateikiame keletą žaidimų, kurie, tikimės, padės sveikiems vaikams suprasti, kas yra aklumas.

Žaidimas „Žiūrėti tarsi per miglą“

Padėti suprasti, kas yra silpnaregystė, galite vaikams pasiūlydami:



Užsidėti kieno nors stiprius akinius arba subraižytus akinius nuo saulės.



Užsirišti akis plono popieriaus juosta arba medžiagos skiaute, per kurią vaikas matys labai neaiškiai.

Kad įžiūrėčiau raides, skardinę turiu prisikišti prie pat nosies, ir vis tiek beveik nieko nematau!



Tada tegul vaikai pabando įžiūrėti kokį smulkų daiktą, pavyzdžiui, medžio lapo gyslučių raštą, arba perskaityti skardinės etiketę. Paprašykite vaikų papasakoti, ką jie jaučia, stengdamiesi įžiūrėti tokius dalykus. Ar norint gerai įžiūrėti, daiktą reikia prikišti prie pat akių?

Žaidimas „Pabūti aklo vaiko vedliu“

Pasiūlykite vaikams susiskirstyti po du. Iš kiekvienos poros vienam vaikui užriškite raištį ant akių taip, kad per jį nieko nesimatytytų. Kitas vaikas bus šio vaiko vedliu. Tada vedlys išsiveda „aklą“ vaiką pasivaikščioti, leidžia čiupinėti įvairius daiktus, rūpinasi, kad eidamas neužsigautų.

Baigus žaisti ryšėjusius raištį vaikus paprašykite atsakyti į tokius klausimus:

- Koks apima jausmas, kai visiškai nematai?
- Ar buvo baisu?
- Ar jie patenkinti tuo, ką darė vedlys?
- Ką buvo galima daryti geriau?
- Ar jie pasitikėjo savo vedliu?



Žaidimas „Apčiupinėk draugą“

Vienam vaikui ant akių užriškite raištį, kad jis visai nieko nematytų. Šis vaikas turės atpažinti draugus, juos čiupinėdamas. Taip pat galima pasiūlyti atpažinti įvairius daiktus. Pažaidę pasikalbėkite, išsiaiškinkite, ar vaikai suprato, ką reiškia būti neregiju.



Žaidimas „Kas čia kvepia?“

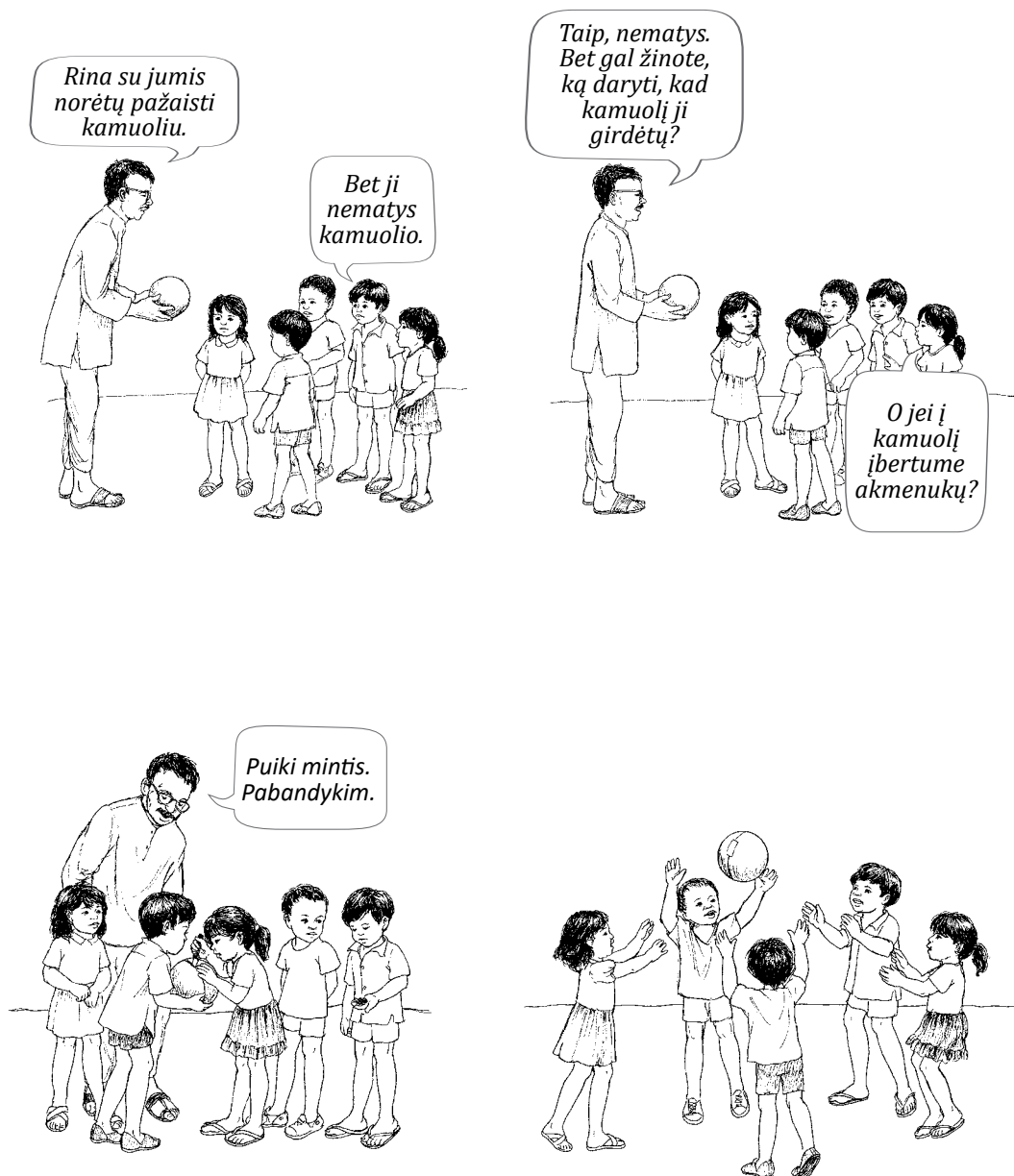


Grupei vaikų užriškite akis, kad jie nieko nematytų. Tada prieš kiekvieną vaiką padėkite kokį nors stipriai kvepiantį daiktą, pavyzdžiui, nuluptą apelsiną, bananą, saujelę arbatos lapelių, kavos pupelių, vietinių augalų. Žiūrėkite, ar vaikai iš kvapo juos atpažins.

Kai vaikai baigs žaisti šiuos žaidimus, paaiškinkite jiems, kad dėl to, jog akli žmonės nemato, daugeliui jų itin paaštrėja uoslės, lytos ir skonio pojūčiai.

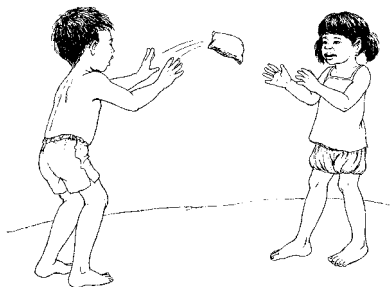
KAIP PADĖTI REGINTIEMS VAIKAMS Į SAVO ŽAIDIMUS ĮTRAUKTI AKLĄ VAIKĄ?

Dažnai vaikai nesupranta, kad nematantis vaikas galėtų su jais žaisti, jei jie savo žaidimus šiek tiek pakeistų. Pavyzdžiui:



Kai kamuolys pradėjo barškėti, Rina galėjo žaisti kartu su visais.

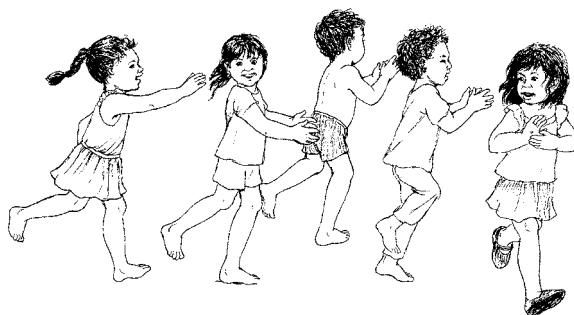
Pateikiame dar kelis pasiūlymus, kaip į žaidimus įtraukti sutrikusią regą turintį vaiką:



Vietoj kamuolio galima paimti pupų arba ryžių maišelį, kuriuo vaikai galės mėtytis. Metamo ir gaudomo maišelio šiugždėjimas blogai matančiam vaikui padės jį pagauti. Arba pabandykite pažaisti žaidimą, kai vaikai ridena kamuolį grindimis. Girdėdamas kamuolio barškėjimą sutrikusią regą turintis vaikas galės jį sugauti.

Jei vaikas mato ryškias spalvas, maišelį pasiūkite iš ryškiaspalvės medžiagos.

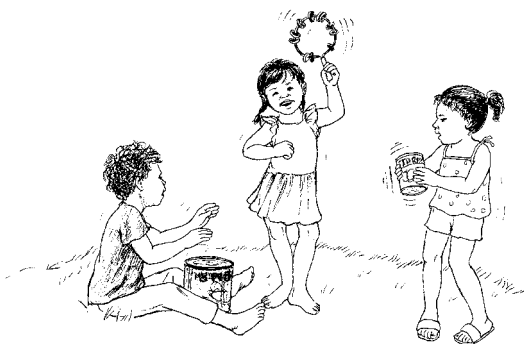
Blogai matantis vaikas gali dalyvauti žaidžiant liestynes, jei kiti vaikai jam padės: bėgdami plos rankomis, švilps arba prie rankų bus prisirišę kokį nors barškutį.



Nematantis vaikas gali išmokti šokinėti per virvutę, jei prie jos pririšite skambutį.



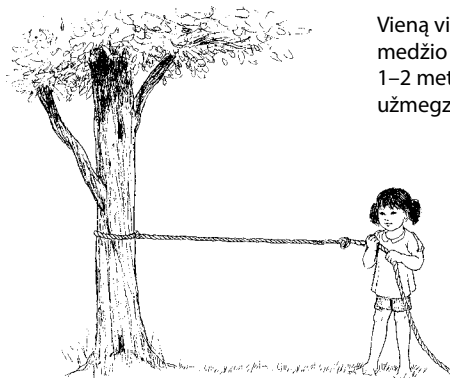
Mažiems vaikams galima padaryti muzikos instrumentų: vietoje būgno panaudokite didoką skardinę, iš skardinės, į kurią įdėta akmenukų, padarykite barškutį, iš butelių kamštelį, suvertų ant virvės arba vielos – tambūriną.



Prastai matančiam vaikui patogiau piešti ant šlapio smėlio arba molio, nes jis gali pačiuopinėti tai, ką nupiešė.



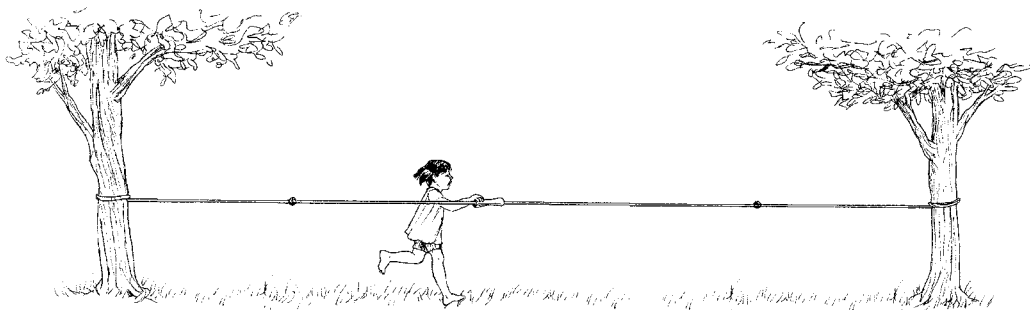
Nematantis vaikas gali bėgti lenktynių, laikydamasis tarp dviejų medžių pririštos virvės, kaip pavaizduota čia:



Vieną virvės galą pririškite prie medžio kamieno. Ant virvės 1–2 metrų atstumu nuo medžio užmegzkite didelį mazgą.



Kitą virvės galą įverkite į vamzdelį, pavyzdžiui, padarytą iš bambuko.



Kitą didelį mazgą ant virvės padarykite už 1–2 metrų nuo antrojo medžio ir prie jo pririškite virvę. Patikrinkite, ar vamzdelis nepralenda per mazgus.

Jei norėsite daugiau idėjų, klauskite savo bendruomenės vaikų. Žiūrėkite, kuris iš jų pasiūlys daugiausia idėjų, kaip prastai matantį vaiką įtraukti į bendrus žaidimus.

Bendruomenės projektai

Vaikų žaidimo aikštelės įrengimas – veikla, kurios metu bendruomenės vaikai ir suaugusieji gali išmokti bendradarbiauti. Yra keletas paprastų dalykų, kuriuos pritaikius žaidimo aikštelę pamėgs visi vaikai ir blogai matantys vaikai joje nebesijaus atstumti. Mūsų pasiūlytos idėjos patiks visiems bendruomenės vaikams.



ŽAIDIMŲ AIKŠTELĖS ĮRENGIMAS

Norint įrengti vaikų žaidimų aikštelę, geriausia naudoti vietoje randamas, nebrangiai kainuojančias medžiagas ir paprastas konstrukcijas. Žaidimų aikštelėje vaikai ir jų tėveliai turės galimybę išbandyti įvairiausius žaidimus. Jei kuris nors iš jų tiks vaikui, tėvai galės nebrangiai arba visai nemokamai tokią aikštelę įsirengti savo namuose. Dėl šios priežasties žaidimų aikštelę geriau statyti iš medžių šakų, kuolų, senų padangų, kitų nebereikalingų medžiagų nei įsirengti prašmatnią, sumontuotą iš metalinių konstrukcijų, bet labai brangią aikštelę.

VISIEMS TINKAMA ŽAIDIMŲ AIKŠTELĖ

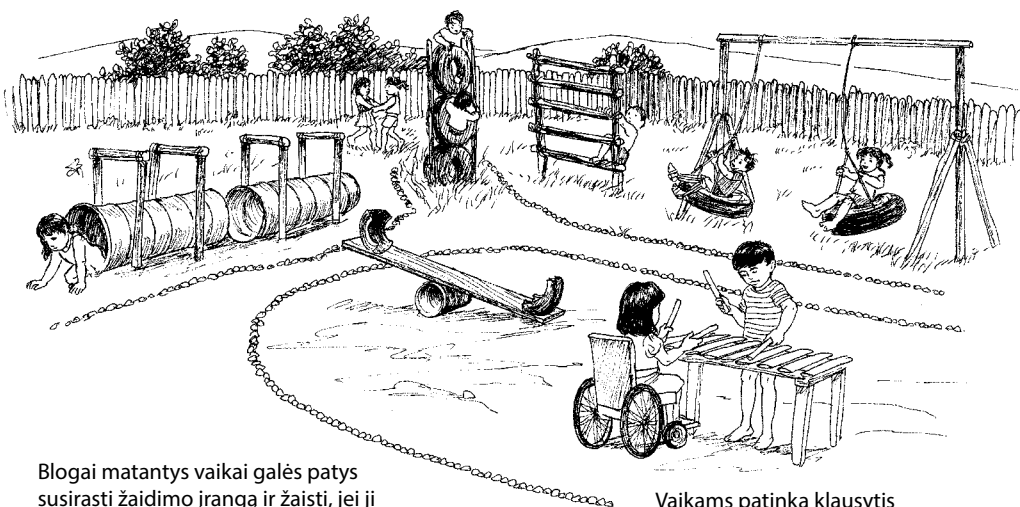
Ribaralta – nedidelis miestelis Bolivijos glūdumoje. Keliai ten labai prasti, tad iki artimiausio miesto reikia važiuoti apie 30 valandų. Miestelio gyventojai gyvena varganai. Nėra vandentiekio, dauguma miestelėnų neturi elektros. Neįgalius vaikus auginančių tėvų grupė pradėjo susitikinėti kas 2 savaites. Pasikalbėję suprato, kad jie yra puikūs savo vaikų poreikių specialistai.

Supratę, kad turi pakankamai žinių apie savo vaikų negalias, jie nutarė tomis žiniomis pasidalinti su kitais miestelio gyventojais. Tėvai nusprendė įrengti visiems vaikams skirtą žaidimų aikštelę, kuri suburtų sveikus ir neįgalius vaikus.

Pirminė idėja, kurią įgyvendinti, kaip iš pradžių manė tėvai, bus galima per tris sekmadienius, išsirutuliojo į kur kas didesnio masto projektą, nes žmonėms kilo daugiau gerų minčių, kaip įrengti aikštelę. Jie kreipėsi į verslo įmones ir ūkius, iš kurių nemokamai gavo plytų, vinių, medienos ir rąstų. Žaidimų aikštelė buvo aptverta tvora, pastatyti keli suoliukai, aikštelė apsodinta medžiais, iš vietoje rastų medžiagų ir senų padangų pagaminta žaidimų įranga.

Vaikams patinka landžioti vamzdžiais, padarytais iš švariai išplautų statinių arba bidonų. Akliems vaikams patinka šūkauti ir klausytis vamzdžiuose sklindančio aido.

Patartina įrengti kelias skirtingo aukščio sūpuokles. Vienerias iš jų pakabinkite visai žemai, kad maži vaikai jas pasiektų patys.



Blogai matantys vaikai galės patys susirasti žaidimo įrangą ir žaisti, jei ji bus nudažyta ryškiomis spalvomis. Akli vaikai galės orientuotis aikštelėje, jei takeliai turės bortelius ir jei vienos žaidimo vietos bus apsėtos žole, o kitur paliktas plikas gruntas.

Vaikams patinka klausytis garsų, kurie pasigirsta stuksenant arba barbenant į daiktus. Akliems vaikams tokie žaidimai ypač patinka.

Žaidimų aikštelės įrengimas

- Į žaidimų aikštelės statybos ir priežiūros darbus įtraukite kiek galima daugiau bendruomenės žmonių. Aikštelę reikia reguliariai tvarkyti ir remontuoti, todėl turėsite suplanuoti darbus ir gerai juos organizuoti.
- Žaidimų aikštelė turi būti paprasta, įrenginiai padaryti iš nebrangių vietoje randamų medžiagų, kad pasinaudoję jūsų idėjomis žmonės savo kiemuose galėtų įrengti aikšteles savo vaikams.
- Įkasamiems į žemę stulpeliams rinkitės medieną, kuri ne taip greitai pūva. Tą dalį, kuri bus po žeme, patepkite panaudota variklių alyva, degutu arba kokia kita insekticidine arba fungicidine medžiaga.
- Sūpuokles galima pakabinti ant virvių arba grandinių. Virvės pigesnės, bet jos greičiau supūva arba nusidėvi. Plastikinės arba nailoninės virvės atsparios drėgmei, bet saulės atokaitoje tokios virvės pamažu pradės irti, trūkinėti.
- Reguliariai tikrinkite stulpų ir virvių stiprumą: keli suaugę žmonės tegul įsikimba ir pajudina, patampo. Pastebėję, kad virvės pradėjo irti, nedelsdami jas pakeiskite.
- Į žaidimų aikštelės projektavimo, statybos ir priežiūros darbus būtinai įtraukite vaikus. Nemažai darbų gali atlikti suaugusiųjų vadovaujami vaikai.



14 skyrius

Pasirengimas darželiui ir mokyklai

Kol tėvai dirba, kai kuriose bendruomenėse mažus vaikus prižiūri specialios paskirties įstaigos. Jos vadinamos įvairiai – vaikų darželiais, dienos globos centrais, vaikų lopšeliais, priešmokyklinėmis įstaigomis.

Aklas arba silpnaregis vaikas gali lankyti vaikų darželį kartu su kitais vaikais. O kai jūsų vaikas paūgės, galės eiti į mokyklą, kaip visi jo amžiaus vaikai. Kad šiose įstaigose vaikui būtų įdomu ir jam ten sektųsi, jūs, tėvai, galite prisidėti tokiais būdais:

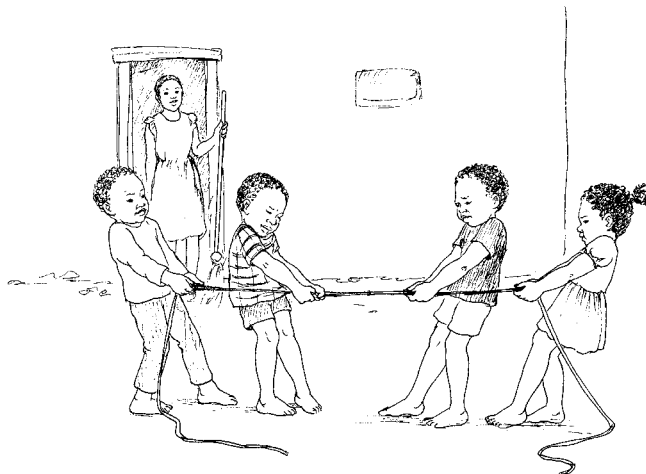
- padėdami vaikui pasiręgti darželiui arba mokyklai,
- padėdami darželio auklėtojai arba mokyklos mokytojai priimti jūsų vaiką.

Kaip padėti savo vaikui pasiręgti darželiui ir mokyklai?

KAIP IŠMOKYTI ŽAISTI GRUPINIUS ŽAIDIMUS?

Mokykloje jūsų vaikas daug žais su kitais vaikais. Dar gerokai prieš išleisdami vaiką į mokyklą galite pradėti jį ruošti – raginti žaisti su kitais vaikais ir juos pamokyti, kaip žaisti su jūsų vaiku.

Jeigu jūsų vaikas turi kolektyvinio žaidimo patirties, pradėjęs lankyti mokyklą jis lengviau susiras draugų.



KAIP VAIKUI PAAIŠKINTI, KAS YRA VAIKŲ DARŽELIS ARBA MOKYKLĄ?

Jei jūsų vaikas su kitais vaikais laiko praleidžia nedaug, jis gali nesuprasti, ką vaikai veikia vaikų darželyje arba mokykloje, nes daugelis vaikų apie tai sužino iš kitų vaikų pasakojimų. Be to, aklas arba silpnaregis vaikas gali bijoti keletui valandų atsiskirti nuo šeimos. Tad ką daryti, kad vaikas suprastų, kas yra vaikų darželis arba mokykla?

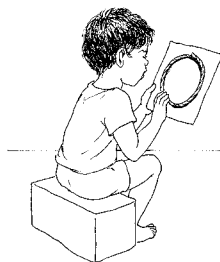
Apie darželį arba mokyklą papasakokite ką nors įdomaus.

Bet aš ten nieko nepažįstu. Būsiu visiškai viena.

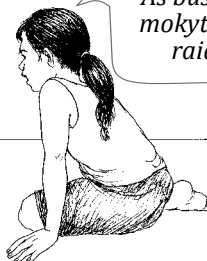


Susirasi naujų draugų, klausysiesi įdomių istorijų, ten bus linksma.

Paprašykite, kad vyresnis vaikas su jūsiškiu pažaisų „mokyklą“.



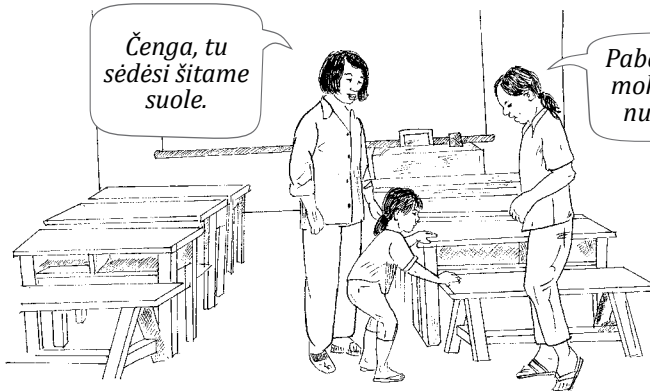
Aš būsiu tavo mokytoja. Tai raidė O.



KAIP VAIKĄ SUPAŽINDINTI SU DARŽELIO ARBA MOKYKLOS PASTATU?

Pirmą dieną darželyje arba mokykloje jūsų vaikas jausis daug drąsiau, jei bus ten lankęsis anksčiau ir bus išmokęs orientuotis patalpose. Todėl pasistenkite ten nueiti ir susitikti su mokytojais, kol dar neprasidėjo mokslo metai.

Čenga, tu sėdėsi šitame suole.



Pabandykime nuo mokyklinio suolo nueiti iki durų.

Padėkite mokyklos bendruomenei pasiruošti tinkamai priimti jūsų vaiką

KAIP PADĖTI MOKYTOJUI GERIAU SUPRASTI JŪSŲ VAIKO POREIKIUS?

Jei mokytojas iki tol nėra mokęs aklo arba silpnaregio vaiko, jis gali nežinoti, kaip jį mokyti. Jūs geriau už kitus pažįstate savo vaiką, todėl mokytojui galite papasakoti daug naudingų dalykų. Štai apie ką vertėtų pasikalbėti su mokytoju:

- Papasakokite apie savo vaiko įgūdžius ir sugebėjimus.
- Paaiškinkite, kaip jūsų vaikui padėti saugiai vaikščioti po mokyklą.
- Jei jūsų vaikas truputį mato, paaiškinkite, ką jis mato ir kaip naudojasi regos likučiu.
- Priminkite, kad jūsų vaikas nemato gestų ir veido išraiškų, todėl nurodymus vaikui reikia duoti žodžiu.
- Pasikalbėkite apie sunkumus, su kuriais susiduria jūsų vaikas.
- Papasakokite, ką žinote apie aklumą ir kokią įtaką jis turi jūsų vaiko raidai.



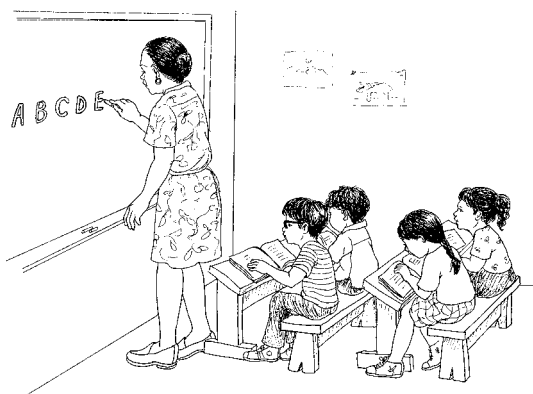
Skyriuje, kuriame rašoma, kaip įsilieti į bendruomenę, yra patarimų, kuriais gali pasinaudoti ir mokytojai. Jums būtų ypač pravartu pasidalinti mintimis apie tai, kaip regintiems vaikams paaiškinti apie aklumą ir kokiais būdais blogai matančius vaikus įtraukti į bendrus žaidimus.

KAIP PARENGTI KLASĖS PATALPĄ, TINKAMĄ JŪSŲ VAIKUI?

Pasikalbėkite su mokytoja apie klasę ir pagalvokite, kokiomis priemonėmis be didesnių išlaidų pasiekti, kad ten jūsų vaikui mokytis būtų saugu ir patogiu. Patartume pasikalbėti apie štai ką:

- Paaiškinkite, kad aklas vaikas gali atsitrenkti į daiktus ir kad jam yra daug saugiau, kai durys yra visiškai uždarytos arba plačiai atvertos.
- Pasakykite, kaip svarbu, kad baldai ir daiktai stovėtų tose pačiose vietose, kad jūsų vaikas galėtų vaikščioti klasėje užtikrintas savo saugumu.
- Nuspręskite, ar jūsų vaikui geriau sėdėti klasės priekyje šalia mokytojos, ar toliau.

Jei jūsų vaikas mato, kas parašyta lentoje, mokytoja turėtų rašyti didelėmis, aiškiomis raidėmis ir dažnai tikrinti, ar vaikas jas mato.



Prieš pradėdant mokyti vaiką skaityti ir rašyti

Jei jūsų vaikas truputį mato, pabandykite išsiaiškinti, kokios priemonės jam padėtų aiškiau matyti tekstą. Jei jūsų vaikas mato raides, gali būti, kad jis galės skaityti naudodamasis šiomis priemonėmis:



akiniais



lupa (didinamuoju stiklu)



dideliu šriftu išspausdintomis
knygomis

Jei jūsų vaikas mokykloje skaito lėčiau už kitus mokinius ir dėl to kyla problemų, galite padaryti štai ką:

- Praprašykite ko nors, kad jūsų vaikui garsiai skaitytų iš knygų ir perskaitytų pamokų užduotis.
- Paprašykite ko nors, kad diktofonu padarytų knygų ir namų užduočių garso įrašus: vėliau vaikas galės jų pasiklausyti.
- Pagalvokite, ar nevertėtų vaiko išmokyti Brailio rašto. Tai būtų geriausias pasirinkimas, jei vaiko rega staiga pablogėtų.

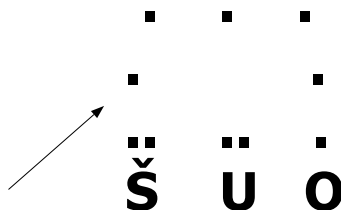
Mokymasis skaityti ir rašyti Brailio raštu

Jei jūsų vaikas nemato teksto, t. y. jis yra silpnaregis arba aklas, specialų išsilavinimą turintis mokytojas jį išmokys skaityti ir rašyti sistema, kuri vadinama Brailio raštu. Iš pirmo žvilgsnio gali pasirodyti, kad Brailio rašto išmokti sunku, bet taip galvosite tol, kol nieko apie jį nežinosite. Dauguma vaikų ir suaugusiųjų Brailio rašto išmoksta pakankamai greitai.

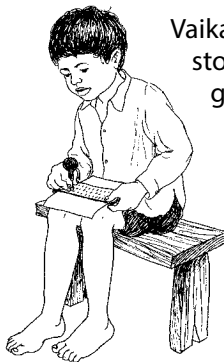
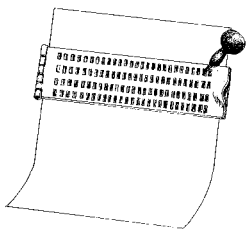
Yra specialių mokyklų, skirtų akliems vaikams, yra specialių klasių įprastose mokyklose ir tiflopedagogų – mokytojų, kurie jūsų vaikus išmokys Brailio rašto.



Skaitydamas Brailio raštu vaikas pirštais braukia per iškilius taškelius, iš kurių sudaryta kiekviena raidė. Iš šių raidžių sudaromi žodžiai. Vaikas išmoksta ne tik skaityti, bet ir rašyti Brailio raštu.



Rašyti Brailio raštu vaikas gali naudodamasis įvairiomis priemonėmis. Pačios paprasčiausios – lentelė ir grifelis.



Vaikas rašo lentele ir grifeliu: storo popieriaus lape grifelio smaigaliu daro įdubimus. Apvertęs popierių, pirštais skaito iš reljefinių taškelių sudarytas raides.

Jei vaiko pirštai stiprūs, minkšti, Brailio rašto jis išmoks lengviau ir greičiau.

Mokyklą turi lankyti visi vaikai

Akli vaikai gyvenime dažnai neturi tokių pačių galimybių, kaip regintys vaikai, tad aklo vaiko ateitis bus geresnė, jei jis lankys mokyklą. Akli vaikai gali lankyti mokyklą ir daug joje išmokti, taip pat ir įgūdžių, kurie ateityje padės užsidirbti duonai.

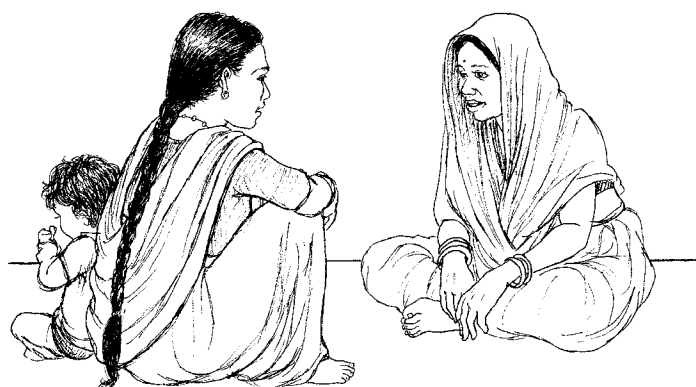
Kai kuriose šalyse akli vaikai lanko specialiąsias aklujų mokyklas. Kitur įprastos mokyklos turi atskiras klases akliems vaikams. Jei akliems vaikams suteikiama pagalba, jie gali sėkmingai mokytis vienoje klasėje su reginčiais vaikais.





15 skyrius

Pagalba tėvams ir globėjams



Jums, mažo aklo vaiko tėvams ir globėjams, reikia ieškoti paramos ir informacijos, kuri būtų naudinga ir jūsų šeimai, ir visai bendruomenei. Nors šeimos ir bendruomenės samprata skiriasi priklausomai nuo šalies, daugelis iššūkių, su kuriais susiduria mažus aklus arba silpnaregius vaikus auginančios šeimos, yra tokie patys, kad ir kur begyventų. Šiame skyriuje rasite patarimų, tinkančių jūsų šeimai, nesvarbu, kurioje šalyje gyvenate. Čia sužinosite:

- Kaip jaučiasi tėvai, supratę, kad jų vaikas yra aklas arba silpnaregis.
- Kaip susidoroti su papildoma atsakomybe auginant aklą vaiką.
- Kaip susiburti draugėn, paremti vieniems kitus ir kaip pagerinti aklo vaiko gyvenimą.
- Kaip tėvų grupėms pasiekti, kad bendruomenė padėtų rūpintis neįgaliais vaikais.

Kaip visą knygą, taip ir šio skyriaus informaciją galite pritaikyti savo šeimos ir bendruomenės reikmėms.

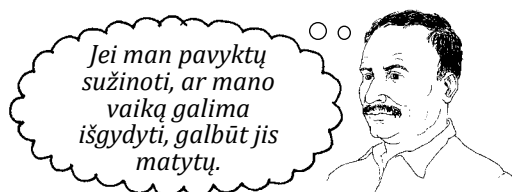
Ką daryti sužinojus, kad jūsų vaikas blogai mato?

Žinia, kad vaikas blogai mato arba visiškai nemato, tėvams ir visai šeimai gali būti tikras smūgis. Normalu, kad sužinoję apie vaiko negalią, tėvai nuliūsta ir dar daug mėnesių jaučia kitokias neigiamas emocijas. Jūsų šeima gali jaustis šitaip:

- Jums neramu, ar teisingai elgiatės su vaiku.



- Neigiate (atsisakote patikėti, kad jūsų vaikas niekada nematys taip gerai, kaip kiti vaikai).



- Bijote vaiko aklumo, bijote ateities.



- Jaučiate kaltę, galvodami, kad kažką padarėte negerai ir dėl to jūsų vaikas nemato.



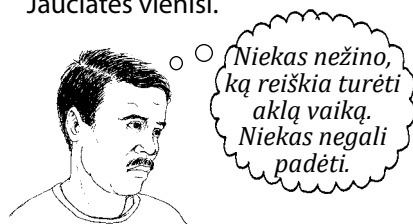
- Liūdite, jaučiatės bejėgiai arba visai nieko nejaučiate (depresija).



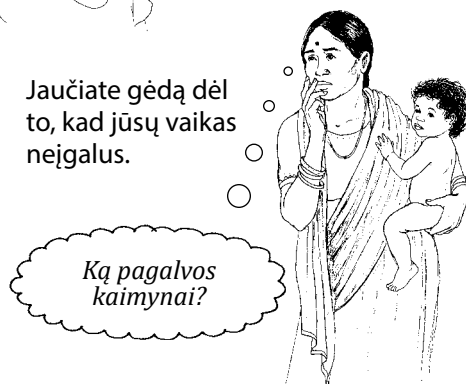
- Pykstate dėl to, kas atsitiko.



- Jaučiatės vieniši.

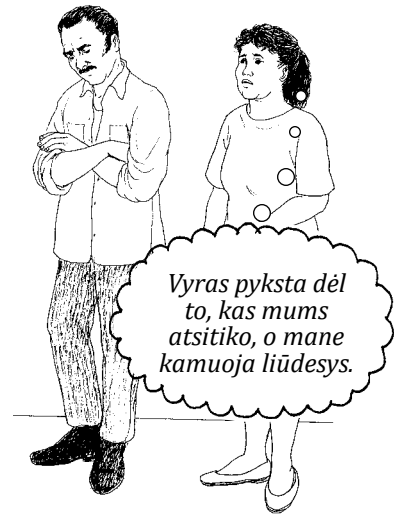


- Jaučiate gėdą dėl to, kad jūsų vaikas neįgalus.



Jums, tėvams, galbūt bus lengviau susidoroti su užplūdusiais jausmais, jei žinosite, kad stiprūs išgyvenimai padeda susidoroti su užgriuvusia našta ir skatina veikti, siekiant padėti savo vaikui. Pavyzdžiui, vaiko aklumo neigimas jums gali neleisti palūžti dėl staigių gyvenimo pokyčių. Kai kurie tėvai sako, kad pyktis arba frustracija jiems teikia energijos, kuri būtina norint padėti vaikui, ieškoti pagalbos ir patiems padėti šeimoms, kuriose auga neįgalūs vaikai.

Jūs, jūsų partneris, kiti šeimos nariai turbūt patirsite kai kurias minėtas emocijas ir skirtingai į jas reaguosite. Reikėtų netrukdyti žmonėms išgyventi užplūdusių jausmų ir jų nesmerkti.



Neigiamos emocijos pamažu susilpnės. Laikui bėgant suprasite, kad jūsų vaikui taip pat reikia meilės, prisirišimo, ir jį taip pat reikia mokyti drausmės ir kitų dalykų, kaip visus vaikus. Ir, kaip visi vaikai, šis vaikas jūsų gyvenime bus malonumo ir džiaugsmo šaltinis bei atrama gyvenime. Ilgainiui tai, kad jūsų vaikas nemato, taps mažiau svarbu.



Neigiamos emocijos turbūt vėl iškils svarbiais vaiko gyvenimo tarpsniais, pavyzdžiui, kai ateis laikas eiti į mokyklą. Nieko blogo, kad jausmai sugrįš. Tiesiog tai reiškia, kad jūs išgyvenate dar vieną prisitaikymo etapą. Paprastai šios emocijos silpnės nei tada, kai pirmą kartą jas išgyvenote.

Kaip vaiko globėjams įveikti stresą?

Tėvai ir globėjai turi savo labai sugalvoti, kaip sumažinti psichologinę įtampą, nes rūpinimasis mažais vaikais yra alinančiai sunkus darbas.

O jei vienas iš vaikų blogai mato arba visai nemato, tėvų ir globėjų pečius užgula dar didesnė našta.

Šeimos nariams reikia ne tik pasirūpinti, kad vaikas būtų nupraustas, pavalgydintas, aprengtas, – jie turi imtis mokytojo vaidmens, kad išmokytų tokių dalykų, kokių regintys vaikai išmoksta tiesiog stebėdami.

Kartais tėvams ir globėjams labai sunku susidoroti su papildomu krūviu. Toliau skaitykite, kokių patarimų turi panašią patirtį išgyvenę žmonės ir kas jiems padėjo įveikti sunkumus.



BŪKITE REALISTIŠKI

Stenkitės mąstyti realiai, įvertindami tai, kiek laiko jūs patys ir kiti žmonės galės praleisti mokydami jūsų vaiką.

Stenkitės adaptuoti veiklas, kad jos lengviau derėtų prie jūsų kasdienio gyvenimo ir atimtų mažiau laiko.



Kai gaminu vakarienę, mes su Pedro pasikalbame apie tai, ką jis tą dieną veikė. Paskui jis mokosi skaičiuoti, dėliodamas lėkštes ant stalo.

Didelius uždavinius suskaidykite į mažesnius, lengvesnius etapus, tada aiškiau matysite padarytą pažangą ir neprarosite vilties.

Kaip norėčiau, kad Pradipas išmokytų pats apsirengti.



Geriausia, jei mokysi neskubėdama, pavyzdžiui, pirmiausia išmokysi nusivilkti marškinius.



PASIRŪPINKITE SAVIMI

Retkarčiais visiem žmonėms reikia pabūti vieniems. Tačiau dauguma mažų vaikų turinčių žmonių nedaro pertraukėlių, nes turi labai daug darbo. Bet žinokite, jei pervargsite, blogai jausitės ir, kol neatgausite jėgų, negalėsite padėti savo vaikui.

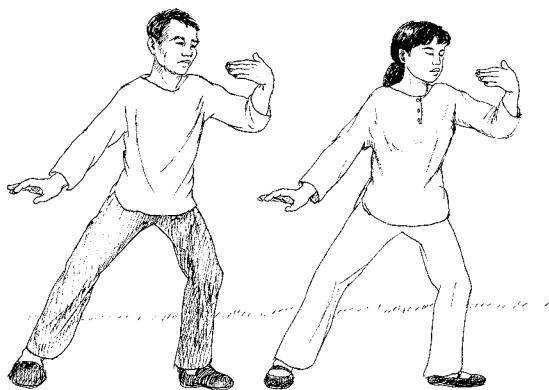


Norėdami atsipalaiduoti, kelis kartus lėtai giliai įkvėpkite. Pasistenkite trumpam pamiršti visus darbus, kuriuos turite padaryti.



Vyras medituoja, sėdėdamas sukryžiuotomis kojomis ant žemės.

Daugelyje tautų tikėjimas ir nusistovėjusi meditavimo praktika padeda atpalaiduoti kūną ir nuraminti protą, ugdyti vidinę stiprybę. Tradicijų laikymasis jums padės pasirūpinti savimi.



Tai či mankšta

PASIKALBĒKITE SU ŠEIMOS NARIAIS

Visi šēimos nariai vaiko gyvenime vaidina kokj nors vaidmenj. Kiekvienas vaiku besirūpinantis žmogus, ypač turinčiu ypatingų poreikių vaiku, gali reikšti savo nuomonę apie tai, kaip geriausia auginti tokj vaiką ir kaip jam padėti.



Labai svarbu, kad rastumėte laiko pasikalbėti visi kartu. Tada kiekvienas geriau supras, kaip jaučiasi kitas. Ir jei vienas iš jūsų pasijus pavargęs arba neteks vilties, galbūt jam padės kiti šēimos nariai.

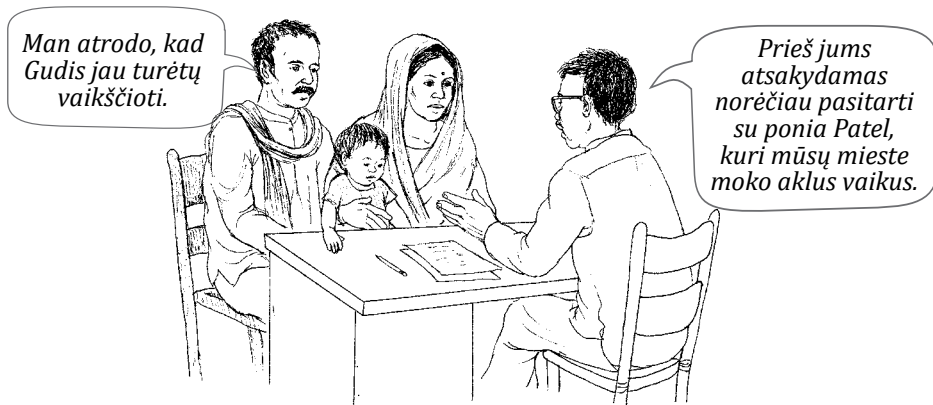
PRAŠYKITE KITŲ ŽMONIŲ PAGALBOS

Jums nereikia visų veiklų su vaiku daryti pačiam: gali padėti kiti šēimos nariai, draugai ir kaimynai.

Jei jaučiatės pavargę arba pradėjote manyti, kad visas darbas perniek, su kuo nors pasikalbėkite – turėtų palengvėti. Pasistenkite surasti žmogų, kuriam retkarčiais galėtumėte išlieti širdj.



Pasikalbėkite su aklu suaugusiu žmogumi, sveikatos priežiūros darbuotoju, mokyklos mokytoju arba tifoldpedagogu. Tai bus ypač naudinga, jei jums atrodys, kad vaikas jau keletą mėnesių neišmoksta naujų įgūdžių.



Susibūrę tėvai daug stipresni

Daugeliu požiūrių labai naudinga susiburti kelioms aklus vaikus auginančioms šeimoms. Dirbdami kartu, turėsite galimybę:

- Pasidalinti jausmais, pasikeisti informacija.
- Pasitarti, kokios veiklos labiausiai tiktų jūsų vaikams ir kaip geriau jas pritaikyti konkrečiam vaikui.
- Pasikeisti mintimis apie tai, kaip užsiėmimus su vaiku integruoti į šeimos ir bendruomenės gyvenimą.
- Kartu siekti, kad bendruomenė taptų draugiškesnė, saugesnė, labiau remtų neįgalius vaikus.



Jei žinote, kad be jūsų yra kitų tėvų, auginančių aklus vaikus, tačiau jūsų gyvenamajame rajone nėra tėvų grupės, pagalvokite, ar nevertėtų jos įkurti. Daug stiprių, aktyvių tėvų grupių pradėjo veiklą nuo vieno žmogaus iškeltos idėjos. Susibūrę tėvai gali išspręsti daugelį problemų. Dirbdami kartu, tėvai gali pasiekti kur kas daugiau nei po vieną.



Mūsų grupė nusiuntė atstovą pasikalbėti su Nacionalinės aklųjų draugijos mūsų miesto filialo vadovu. Dabar mūsų susirinkimuose dalyvauja specialistas, kuris viską žino apie aklumą.

JĶURKITE TĒVŲ GRUPĒ

Suraskite du arba daugiau žmonių, kurie norėtų dalyvauti tėvų grupės veikloje. Jei nepažįstate tėvų, kurių vaikai blogai mato, galite įtraukti tėvus, auginančius kitokių negalių turinčius vaikus. Sveikatos priežiūros darbuotojai jums galėtų padėti, pasiūlydami, su kuriais žmonėmis iš artimiausių gyvenviečių galima susisiekti.

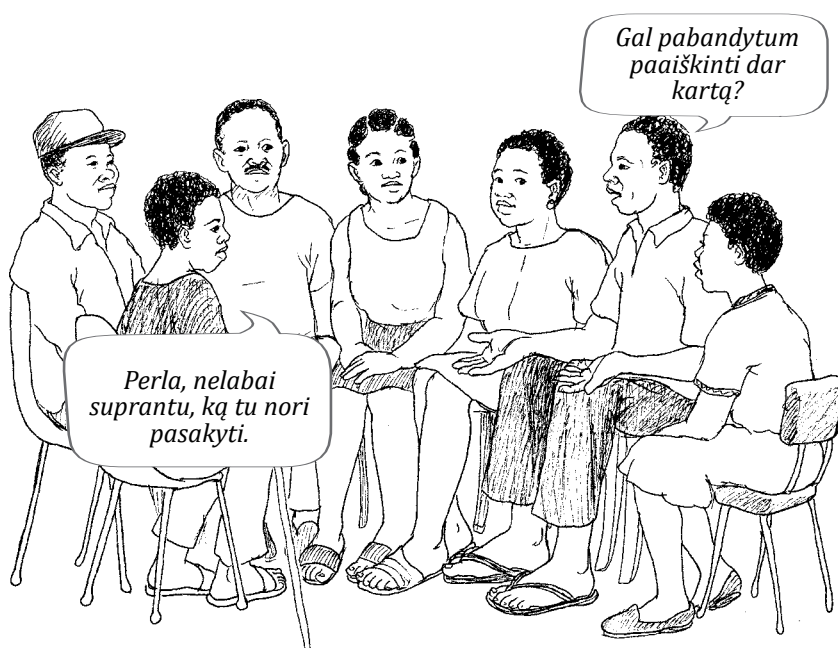
Susitarkite, kur ir kada susitikssite. Būtų pravartu tai daryti ramioje vietoje, pavyzdžiui, mokykloje, sveikatos punkte, kooperatyve ar bažnyčioje. Per pirmąjį susitikimą aptarkite, kodėl nutarėte suburti tėvų grupę ir ko iš jos tikėtės.

Turbūt atsiras vienas žmogus, kuris bus kelių pirmųjų susirinkimų lyderis. Bet svarbu atminti, kad joks žmogus neturi priimti sprendimų už visą grupę. Kiekvienas turi turėti galimybę pasisakyti, bet stenkitės, kad diskusija nenukryptų nuo pagrindinių susirinkimo klausimų. Po pirmų kelių susirinkimų kitiems tegul paeiliui vadovauja vis kitas žmogus, nes taip bus lengviau į darbą įtraukti drovius žmones.

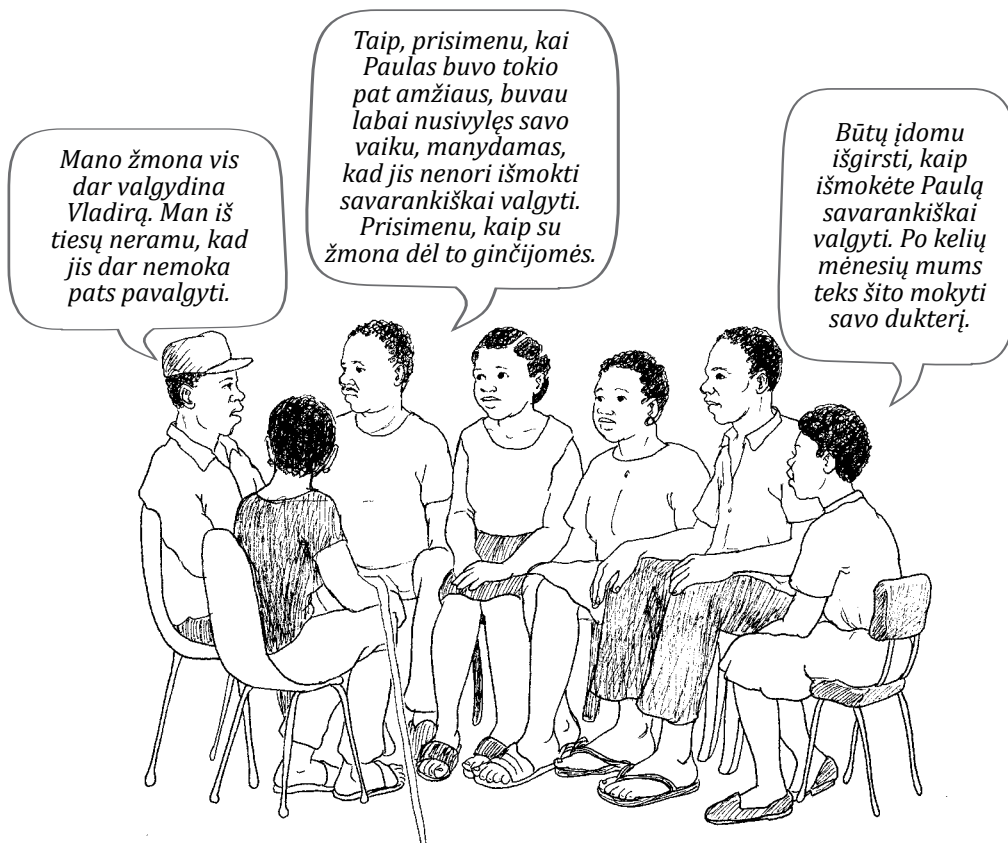
MOKYKITĖS PAREMTI VIENAS KITĄ

Nors tėvai gerai pažįsta vienas kitą, gali prireikti laiko, kol jie galės laisvai kalbėti apie savo jausmus, patirtį ir iššūkius auginant neįgalų vaiką. Tokiems dalykams reikia praktikos. Pateikiame pasiūlymų, kaip grupės nariams padėti pasijusti laisviau ir pradėti pasitikėti žmonėmis:

Atidžiai klausykitės, ką sako kiti žmonės, neskubėkite vertinti. Pagalvokite, kad kai kalbėsime jūs, norėsite, jog jūsų atidžiai klausytųsi, tad patys klausykitės labai įdėmiai.



Stenkitės kitiems žmonėms nesakyti, ką jie turi daryti. Jūs galite kitiems žmonėms padėti susigaudyti jų jausmuose, pasidalindami savo patirtimi. Bet kiekvienas turi pats nuspręsti, kaip jam geriausia auginti savo vaikus.



Gerbkite kiekvieno žmogaus privatumą. Niekada pašaliniams žmonėms nepasakokite, ką išgirdote grupės susirinkimuose, nebent jie visi pasakytų, kad galima.



VEIKLOS PLANAVIMAS

Jei tēvai sutaria, kopā tie var izšķirt daudz problēmu. Pateiksim veiklos planavimo etapus, kuriem sekmīgi pasinaudojo citas tēvu grupas:

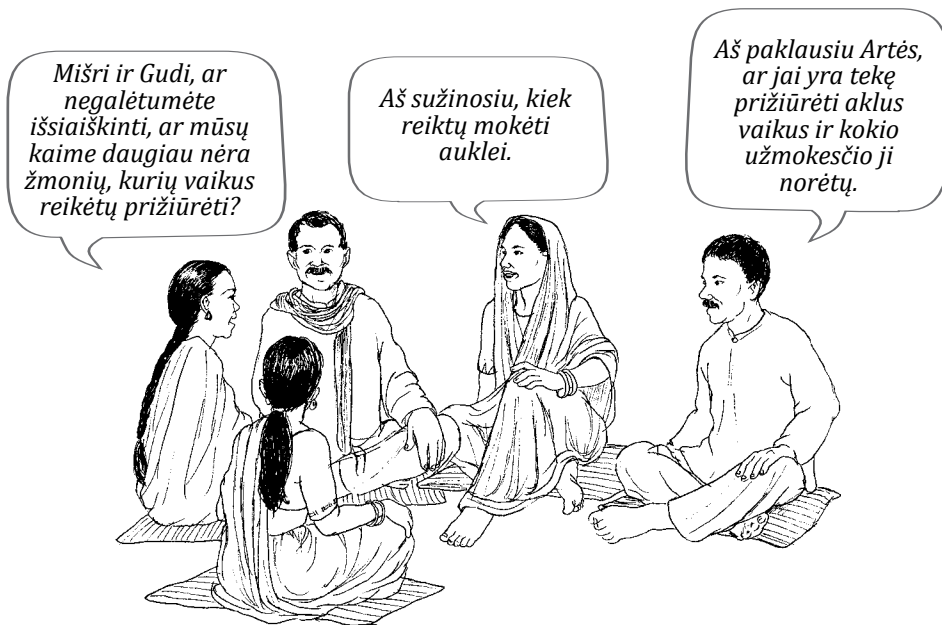
1. Izšķiriet rūpīgā klausimā, kuris daudzmai grupas dalībnieku ir svarīgs. Nors jums galbūt būs jāizšķir daudz citu lietu, grupas darbs būs skaidrāks, ja domināntus klausimus apspriestā vienā. Tāpat pirmā izšķiriet klausimā, kurā jūsu grupa var izšķirt ātri. O kā grupa iemācās strādāt kopā, varat ņemt sarežģītākus uzdevumus.



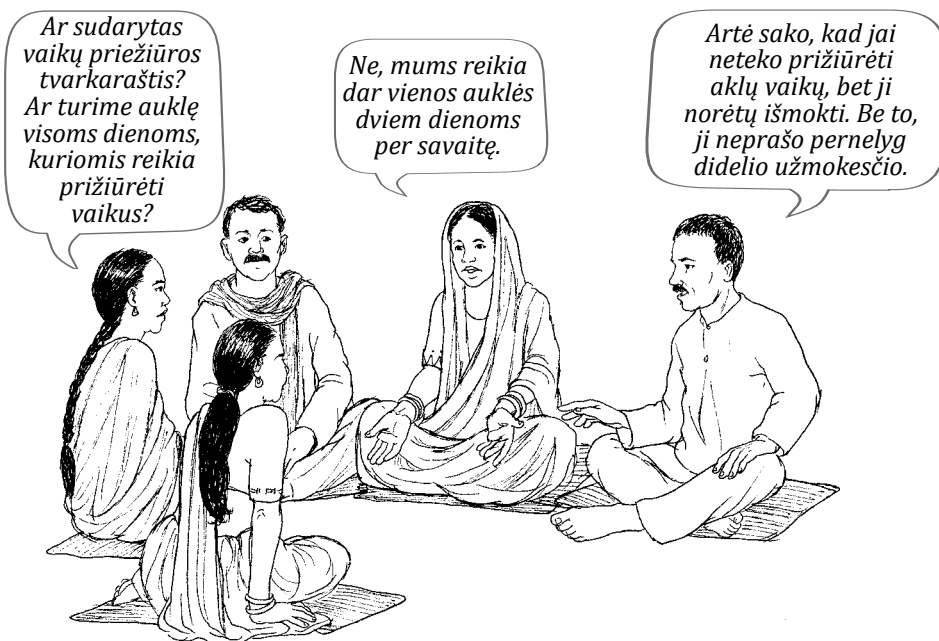
2. Nutarkiet, kā norēdumēte izšķirt išķilusj klausimā. Padarykite galimj sprendimo variantj sarašj ir izšķiriet tā, kuris labiausiai atitinka stipriāšias jūsj grupēs savybes ir išķeklius.



3. Sudarykite planą. Grupės nariams paskirstykite užduotis ir pasistenkite nustatyti datą, kada turi būti užbaigta kiekviena užduotis.



4. Kitame susirinkime pasikalbėkite apie tai, kaip sekasi vykdyti užduotis. Jei iškilo sunkumų, pakoreguokite planą.



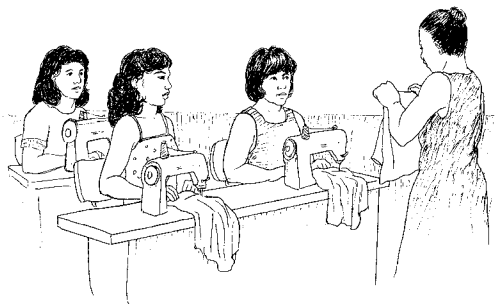
KITOS GRUPĒS DARBO KRYPTYS

Siekdama pagelbėti akliem vaikams, tēvų grupē gali imtis ļvairiausij projektų: pabandyti pagerinti ekonomines šeimų sļlygas, pakeisti visuomenēs požiūrj, valstybēs ļstatymus, paskatinti suteikti geresnes paslaugas akliem vaikams.

Dauguma akļų vaikų gyvena neturtingose šeimose. Norēdamos geriau materialiai aprūpinti savo vaikus, tēvų grupēs gali imtis tokių veiksmų:

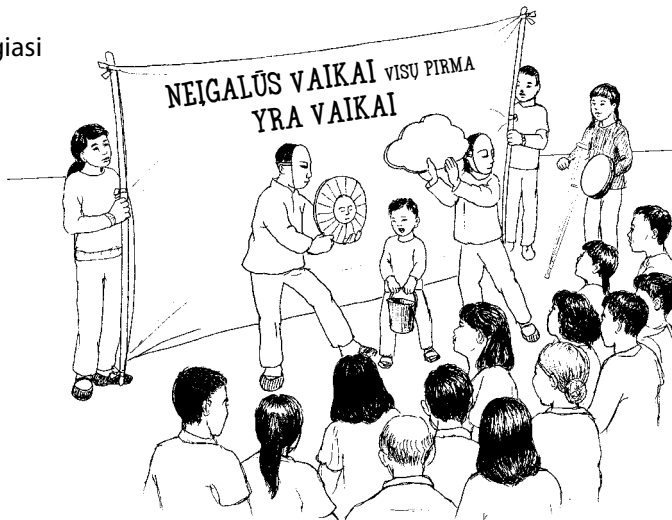
- Ieļskoti finansavimo ļaltinių naujiem projektams, kuriais būtų siekiama padēti neļgaliem vaikams.
- Padēti neļgalių vaikų tēvams ļgyti naujų darbo ļgūdžių.
- Rengti seminarus apie neļgalių vaikų mokymā ir pagalbā jiems.
- Kurti neļgalių vaikų broliukų ir sesučių grupes, organizuoti stovyklas.

ļšios mamos iļmoko siuti drabuļius, dabar jos uļdirba daugiau pinigų, dirba arčiau namų, daugiau laiko praleidžia su vaikai.



Tēvų grupēs gali siekti, kad jų bendruomenē taptų draugiķskesnē ir joje būtų saugiau visiems negalių turintiems vaikams. Sprendžiant saugumo klausimus, patartina ļtraukti ir kaimynus, nes tai jiems padēs geriau suprasti neļgalius žmones.

Daugelis tēvų grupių stengiasi supaļžindinti visuomenē su neļgalių poreikiais ir galimybēm. Jos rengia diskusij grupes, seminarus, radijo laidas, leidžia informacinius leidinius, daro skelbimų lentas, vaidina gatvēs spektakliuose, kuria plakatus, kad žmonēs kuo daugiau suļzinotų apie ļvairias negalias turinčius vaikus.



Yra tėvų grupių, kurios įgyvendina projektus, kuriais siekiama neįgalius vaikus įtraukti į bendruomenės gyvenimą ir padėti jiems tapti aktyviais jos nariais. Pavyzdžiui, jūsiškė tėvų grupė gali imtis tokių projektų:

- Organizuoti sporto varžybas, kuriose dalyvautų neįgalūs vaikai.
- Įrengti žaimų aikštelę, tinkamą visiems vaikams.
- Įkurti vaikų darželį, kurį neįgalūs vaikai lankytų kartu su sveikais.

Kai kurios tėvų grupės siekia pagerinti valstybines programas, pakeisti įstatymus, kad būtų labiau atsižvelgiama į neįgalių vaikų poreikius. Taigi jūsų grupė gali veikti šiomis kryptimis:

- Susisiekti su vyriausybės atstovais, pavyzdžiui, sveikatos apsaugos ir švietimo ministrais, ir jiems pranešti, kokių paslaugų reikia jūsų bendruomenei arba kokius įstatymus reikėtų priimti siekiant apginti neįgalių vaikų interesus.
- Susisiekti su žinomais žmonėmis iš pramogų arba sporto pasaulio ir juos įtikinti viešai kalbėti palaikant neįgalius vaikus.
- Jei valdžios atstovai nepagerins neįgalių vaikų gyvenimo sąlygų – rašyti laiškus, prašymus, organizuoti protesto akcijas.
- Šviesti visuomenę per laikraščius, radiją ir televiziją.



Tėvų grupės taip pat dirba aklumo ir kitokių negalių prevencijos srityje. Pavyzdžiui, daug vaikų apanka dėl nepakankamos mitybos, kai maiste trūksta vitamino A (žr. 16 skyrių „Kodėl vaikai apanka ir kaip išsaugoti jų regą?“). Galbūt jūsų grupė galėtų skleisti informaciją visuomenėje apie aklumą sukeliančias priežastis arba auginti daržoves, kurios padeda išvengti aklumo?

Toliau pateikiamo istorijā apie tai, kaip viena tēvų grupē, pasivadīnusi „Los pipitos“, siekia pakeisti neįgalių vaikų gyvenimā.

Neįgalių vaikų tēvų organizacija „Los pipitos“

Nikaragvoje yra daugiau nei 200 000 vaikų, turinčių įvairias negalias, kurių dažniausia priežastis – skurdas. Regos sutrikimai ir kitos negalios neretai sulaušina vaikus, gyvenančius pusbadžiu ankštose, perpildytose patalpose, kur dėl prastų sąlygų plinta įvairios infekcijos.

Iki 1987 m. Nikaragvoje beveik nebuvo neįgaliems vaikams skirtų paslaugų, kol nesusibūrė tēvų grupė, kurią sudarė 21 žmogus, nutarusi „pakeisti pasaulį“. Jie pasivadino „Los pipitos“ – žodžiais, kuriais meiliai kreipiamasi į vaikus visoje Nikaragvoje. Dabar „Los pipitos“ vienija daugiau kaip 20 tēvų grupių visuose šalies kampeliuose. Organizacija vadovauja nacionalinei kampanijai, kuria siekiama padėti neįgaliems vaikams.

Mes gyvename ne savo, bet savo vaikų gyvenimā – džiaugiamės jų pasiekimais, liūdime dėl nesėkmių ir sielojamės, kai žmonės juos atstumia, nes tai neteisinga.



Todėl tėvai ir kiti šeimos nariai sukūrė organizaciją „Los pipitos“.



Ieškome tėvų, tokių kaip mes, skatiname bendrauti, keistis idėjomis, padėti vienas kitam.



„Los pipitos“ organizacijai priklausančių tēvų grupių veiklos kryptys:

- Rengti seminarus tėvams apie neįgalių vaikų auginimą.
- Rengti mokymus sveikatos priežiūros darbuotojams apie tai, kaip įvertinti vaiko neįgalumo lygį.
- Konsultuoti Nikaragvos sveikatos ministerijos specialistus apie paslaugas, kurių reikia neįgaliems vaikams.

Visos minėtos veiklos atspindi organizacijos „Los pipitos“ tikslą – keisti visuomenės požiūrį, kad neįgalūs vaikai galėtų realizuoti savo galimybes. Visuomenės pokyčių varomoji jėga – tėvai.





16 skyrius

Kodėl vaikai apanka ir kaip išsaugoti jų regą?

Kai sušlubuoja sveikata, taip pat ir kai apankama, žmonės paprastai ieško fizinių arba medicininių ligos priežasčių. Šios priežastys tikrai labai rimtos, apie jas daugiau sužinosite šiame skyriuje. Tačiau norėdami sumažinti aklųjų skaičių konkrečioje bendruomenėje, turime pasigilinti į socialines akumo priežastis. Pavyzdžiui, didesnė tikimybė, kad akių uždegimu susirgs ir vėliau blogai matys neturtingų tėvų vaikai, o turtingesnių tėvų vaikus ši nelaimė aplenks.

Pendos ir Kesės istorija

Penda yra jauna mama, gyvenanti mažame Afrikos kaimelyje. Prieš kelerius metus autobuso avarijoje žuvus vyrui, moteris liko su trimis mažais vaikais. Netrukus po vyro mirties gimė ketvirtas kūdikis – mergaitė, kurią ji pavadino Kесе. Norėdama išmaitinti keturis vaikus, Penda buvo priversta dirbti nuo aušros iki sutemų, todėl gana greitai nustojo maitinti kūdikį krūtimi.

Kai Kесеi buvo vieneri metukai, ištino kairioji mergaitės akis. Penda bandė gydyti dukters akį vaistažolių kompresais, bet Kesės akis negerėjo. Po kelių dienų iš akies pradėjo sunktis tirštas skystis. Penda labai susirūpino. Ji neturėjo pinigų sumokėti gydytojui, todėl šeimos draugas moterį su vaiku nuvežė į kitą kaimą pas bendruomenės slaugytoją.

Slaugytoja pasakė, kad mergaitei trūksta visaverčio maisto ir, jei motina nieko nedarys, vaikas pamažu apaks. Kad vaikų akys būtų sveikos, paaiškino ji, jie turi valgyti žalios spalvos lapines daržoves, oranžinės spalvos daržoves ir vaisius, kuriuose yra akis apsaugančio vitamino A. Slaugytoja mergaitei davė kapsulių su vitaminu A. Sutvarkyti, kad mergaitė kairiąja akimi regėtų, jau buvo vėlu, bet gydymas buvo pradėtas pakankamai anksti, todėl dešiniąja akimi mergaitė matė.

Penda buvo labai dėkinga slaugytojai, kad pavyko išgelbėti dukterį nuo visiško apakimo, ir panoro kitoms kaimo moterims papasakoti, kokią didžiulę reikšmę vaikų regai turi vitaminas A. Kartu su bendruomenės slaugytoja jos ketina surengti paskaitą, į kurią pakvies nėščias ir mažų vaikų turinčias kaimo moteris. Penda tikisi, kad jaunos mamos sugalvos, kaip neišleidžiant krūvos pinigų kokybiškiau maitinti savo šeimas, kad sustiprėtų jų pačių ir jų vaikų sveikata.

Kodėl Kesė apako viena akimi?

Yra keletas priežasčių:

Likusioje skyriaus dalyje sužinosite apie medicininės regos sutrikimų priežastis ir gydymą. Tačiau norint sumažinti apakusiųjų skaičių, bendruomenėms būtina šalinti socialines apakimo priežastis, kurios nepriklauso medicinos sričiai.

Apakimo ir regos sutrikimų priežastys

Daug vaikų apanka dėl blogos mitybos, infekcijų ir kitų priežasčių:

- Dėl nepakankamos arba nevisavertės mitybos, kai maiste trūksta vitaminų, būtinų gerai regai užtikrinti.
- Gyvenimas labai tankiai apgyvendintomis sąlygomis, todėl užsikrečiama įvairiomis ligomis nuo kitų žmonių.
- Gyvenimas bendruomenėse, kur šiukšlės ir žmonių išmatos laikomos atvirai, todėl musės ir kiti vabzdžiai platina užkratą, galintį sukelti apakimą.
- Netinkamas naudojimas liaudiškais gydymo priemonėmis, todėl užkrato sukeltas uždegimas įsisenėja.

Minėtų problemų vienas žmogus išspręsti negali. Bet jei žmonės susiburtų ir pradėtų statyti lauko tualetus, išvežtų šiukšles, sugalvotų, kaip patiems užsiauginti daržovių ir vaisių, padedančių stiprinti sveikatą, padėtis pagerėtų. Jei bendruomenės nariai dirbtų sutartinai, daugumai vaikų nebegręstų apakimas.

Iš kur tavo vaikas gaus pakankamai vitamino A turinčio maisto, jei tu negali jo nupirkti? Kai kurių kaimų gyventojai turi mažus daržus, ten augina daržoves ir gali apsaugoti savo vaikus nuo apakimo.



Kesė apako viena akimi.

NAKTINIS AKLUMAS, AKIŲ SAUSMĖ (KSEROFTALMIJA), KURIAS SUKELIA VITAMINO A TRŪKUMAS MAISTE

Kad akys būtų sveikos, reikia valgyti pakankamai vitamino A turinčių maisto produktų. Šio vitamino yra kai kuriuose vaisiuose, daržovėse, kai kurių rūšių mėsoje. Jei vaikas valgo maistą, kuriame pakanka vitamino A, akies paviršius – ragena – išlieka drėgnas ir sveikas. Daug vaikų iš neturtingų šeimų su maistu negauna pakankamai vitamino A, todėl akių paviršius pradeda džiūti. Tai vadinama „akių sausme“.

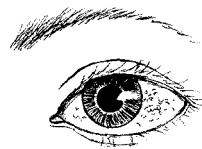


Tamsiai geltonos ir tamsiai žalios spalvos daržovės, kai kurie raudoni ir oranžiniai vaisiai bei daržovės turi daug vitamino A. Jo taip pat yra žuvyje, piene, kiaušiniuose ir kepenyse.

Vitamino A trūkumas maiste yra dažniausia vaikų apakimo priežastis, ypač Afrikos ir pietinės Azijos šalyse. Dažniausiai apanka vaikai nuo 6 mėnesių iki 6 metų. Jaunesni kaip 6 mėnesių kūdikiai paprastai maitinasi motinos pienu, su kuriuo gauna pakankamai vitamino A.

Požymiai:

1. Iš pradžių vaikas pradeda blogai matyti tamsoje arba nenori žaisti lauke po saulėlydžio.
2. Vėliau akys pradeda atrodyti išsausėjusios. Baltymas tarsi nublunka, susiraukšlėja, pasirodo maži pilki taškeliai.



3. Vėliau išsausėja ir papilkėja tamsioji akies dalis, joje gali atsirasti įdubimų.



4. Galiausiai tamsioji akies dalis suminkštėja, ištinsta, sutrūkinėja ir vaikas apanka.



Gydymas:

- Duokite tris vitamino A dozes. Pastebėję, kad vaikas nemato prieblandoje arba kad išsausėjo akys, pirmą dozę duokite nedelsdami. Antrą dozę duokite kitą dieną, o trečiąją – po 14 dienų.

Lentelėje nurodyta kapsulė turi 50 000 TV (tarptautinių vienetų) vitamino A.

Amžius	Vienos dozės kapsulių skaičius
iki 6 mėnesių	1 kapsulė
6 mėn. – 1 metai	2 kapsulės
Vyresni nei 1 metų	4 kapsulės

Pastaba: Jei vaiko rega sutriko, gydymas vitaminu A nepadės jos grąžinti, bet nedelsiant pradėtas gydymas sustabdys tolesnį apakimo procesą.

Prevenција:

- Kuo ilgiau maitinkite kūdikį krūtimi – bent vienerius metus, bet jei galite, ir ilgiau.
- Stenkitės kiekvieną dieną vaikui duoti vitamino A turinčių maisto produktų.
- Jei vaikas susirgo tymais, pasistenkite papildomai duoti maisto produktų, turinčių vitamino A.

TYMAI

Tymai – liga, kuria užsikrečiama nuo kitų žmonių. Jei vaikas nusilpęs dėl to, kad jam trūksta vitamino maisto, arba dėl viduriavimo, susirgęs tymais jis gali netekti dalies regos arba visiškai apakti.

Tymų požymiai:

- Karščiavimas, sloga, kosulys.
- Paraudusios akys.
- Raudonas bėrimas visame kūne.

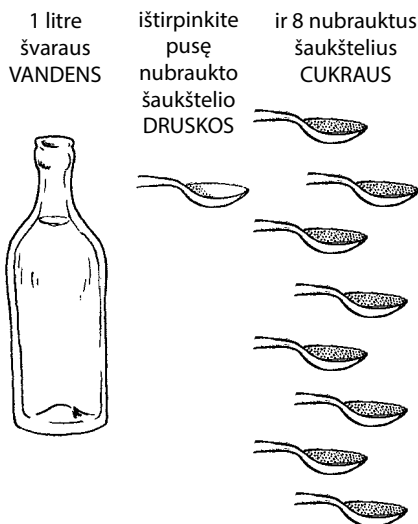
**Gydymas:**

- Vaikas turi gulėti, daug gerti, valgyti sveiką maistą. Jei kūdikis negali žįsti krūties, girdykite savo pienu iš puodelio.
- Pastebėję, kad vaikas serga tymais, tuoj pat sugirdykite vieną dozę vitamino A. Tai padės išvengti akių išsausėjimo.
- Duokite gerti rehidracinio gėrimo, jei vaikas viduriuoja (receptą žr. kitame puslapyje). Jis padės vaiko organizmui sureguliuoti skysčių ir maisto medžiagų kiekį, kurių neteko viduriuodamas.

Du rehidracinio gėrimo receptai

Jei turite, į gėrimą įpilkite pusę puodelio vaisių sulčių ar kokoso sulčių, įdėkite sutrintą prinokusį bananą. Bananuose yra kalio – mineralo, kuris ligoniui padeda įsivirti didesnį maisto ir gėrimo kiekį.

1. Gėrimas su cukrumi ir druska.
(Viejoje rafinuoto cukraus galite naudoti nerafinuotą cukrų arba melasą.)



DĖMESIO: prieš dėdami cukraus, paragaukite ir įsitikinkite, ar gėrimas nėra per sūrus.

2. Gėrimas su miltais ir druska.
(Geriausią imti ryžių miltus. Bet galima naudoti smulkiai sumaltus kukurūzų, kviečių, sorgų miltus, bulvių košę.)



DĖMESIO: ragaukite gėrimą kiekvieną kartą prieš duodami jo vaikui, kad būtumėte tikri, jog jis nesurūgęs. Esant karštam orui miltų gėrimai surūgsta per kelias valandas.

Susirgimų prevencija:

- Paskiepykite vaiką nuo tymų: 6–9 mėnesių vaikus jau galima skiepyti nuo tymų. Dėl skiepavimo kreipkitės į savo bendruomenės slaugytoją.
- Saugokite vaikus nuo kontakto su tymais sergančiais asmenimis.
- Jei kas nors iš artimųjų serga tymais, jo patalynę, drabužius skalbkite atskirai nuo kitų namiškių drabužių, o sergančio žmogaus indų ir valgymo įrankių neplaukite kartu su kitų šeimos narių indais ir valgymo įrankiais.

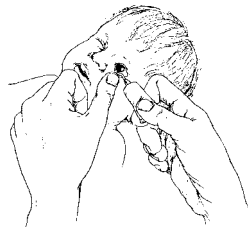


Paprastai tymais persergama nesunkiai. Bet jei vaikai nusilpę dėl maisto trūkumo arba viduriavimo, kurį sukėlė užterštas geriamasis vanduo, tymai gali būti labai pavojinga liga. Tiesą sakant, vaikai apanka ne dėl ligų, bet dėl skurdo.

NESENIAI GIMUSIŲ KŪDIKIŲ AKIŲ UŽDEGIMAS (KŪDIKIŲ KONJUNKTYVITAS)

Visus kūdikius reikėtų saugoti nuo akių infekcijų, po gimimimo kuo greičiau patepant akis 1 proc. tetraciklino, eritromicino arba chloramfenikolio akių tepalu. Jei šių vaistų neturite, galite naudoti 2,5 proc. joduoto povidono tirpalą.

Nušluostykite kūdikio akytes švaria servetėle, sudrėkinta vėsiu virintu vandeniu. Patempkite žemyn apatinius vokus ir po kiekvienu voku įtrėškite truputį akių tepalo. Akies išorės tepti nereikia.



Jei neseniai gimusiam kūdikiui prasideda akių uždegimas, jis gali apakti. Akių uždegimą sukelia bakterijos, kurios į akis patenka gimdymo metu nuo infekuotos motinos. Tarp jų – gonorėjos, chlamidijos bakterijos, kurios yra perduodamos lytiniu keliu. Daugelis žmonių yra jų nešiotojai patys to nežinodami, nes gali nebūti jokių susirgimo požymių. Kadangi sunku pasakyti, ar moteris yra kuo nors užsikrėtusi, visų kūdikių akis kelioms valandoms praėjus po gimimo svarbu patepti antibakteriniu tepalu (žr. informaciją viršuje).

Jei kelių dienų kūdikio akys parausta, patinsta arba pradeda traiškanoti, gali būti, kad prasidėjo akių infekcija. Reikia nedelsiant pradėti gydyti, nepaisant to, kad kūdikio akys po gimimo buvo pateptos antibakteriniu tepalu. Motiną ir tėvą taip pat reikia gydyti.

Kūdikių infekcijos požymiai:

- Paraudusios, patinusios akys.
- Traiškanos akyse.
- Akių vokai sulipę, ypač pabudus.



Moterų gonorėjos arba chlamidijos požymiai:

- Gelsvos arba žalsvos išskyros iš makšties arba išangės.
- Skausmingas šlapinimasis, deginimo jausmas šlapinant.
- Pakilusi temperatūra.
- Skausmas pilvo apačioje.
- Skausmingi lytiniai santykiai arba kraujavimas jų metu.
- Kartais gali nebūti ir jokių ligos simptomų.

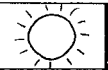
Atminkite, kad net jei motina neturi jokių infekcijos simptomų, bet jų turi kūdikis, kūdikį reikia gydyti. Motiną ir tėvą taip pat reikia gydyti.

Kūdikio gydymas:

Traiškanas reikia kuo greičiau išvalyti švaria servetėle, suvilgyta švariu vandeniu.

Kūdikui reikia duoti dviejų skirtingų vaistų

14 dienų girdykite eritromicino sirupu po 40 mg 4 kartus per dieną.

			
Saulei tekant	vidurdienį	saulei leidžiantis	naktį

Taip pat:

Į raumenis įšvirkškite vienkartinę 125 mg ceftriaksono dozę.



Geriausia dūrio vieta – viršutinė išorinė šlaunies dalis.

Jei ilgiau nei dvi savaites kūdikio akys paraudusios, ištinusios, traiškanoja arba ilgiau nei dvi savaites šie požymiai tai atsiranda, tai pranyksta, gali būti, kad reikia didinti tų pačių vaistų dozę arba rinktis kitus vaistus, todėl kreipkitės į bendruomenės slaugytoją. Pastaba: jei jūsų kūdikio rega sutriko, vaistai nepadės jo visiškai išgydyti, bet gali padėti išsaugoti regą, kuri dar liko.

Motinos ir tėvo gydymas:

Motina ir tėvas turi būti gydomi dviem skirtingais vaistais

Motina gali juos vartoti net ir žindydama kūdikį.

Septynias dienas 4 kartus per dieną vartokite 500 mg eritromicino tabletes.	ARBA	10 dienų gerkite po 500 mg amoksicilino 3 kartus per dieną.
Taip pat:		
Išgerkite vienkartinę 400 mg cefiksimo dozę.	ARBA	Į raumenis įšvirkškite vienkartinę 250 mg ceftriaksono dozę.



Jei moterys nediršta su savo partneriais pasikalbėti apie tai, kad saugant lytinę sveikatą reikėtų naudoti prezervatyvus, jos rizikuoja užsikrėsti gonorėja ir chlamidijomis. Jei daugiau moterų saugotųsi lytiškai plintančių ligų, mažiau kūdikių netektų regos.

TRACHOMA

Trachomą platina musės. Jei žmogus nesigydo, būklė pamažu sunkėja, paprastai tai trunka daugelį metų. Trachoma labiausiai paplitusi skurdžiose, labai tankiai apgyvendintose teritorijose, kur trūksta švaraus vandens.

Požymiai:

1. Susirgus trachoma, iš pradžių parausta akys, pradeda ašaroti, perštėti. Bet kartais ankstyvųjų simptomų nebūna.
2. Maždaug po mėnesio:
 - Viršutinių akies vokų vidinėje pusėje atsiranda mažų gelsvai baltų arba rausvai pilkų taškelio.
 - Viršutinė akies rainelės pusė tampa nebeskaidri.
 - Viršutinė akies baltymo dalis truputį parausta.
3. Metams bėgant, po akies vokais iškilę folikulai pranyksta, jų vietoje atsiranda balti randai. Dėl randų blakstienos įvirsta į vidų, pradeda liesti akies obuolį, jį žaloti, dėl to žmogus apanka.

Gydymas:

Išmokite vartoti tepalus akims

Abiejų akių vokus iš vidaus 3 kartus per dieną tepkite 1 proc. tetraciklino arba eritromicino tepalu.

ARBA

Naudokite 3 proc. tetraciklino arba eritromicino tepalą akims 1 kartą per dieną.

Gydymas turi trukti 30 dienų. Šiuo tepalu tepkite ir kitų namuose gyvenančių vaikų akis.

Sunkiais trachomos atvejais, kai infekcija apėmusi pusę arba daugiau vidinės akies voko dalies, ne tik tepkite, bet papildomai dvi savaites duokite eritromicino tablečių:

Amžius

Eritromicino dozės

iki 3 metų 75–150 mg 4 kartus per dieną su maistu

3–7 metai 150 mg 4 kartus per dieną su maistu

Prevencija:

Lauko tualetai turi būti uždengti, be to, griežtai reikalaukite, kad juo pasinaudoję vaikai nusiplautų rankas muilu.



KATARAKTA

Kai vaikas suserga katarakta, lęšiukas (skaidrios formos kūnas tarp akies obuolio ir rainelės) susidrumščia, pabąla. Vaikas pradeda blogai matyti, jam atrodo, kad viską mato tarsi per rūką. Katarakta gali atsirasti ir vienoje akyje, ir abiejose.

Katarakta labiau paplitusi tarp senyvo amžiaus žmonių, bet gali susidrumsti ir kūdikių bei mažų vaikų lęšiukai. Kartais katarakta serga vienos šeimos žmonės iš kartos į kartą (ji paveldima), be to, šią ligą gali sukelti akių traumos. Gana dažnai kataraktos priežastys lieka nežinomos. Kataraktą gali sukelti raudonukės infekcija, jei ja suserga motina per pirmus tris nėštumo mėnesius. Raudonukė sukelia apsigimimus, taip pat kurtumą ir kataraktą, todėl, jei vaikas turi kataraktą, reikia patikrinti ir jo klausą. Katarakta nesukelia skausmo.

Požymiai:

- Matomas neryškus vaizdas, o laikui bėgant rega vis blogėja.
- Kataraktą galima pastebėti išoriškai. Ligos pradžioje akies centras atrodo pilkas, vėliau pabąla.



Gydymas:

Kataraktos negalima išgydyti vaistais, reikalinga operacija. Po jos kartais tenka nešioti stiprius akinius.

Prevencija:

- Nėščios moterys turi nesiartinti prie sergančių raudonuke, karščiuojančių, išbertų žmonių.
- Atidžiai įsižiūrėkite į vaikų akis, ieškodami kataraktos požymių, kad būtų galima anksti pradėti gydyti.

ONKOCERKOZĖ (UPINIS AKLUMAS)

Onkocerkozė – liga, kurią sukelia maži kirminai, o ligos sukėlėjus perneša vos įžiūrimos juodos muselės, vadinamos „buivolų mašalais“. Po oda užkratas patenka įkandus musei. Jei kirminėliai nukeliauja iki akių, galima apakti.



Ligos sukėlėjus pernešanti muselė atrodo šitaip, tik ji daug mažesnė – maždaug tokia, kokia pavaizduota apačioje.



Požymiai:

- Poodiniai guzai, kurių skersmuo pamažu išauga iki 2–6 cm.
- Kai išsiritę kirminėliai migruoja po oda, gali niežėti.
- Nugaros, pečių, klubų skausmas (arba skausmai visame kūne).
- Odos pokyčiai. Gali sustorėti, patamsėti, pasidengti žvynais nugaros arba pilvo oda. Vėliau oda susiraukšlėja kaip seno žmogaus.
- Sutrinka rega. Iš pradžių akys parausta, ašaroja, vėliau akis pradeda labai skaudėti ir niežėti. Paskui centrinė akies dalis papilkėja, susidaro įdubimų, kaip esant išsausėjusioms akims. Galiausiai žmogus apanka.



Gydymas:

Kai kurie vaistai nuo upinio aklumo gali pakenkti vaikų sveikatai, todėl juos turėtų skirti bendruomenės sveikatos priežiūros darbuotojas. Pasistenkite pas jį nuvesti vaiką, pamatę pirmuosius upinio aklumo ligos požymius. Laiku pradėjus vartoti vaistus, vaiką galima išgydyti.

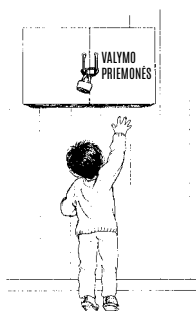
Prevencija:

- Juodosios muselės paprastai dauginasi prie sraunaus vandens telkinių. Museles galima išnaikinti kertant krūmus ir pjaunant žolę sraunių upių ir upelių krantuose.
- Stenkitės nemiegoti atvira ore, ypač dieną, nes tuo metu musės skraido ir kanda. Nuo muselių apsaugo tinkeliai, skirti apsaugai nuo uodų.
- Dalyvaukite valstybinėse programose, kuriomis siekiama išnaikinti juodąsias museles.
- Stebėkite vaikus ir, aptikę pirmuosius onkocerkozės požymius, kuo greičiau pradėkite gydyti.

AKIŲ TRAUMOS

Vaikų akims dažnai pakenkia namie saugomi chemikalai, pavyzdžiui, rūgštis, pelenų šarmas, cheminės valymo priemonės. Jei kuri nors iš minėtų priemonių vaikui pateko į akis, tuojau pat praskalaukite akis vėsiu, švari vandeniu. Skalaukite 15–20 minučių, paskui nuveskite vaiką pas sveikatos priežiūros darbuotoją.

Plaudami pakenktą akį būkite atsargūs, kad vanduo nepatektų į kitą akį. Pasukite vaiko galvą į šoną, kad akis, kurią norite praplauti, būtų arčiau žemės.



Jei akys sužeidžiamos, įbrėžiamos, dėl to galima apakti arba gali sutrikti regėjimas. Visus aštrius smailius daiktus ir chemikalus laikykite vaikams neprieinamose vietose. Iš ten, kur žaidžia vaikai, išneškite daiktus, kuriais vaikas gali susižeisti akis. Perspėkite vaikus, kad pavojinga į žmones mėtyti daiktus, taip pat neleiskite į ugnį mėtyti butelių užsuktais kamščiais, skardinių, kulkų. Be to, papasakokite, kokie vietiniai augalai ir vaistai gali pakenkti akims.

Prietarai ir liaudiški akių ligų gydymo būdai

Kiekviena tauta turi savų prietarų, susijusių su aklumo priežastimis. Vienose tikima, kad vaikas aklas todėl, kad jo tėvai kažkuo nusikalto. Kitur žmonės mano, kad virš kūdikio veiduko praskrido „peteliškė pasivertusi piktoji ragana“, todėl kūdikis apako. Dar kitur manoma, kad kažkas norėjo pakenkti kūdikio motinai, todėl gimė aklas „apkerėtas“ kūdikis. Bet nė vienas prietaras neatspindi tikrųjų aklumo priežasčių.

Kiekviena tauta turi liaudiškų vaistų akių ligoms gydyti. Bet prieš vartodami bet kurį vaistą, liaudišką ar pagrįstą mokslu, įsitikinkite, kad niekuo nepakenksite žmogui, kuriam norite padėti. Pateikiame keletą bendrų patarimų, susijusių su liaudiškais ligų gydymo būdais, kuriuos verta įsidėmėti:

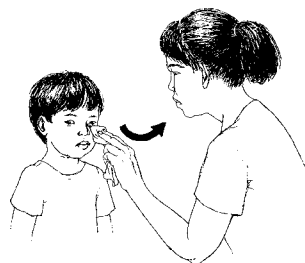
- Kuo daugiau yra liaudiškų priemonių kokiai nors ligai gydyti, tuo mažesnė tikimybė, kad bent viena iš jų bus veiksminga.
- Pasibjaurėjimą keliančios gydymo priemonės retai tepadedą.
- Kaip vaisto niekada nenaudokite žmonių ar gyvulių ekskrementų. Žmogus gali nuo jų užsikrėsti kokia nors liga.
- Kuo labiau gydymo priemonė panaši į pačią ligą pagal posakį „Kuo susirgai, tuo ir gydykis“, tuo labiau tikėtina, kad jos privalumai priklauso tik nuo jūsų tikėjimo ja.

Akys labai jautrios. Ant akių dėti vaistažolių kompresus ir kitokias medžiagas pavojinga, nes galite sukelti akių uždegimą.

Kiti būdai išvengti apakimo

Rūpinkitės, kad vaiko akys būtų švarios. Jei prasidėjo akių uždegimas, akys traiškanoja, dažnai jas nušluostykite švaria servetėle, suvilgyta švariu vandeniu. Kiekvienas žmogus, kuriam prasidėjo akių uždegimas, turėtų kreiptis į sveikatos priežiūros darbuotoją.

Jei ant jūsų arba jūsų vaiko kūno yra pūslelinės požymių, negalima rankomis liesti akių. Jei pūslelinės infekcijos sukėlėjas pateks į akis, galima apakti.



Išvalykite akį, pradėdami nuo kampučio prie nosies ir braukdami iki kampučio prie ausies. Kitai akiai valyti naudokite kitą servetėlės dalį.



Nėštumo laikotarpiu moterys turi ypač rūpintis savimi. Jos turi gauti pakankamai geros kokybės maisto. Sveikatos priežiūros darbuotojas patars nėščioms moterims, kaip saugotis pačioms ir apsaugoti vaikus.

- Moteris turi rūpintis savo sveikata.
- Vengti kontaktų su raudonuke sergančiais žmonėmis, kad kūdikis negimtų aklas.
- Nevartoti tam tikrų vaistų.

Sveikatos priežiūros darbuotojai turėtų skatinti moteris maitinti krūtimi, kad su motinos pienu mažyliai gautų maisto medžiagų ir įgytų imunitetą įvairioms ligoms.

Be to, sveikatos priežiūros darbuotojai gali pabandyti suorganizuoti visų vaikų skiepijimą nuo užkrečiamųjų ligų, pavyzdžiui, tymų ir raudonukės.



Kaip bendromis pastangomis sumažinti apakusių vaikų skaičių?

Atsiverskite šio skyriaus pradžią ir dar kartą perskaitykite Pendos istoriją. Pažiūrėkite į įvykių grandinę ir pagalvokite, kokios priežastys lėmė, kad jos dukterė apako viena akimi. Kaip būtų galima pakeisti istoriją, kad pabaiga būtų laimingesnė? Ką galėtų padaryti jūsų bendruomenės žmonės, kad pasikeistų gyvenimo sąlygos, dėl kurių vaikai apanka?

Motina turėjo nieko nelaukdama apsilankyti pas sveikatos priežiūros darbuotoją. Kol mergaitė dar nebuvo apakusi, ją buvo galima išgydyti.

Taip, bet jei sveikatos priežiūros darbuotojas būtų atvažiavęs į kaimą ir visiems papasakojęs apie apakimo priežastis, jie būtų žinoję, ką daryti.

Pendai ir jos vaikams reikia valgyti daugiau geros kokybės daržovių. Iš kur ji galėtų jų gauti?



Galbūt bendruomenės žmonės galėtų kartu auginti daržoves? Tada nėščios moterys ir kūdikiai turėtų pakankamai maisto.

Atrodo, kad našlių gyvenimas pats sunkiausias. Kodėl moterys negali pačios užsidirbti pragyventi, kad joms nereikėtų taip stipriai priklausyti nuo vyrų?

Gal grupė moterų galėtų kurti kokius nors dirbinius, juos parduoti ir pasidalinti pelną?

*Mes negalime
sočiai pamaitinti
vaikų, nes maisto
produktai labai
daug kainuoja.
Ką mums daryti?*



*Manau, galėtume
įkurti maisto
produktų
kooperatyvą.
Tada galėsime
nupirkti didelius
maisto kiekius ir
maisto produktai
kiekvienai iš mūsų
kainuos pigiau.*

Daržininkystė – aklumo prevencijos būdas

Bangladeše kasmet apanka tūkstančiai vaikų, nes valgo per mažai maisto, kuriame yra vitamino A. Delvara Hasina gyvena viename Bangladešo kaime su vyru ir trimis vaikais. Nors ponios Hasinos šeimoje aklų vaikų nėra, kartu su kaimo gyventojais ji nutarė padėti kitoms šeimoms išvengti šios rykštės. Ji susisieikė su moterų organizacija „Banchte shekha“, kuri padeda kaimuose gyvenančioms moterims.

Iš organizacijos „Banchte shekha“ ponía Hasina sužinojo, kad tam tikruose vaisiuose ir daržovėse yra pakankamai vitamino A, juos valgant akys lieka sveikos. Iš tos organizacijos darbuotojų, kurie prieš tai buvo išklaušę organizacijos „Helen Keller international“ surengtus kursus, ji išmoko auginti daržoves. „Helen Keller international“, siekdama pasaulyje sumažinti aklųjų skaičių, dirba šviečiamąjį darbą įvairiose šalyse. Dabar ponía Hasina pati augina daržoves nedideliame 30 kvadratinų metrų žemės sklype prie savo namų ir dar viename tokio pat dydžio sklype prie savo tėvų namų.

„Seniau auginome tik kelias sezonines daržoves, dažniausiai paprastuosius ilgmoliūgius ir pupas, – pasakoja ponía Hasina. – Dabar kiaurus metus auginame daugiau nei dešimt rūšių daržovių, prieskonių ir vaisių.“ Kartu su kitomis moterimis ji ragina žmones sodinti daržus. Norint šeimos reikmėms išauginti pakankamai daržovių, turinčių vitamino A, nebūtina turėti didelį žemės plotą. „Kasdien kokį nors patiekalą gaminu iš to, ką randu darže, – sako ji. – Mano vaikai mėgsta raudonuosius burnočius ir indinius špinatus, juos auginu visus metus.“

Daržovių perteklių ponía Hasina parduoda kaimo turguje. Už gautus pinigus ji nuperka maisto produktų ir mokymo priemonių savo vaikams. „Uždirbu nedaug, bet tų pinigų užtenka vaikų poreikiams patenkinti“, – džiaugiasi moteris.

Ponios Hasinos daržas – vienas iš daugiau nei 600 000 daržų prie namų ūkių, pasodintų Bangladeše pagal tarptautinį daržininkystės projektą. Daržus savo bendruomenėje sodinkite ir jūs, o kaip – informacijos rasite „Helen Keller international“ svetainėje.



17 skyrius

Vaikas paaugo

Vaikas jau supranta, kad jis nemato

Kol aklas vaikas dar mažas, jis mano, kad visi žmonės su pasauliu susipažįsta taip, kaip jis. Jis dar nežino, kad kiti vaikai kitokiu būdu pažįsta pasaulį ir kitaip mokosi jame gyventi. Bet aklas vaikas pamažu auga ir vieną gražią dieną supranta, kad jis kitoks.

Mažas aklas vaikas mano, kad kiti žmonės į daiktus žiūri rankomis – taip, kaip jis.



Kai aklam vaikui sueina maždaug penkeri metai, jis pradeda suprasti, kad kitiems vaikams nereikia liesti daiktų, norint į juos „pasižiūrėti“.

Kai vaikas pradeda pastebėti, kad jis ne toks, kaip visi vaikai, jis gali labai sutrikti, nuliūsti dėl savo kitoniškumo, tapti piktas arba suirzęs.



Kaip vaikui padėti susidoroti su užplūdusiais jausmais?

Supratę, kad nemato ir negali daryti tokių pačių dalykų, kaip kiti vaikai, daugelis aklų vaikų labai graužiasi, nusimena arba susierzina. Jei priklausote tėvų grupei, galbūt jos nariai jums galėtų papasakoti, kaip jie atsakinėja į savo vaiko klausimus. Jums būtų pravartu apie tai pasikalbėti ir pasirengti vaiko klausimams iš anksto, kol jis dar nepradėjo jūsų klausinėti, kodėl nemato.



Karlai, kai tu buvai dar visai mažas, labai susirgai ir nuo tada nebegali gerai matyti.



Vaikas gali parodyti, ką jaučia, dažnai kartodamas, kad nori matyti arba kad matys, kai užaugs didelis. Gali jūsų klausinėti, kodėl jis nemato.

Esjenai, aš labai didžiuojuosi tavimi, nes tu daug ką moki. Ir labai tave myliu tokį, koks tu esi.

Jūsų vaikas gali būti labai piktas, gali išlieti pyktį grubiai elgdamasis su kitais vaikais arba šeimos nariais.

Atsakydami į vaiko klausimus, dar kartą pakartokite, kad jį mylite, ir pagirkite už viską, ką jis sugeba padaryti. Jei vaikas supras, kad jis jums rūpi ir kad jūs suvokiate, kaip jis jaučiasi, jam bus lengviau susitaikyti su savo aklumu.



Kai vaikas jums pasisakys apie tokius jausmus, paaiškinkite, kad suprantate, kodėl jis nuliūdęs. Patikinkite, jog norite, kad jis jaustųsi gerai.



Suprantu, tau liūdna, nes ir tu norėtum pamatyti vaisius, kuriuos matė Kado.

Kaip pasiekti pusiausvyrą tarp priklausomybės ir savarankiškumo?

Vaikai mėgsta daryti tai, kas jiems sekasi, tada jie gerai jaučiasi. Pakankamai didelis vaikas, suprantantis, kad jis yra aklas, taip pat supranta, kad kiti jo amžiaus vaikai daro tokius dalykus, kokius jis taip pat norėtų daryti, tačiau negali. Vaikas gali susierzinti, jei jam neleidžiama būti tokiam savarankiškam, kaip norėtųsi.

Jei nepavojinga, leiskite vaikui būti kiek galima savarankiškesniam, kad jis pats kuo daugiau išmokyti. Kaip ir visi kiti vaikai, jūsų aklas vaikas turi sugebėti pasirūpinti savimi.



Net ir būdamas didelis, jūsų vaikas kartais turės paprašyti reginčių žmonių pagalbos. Paaiškinkite vaikui, kad visi žmonės kartais prašo kitų pagalbos.



Ne, nereikia. Aš jau didelė. Galiu apsirengti pati.



Kartais žmonės pasisiūlo padėti, nors niekas jų neprašė. Pasakykite vaikui, kad jis pats turi nuspręsti, priimti siūlomą pagalbą ar ne. Jei mano, kad gali apsieiti be pagalbos, jis turi mandagiai atsisakyti tardamas „Ačiū, ne“.

Padėkite vaikui įveikti naujus sunkumus

Kai jūsų vaikas paūgės, susidurs su sudėtingesniais uždaviniais, kuriuos turės spręsti. Svarbu atsiminti, kad:

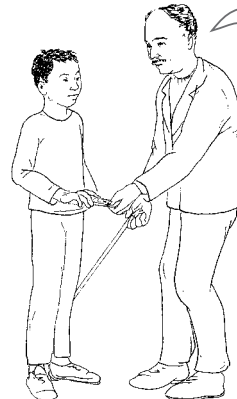
Jūs ir jūsų vaikas geriausiai žinote, kas jam geriausia, kai iškyla toks klausimas. Jūs žinote, ką jūsų vaikas sugeba ir koks jo charakteris. Juk ne kartą esate drauge ieškoję išeičių iš įvairių situacijų.



Dabar jūsų vaikas jau gerokai ūgtelėjęs, todėl gali pats išspręsti kai kuriuos uždavinius, pats sugalvoti, kaip ką daryti.

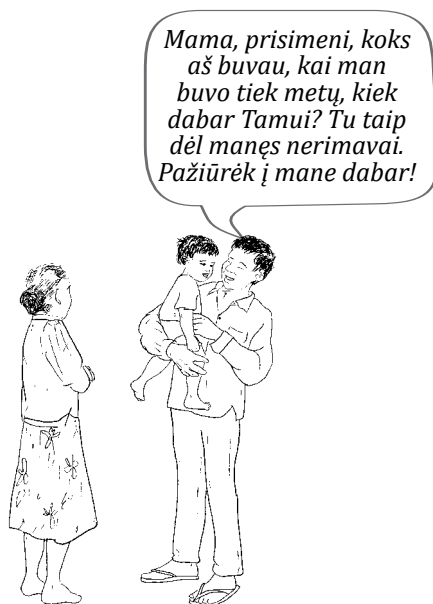


Žmonės, kurie mato taip pat blogai, kaip ir jūsų vaikas, yra sugalvoję įvairiausių būdų užduotims atlikti. Iš kitų blogai matančių žmonių jūsų vaikas gali sužinoti daug naudingų dalykų.



Galvokite apie ateitį

Tarkime, kad jūsų vaikui dabar penkeri metai, bet nespėsite apsidairyti, ir štai jis jau paauglys, neilgai trukus – suaugęs žmogus. Galite jam padėti išsikelti didelius gyvenimo uždavinius. Užaugęs jis gali tapti savarankiškas žmogus. Padėkite jam patikėti savo sugebėjimais, bet blaiviai vertinkite jo aklumą. Akli suaugę žmonės moka daug praktiškų dalykų. Jie dirba, sukuria šeimas, susilaukia vaikų, tampa gerais tėvais.



Jūsų patirtis gali būti naudinga kitiems

Vaikui augant, kartu su juo nuolat sužinosite, kokiais būdais akli vaikai mokosi dirbti įvairius darbus. Savo žiniomis pasidalinkite su kitais tėvais, auginančiais aklius arba silpnaregius kūdikius – jiems tai bus labai naudinga.



Kai jūsų vaikas užaugs, savo patirtį galės perduoti naujoms aklyjū ir silpnaregių kartoms. Mažiems sutrikusią regą turintiems vaikams labai naudinga bendrauti su suaugusiais tokio pat likimo žmonėmis.

Būtų puiku, jei suradus bendraminčių, jums pavyktų pasiekti, kad aklius vaikus auginantys tėvai būtų labiau remiami, jiems būtų teikiamos geresnės paslaugos. Ypač svarbu, kad jūsų veikla pakeistų skurdžias gyvenimo sąlygas, nes nuo jų priklauso akliųjų skaičius.



Kai jūsų aklas sūnus ar duktė užaugs, kartu su kitais žmonėmis galės siekti, kad pagerėtų aklių vaikų mokymo programos ir suaugusių akliųjų įdarbinimo galimybės.



A priedas

Vaiko raidos diagramos

Kaip naudotis vaiko raidos diagramomis?

Vaiko vystymasis apima kelias pagrindines sritis: fizinį kūną, protavimą (psichiką), bendravimą (gestikuliavimą, kalbėjimą) ir socialinę sritį (ryšius su kitais žmonėmis). Kai kurie vaiko įgūdžiai apima visas minėtas sritis. Pavyzdžiui, kai mergaitė iškelia rankas aukštyn, norėdama, kad ją paimtų ant rankų, ji panaudoja tokius įgūdžius:

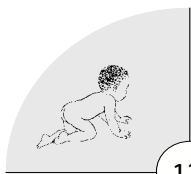
- Fizinį – pakelia rankas.
- Protavimo – jus atpažįsta.
- Bendravimo – parodo, ko nori.
- Socialinį – jai patinka būti jums ant rankų.



Žemiau pateiktose schemose parodyta, kokių įgūdžių mokosi vaikai ir kada dauguma vaikų juos išmoksta. Iš kiekvienos diagramos galite bendrais bruožais suprasti apie tam tikro amžiaus vaiko raidą ir sužinoti, kokių įgūdžių vaikas turi išmokti.



6
mėnesiai



12
mėnesių



2
metai

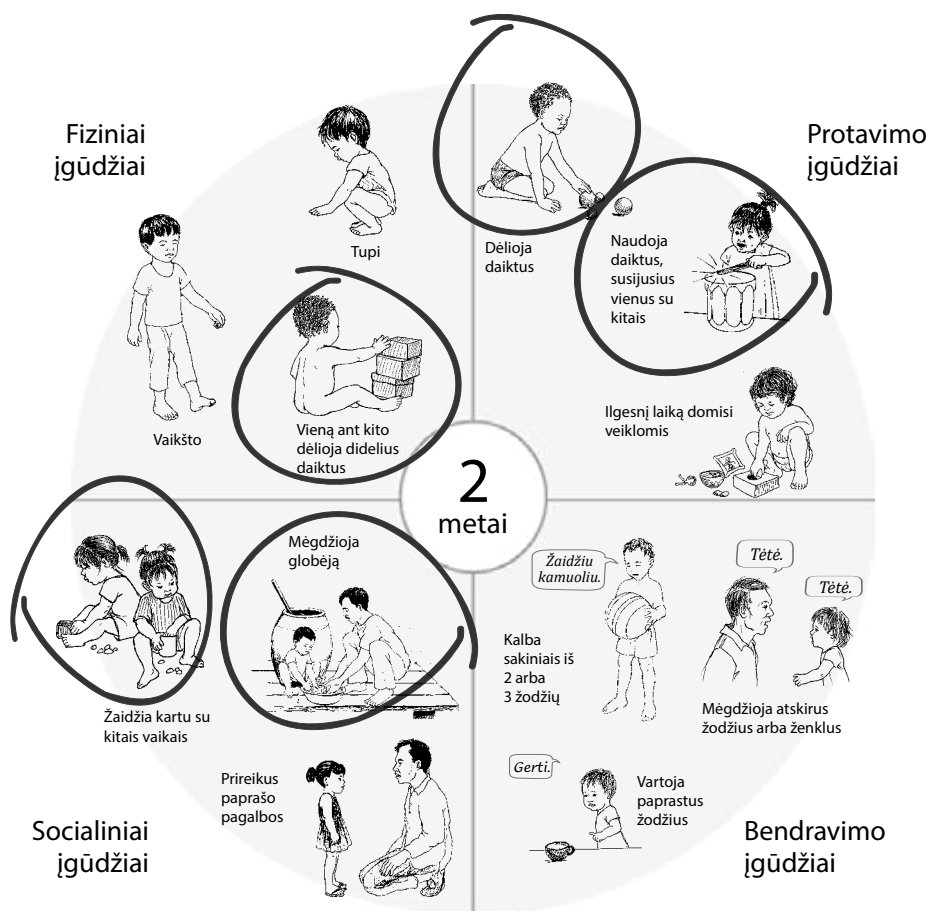
Diagramose parodyta, kaip vaikams augant kinta fiziniai įgūdžiai.

KAIP SUŽINOTI, KOKIŲ ĮGŪDŽIŲ TURI IŠMOKTI JŪSŲ VAIKAS?

Suraskite diagramą, labiausiai atitinkančią jūsų vaiko amžių. Joje apveskite vaiko įgūdžius. Gali būti, kad jūsų vaikas neturės kai kurių įgūdžių, būdingų tokio amžiaus vaikams. Tai žinodami lengviau nuspręsite, kokias veiklas pasirinkti darbui su vaiku.

Jei jūsų vaiko raida atsilieka

Naudokitės šia knyga kaip vadovu. Kiekviename knygos skyriuje plačiau paaiškinta apie įgūdžius ir kokia tvarka jų reikia mokytis. Svarbu ugdyti tuos vaiko įgūdžius, kurių jis dar neturi, o ne tuos, kurių mokosi kiti jo amžiaus vaikai. Bandymas išmokyti vaiką kokių nors įgūdžių anksčiau, nei jis pasirengęs jų mokytis, sukels tiek jūsų, tiek vaiko nusivylimą.

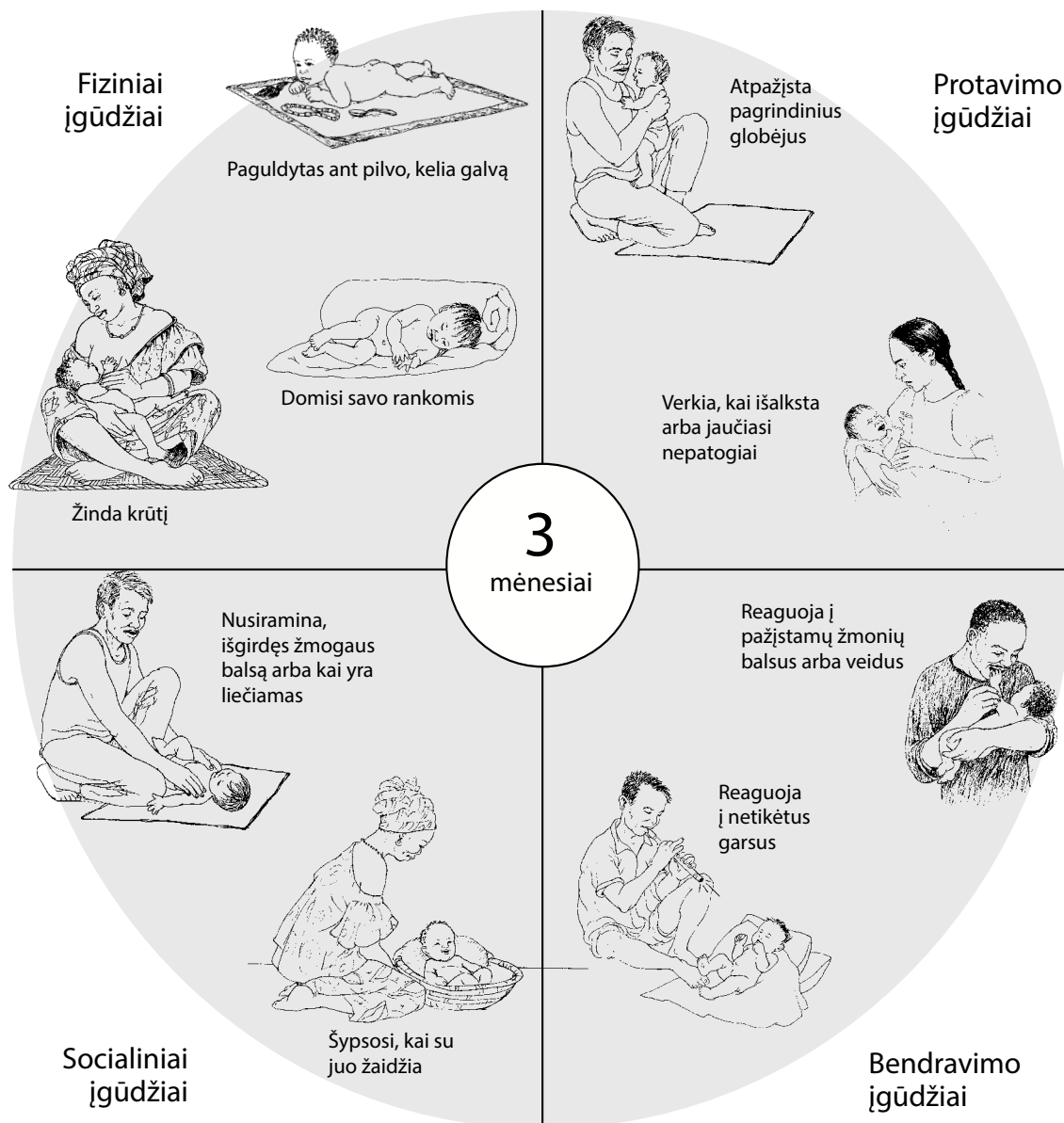


Aukščiau pateiktoje diagramoje motina apibraukė įgūdžius, kuriuos turi jos 20 mėnesių duktė. Mergaitę reikia įtraukti į veiklas, kurios padėtų jai išsiugdyti fizinius ir bendravimo įgūdžius.

Pirmiausia peržiūrėkite knygos skyrius, kuriuose rašoma apie įgūdžius, kurių norite išmokyti savo vaiką, bet kituose skyriuose taip pat rasite naudingos informacijos.

Skyrius →								
Vystymosi sritis ↓	Veiklos mažam kūdikiui	Bendravimas	Mąstymo įgūdžiai	Buitinių įgūdžių mokymas	Judėsiai	Padėti vaikui orientuotis aplinkoje	Padėti tapti bendruomenės dalimi	Pasirengti vaiko priežiūrai ir mokyklai
Fiziniai įgūdžiai	•			•	•	•	•	
Protavimo įgūdžiai	•		•			•		•
Socialiniai įgūdžiai	•			•			•	•
Bendravimo įgūdžiai	•	•					•	

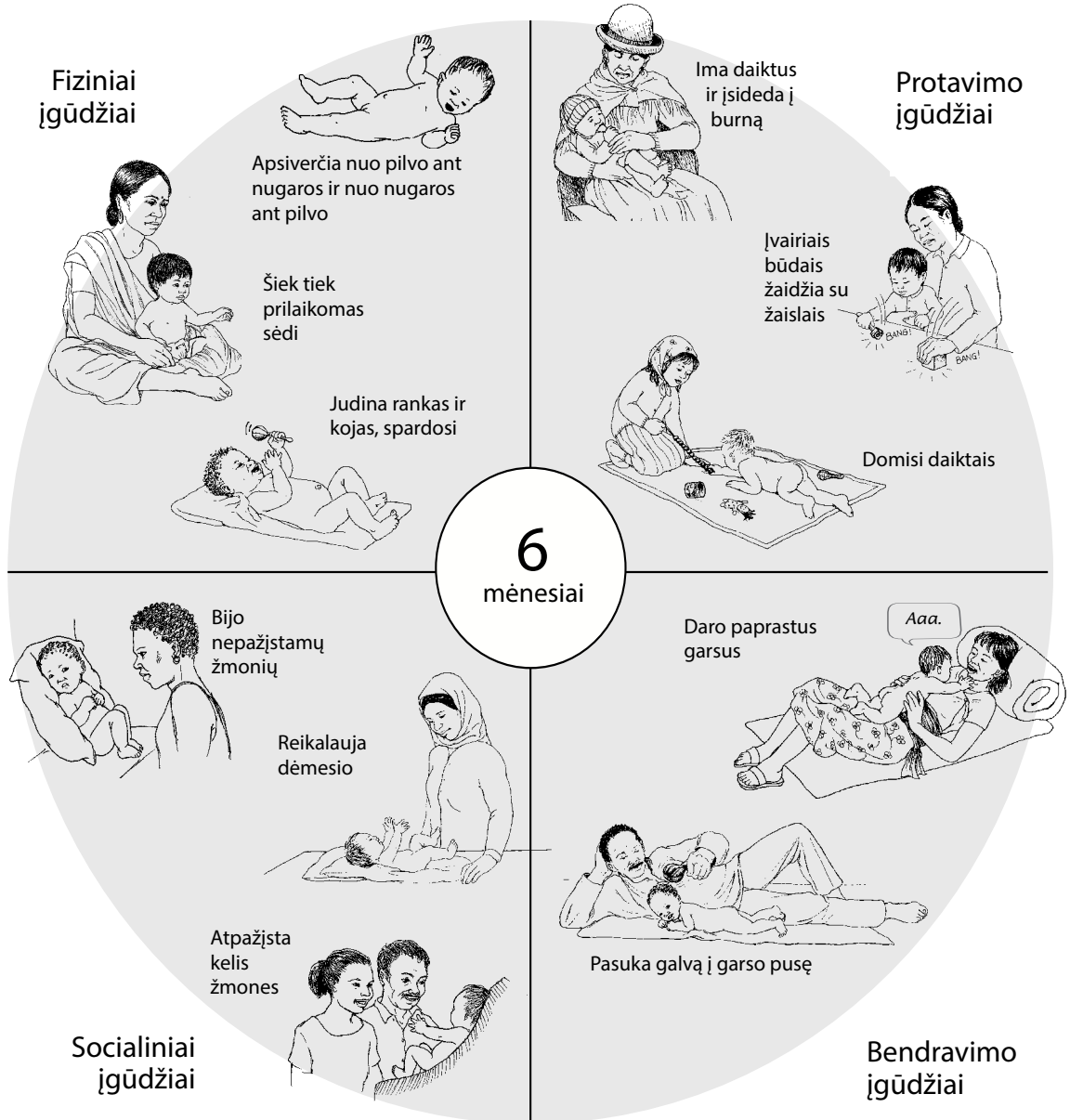
Kiekvienoje šio apskritimo dalyje parodytos skirtingos vaiko vystymosi sritys. Piešinėliuose ir tekstuose po jais parodyti tipiniai įgūdžiai, būdingi daugeliui trijų mėnesių kūdikių.



Kūdikams, kurie nesugeba padaryti dviejų dalykų iš bet kurios skritulinės diagramos dalies, bus naudingos veiklos, kurios padeda vystyti atitinkamos srities įgūdžius, bet atkreipiame dėmesį, kad piešinėliuose pateikti tik pavyzdžiai. Štai diagramos segmente, skirtame bendravimui, pavaizduotas fleita grojantis suaugęs žmogus. Jums nereikia to daryti! Jums reikia atkreipti dėmesį, ar jūsų kūdikis reaguoja į netikėtą garsą.

Atminkite: reikia siekti, kad jūsų kūdikis darytų tokias pačias veiklas, kokias daro to paties amžiaus kūdikiai jūsų bendruomenėje.

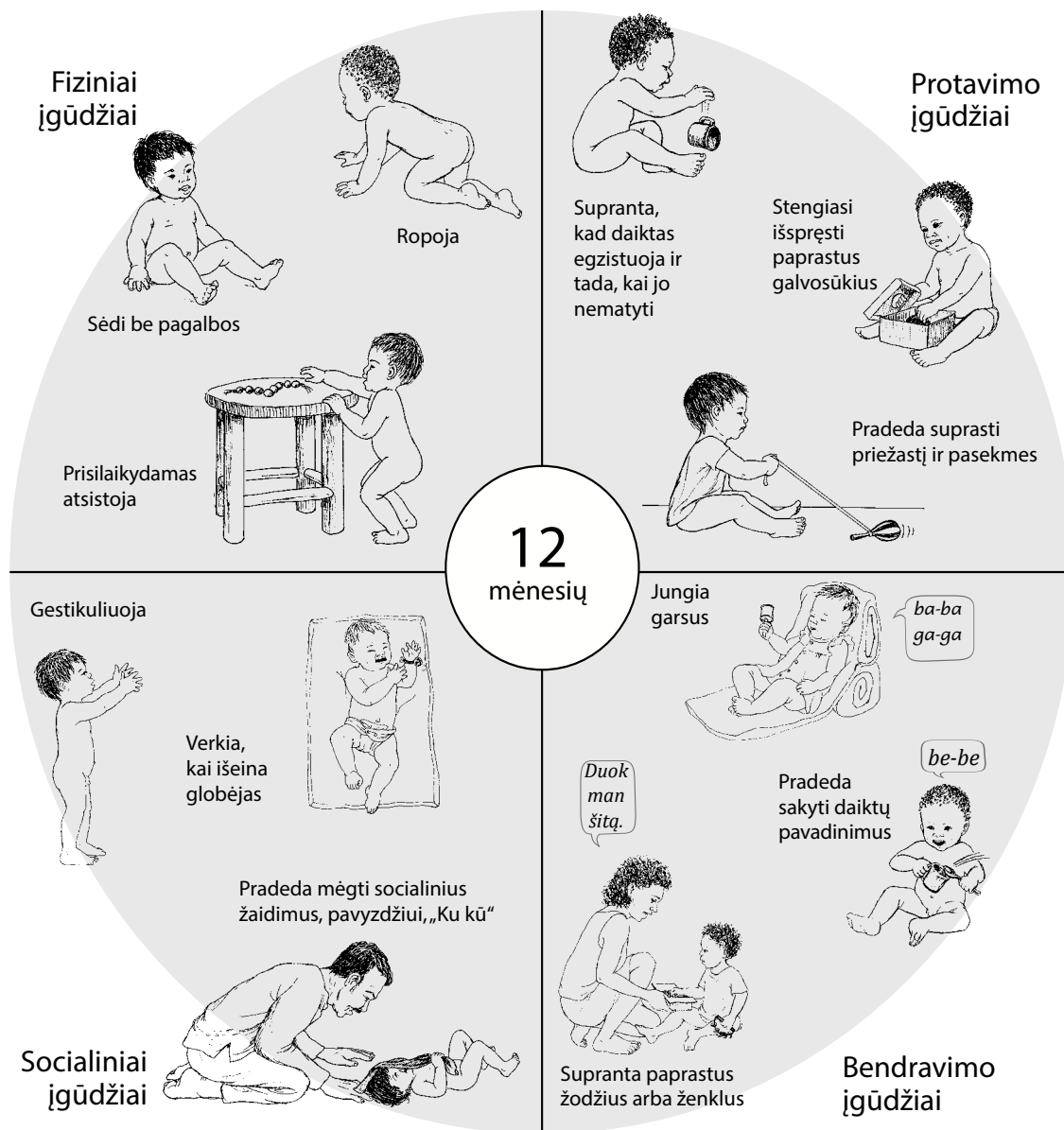
Skritulio dalyse parodytos skirtingos vaiko raidos sritys. Piešiniuose ir tekstuose po jais nurodyti šešių mėnesių kūdikiams būdingi įgūdžiai.



Kūdikiams, kurie nedaro 2 įgūdžių iš bet kurios skritulio dalies, bus naudingos veiklos, kurios padeda kūdikiams vystytis toje srityje, tačiau žinokite, kad piešiniuose pavaizduoti tik pavyzdžiai. Štai diagramos „Fizinių įgūdžių“ skiltyje nupieštas vaikas žaidžia su barškučiu, bet jūsų vaikas nebūtinai turi su juo žaisti. Jūs turite atkreipti dėmesį, ar jūsų kūdikis mojuoja rankomis ir kojomis, ar spardosi.

Atminkite, kad kūdikis geriausiai mokosi tada, kai daro tokias pačias veiklas, kaip visi tokio paties

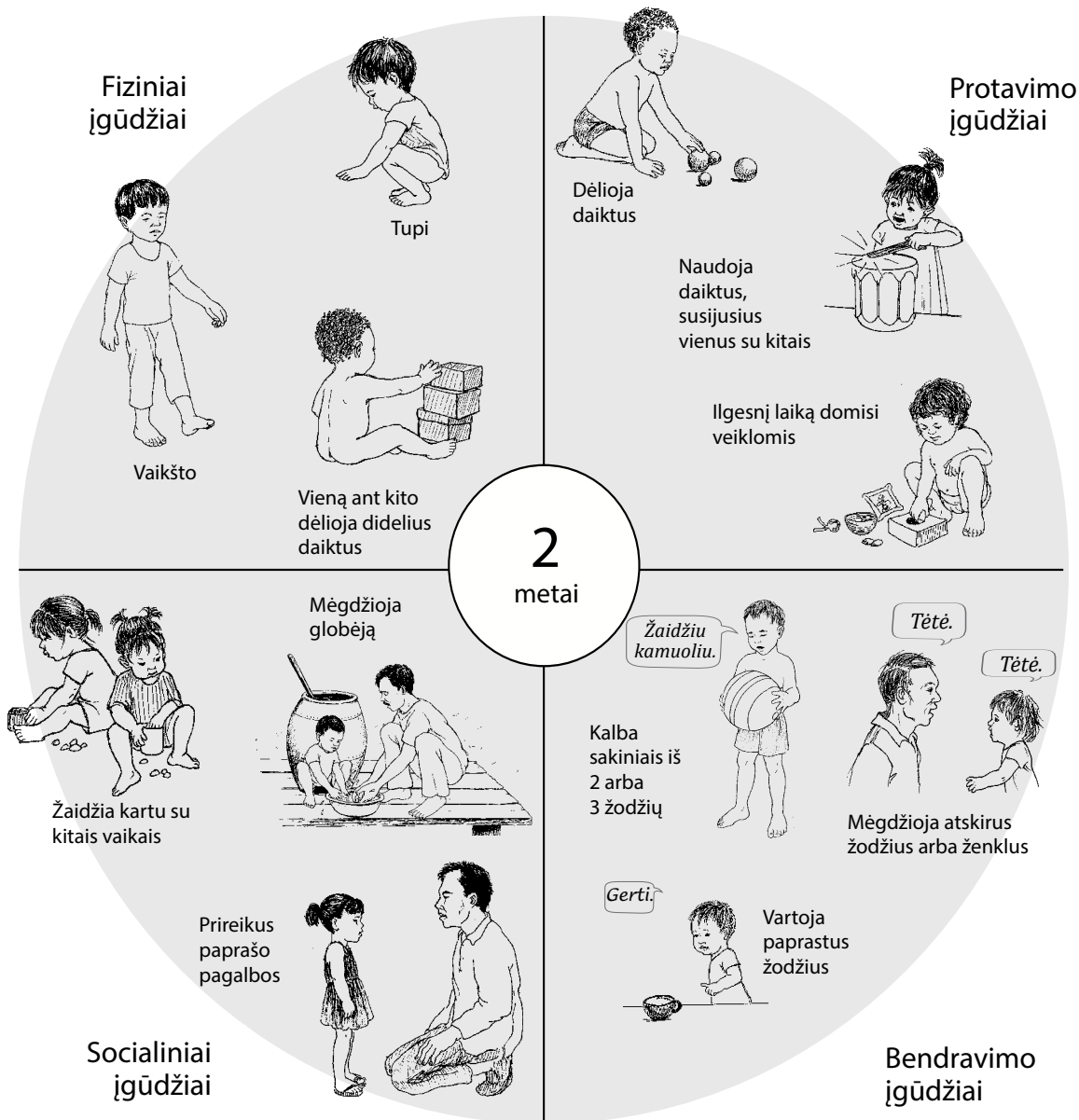
Skritulio dalyse parodytos skirtingos vaiko raidos sritys. Piešiniuose ir tekstuose po jais nurodyti 12 mėnesių kūdikiams būdingi įgūdžiai.



Kūdikams, kurie negali atlikti dviejų įgūdžių iš bet kurios skritulinės diagramos dalies, bus naudingos veiklos, kurios jiems padeda toje srityje vystytis, bet žinokite, kad tai, kas pavaizduota piešiniuose, yra tik įgūdžių pavyzdžiai. Štai diagramos „Socialinių įgūdžių“ skiltyje pavaizduotas tėvas su vaiku žaidžiantis „Ku kū“, bet jums nereikia žaisto šio žaidimo su savo kūdikiu. Jūs turite atkreipti dėmesį, ar jūsų kūdikis mėgsta žaisti socialinius žaidimus.

Atminkite, kad kūdikis geriausiai mokosi, kai daro tokias pačias veiklas, kokias daro kiti tokio paties amžiaus jūsų bendruomenės kūdikiai.

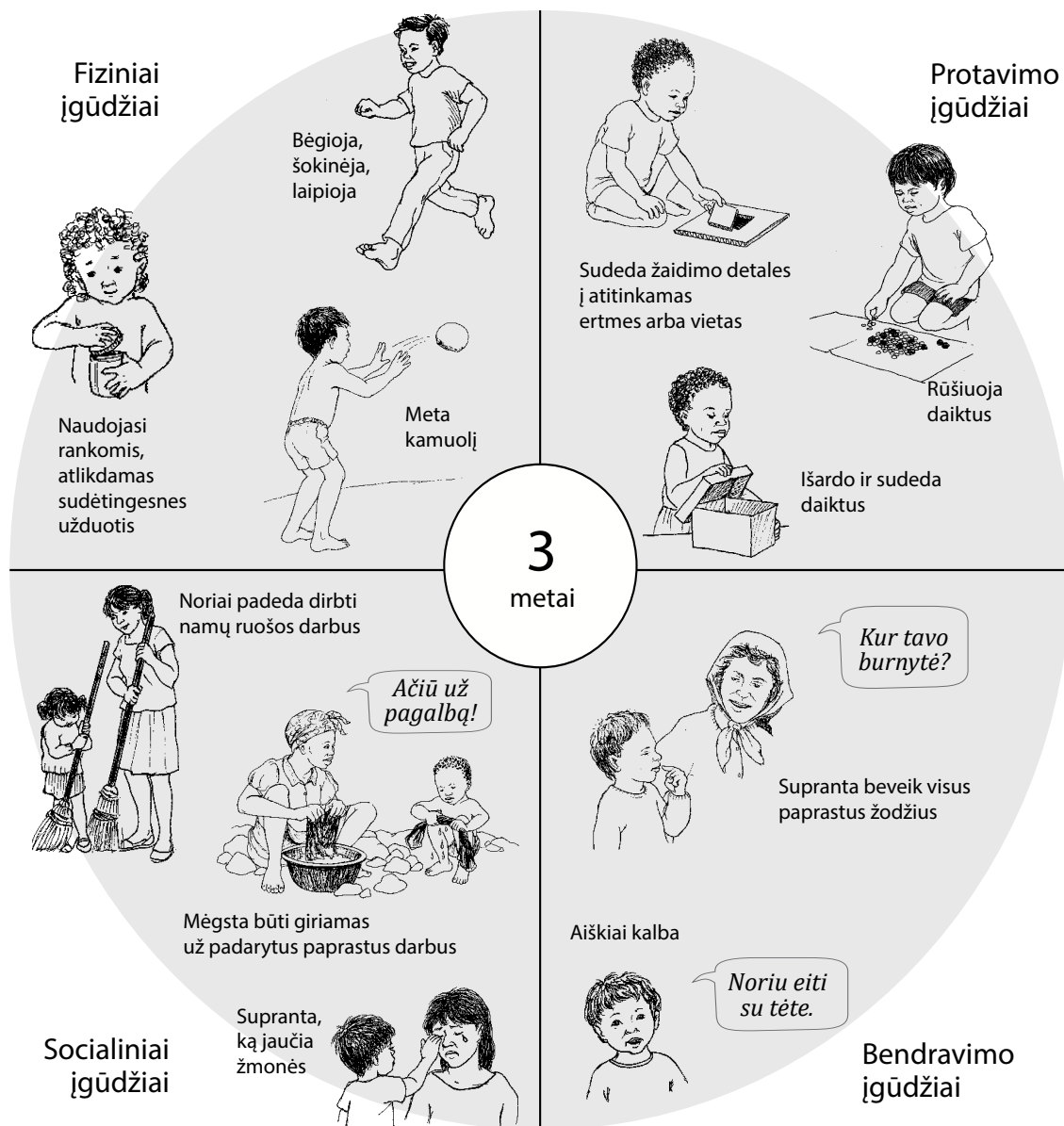
Skritulio dalyse parodytos skirtingos vaiko raidos sritys. Piešiniuose ir tekstuose po jais nurodyti dvejų metų vaikams būdingi įgūdžiai.



Vaikams, kurie negali atlikti dviejų įgūdžių iš bet kurios skritulinės diagramos dalies, bus naudingos veiklos, kurios padeda jiems vystytis toje srityje, bet žinokite, kad tai, kas pavaizduota piešiniuose, yra tik įgūdžių pavyzdžiai. Štai diagramos „Protavimo įgūdžių“ skiltyje pavaizduotas vaikas, mušantis būgną, bet jūsų vaikui nebūtina mokėti mušti būgno. Jūs turite atkreipti dėmesį, ar jūsų vaikas sugeba vienu metu naudotis dviem daiktais.

Atminkite, kad vaikas geriausiai mokosi, darydamas tokias pačias veiklas, kokias daro kiti tokio paties amžiaus jūsų bendruomenės vaikai.

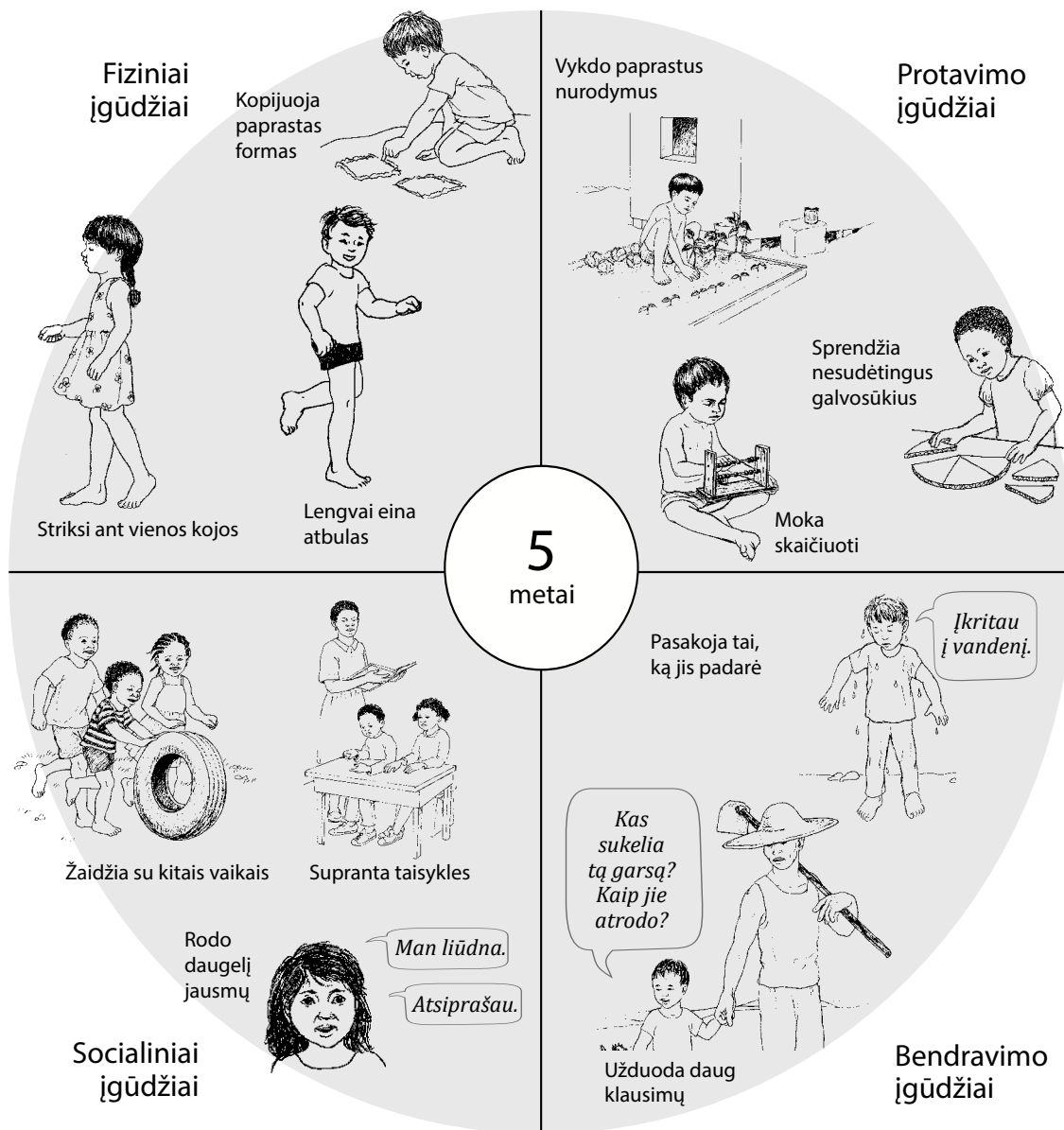
Kiekvienoje skritulio dalyje parodyta skirtinga vaiko raidos sritis. Piešiniuose ir tekstuose po jais nurodyti trejų metų vaikams būdingi įgūdžiai.



Vaikams, kurie negali atlikti dviejų įgūdžių iš bet kurios skritulinės diagramos dalies, bus naudingos veiklos, kurios jiems padeda vystytis toje srityje, bet žinokite, kad tai, kas pavaizduota piešiniuose, yra tik įgūdžių pavyzdžiai. Štai diagramos „Socialinių įgūdžių“ skiltyje pavaizduotas vaikas, šluojantis grindis, bet jūsų vaikui nebūtina šluoti grindų. Jūs turite atkreipti dėmesį, ar jūsų vaikui malonu padėti šeimai dirbti namų ruošos darbus.

Atminkite, kad vaikas geriausiai mokosi, darydamas tokias pačias veiklas, kokias daro kiti tokio paties amžiaus jūsų bendruomenės vaikai.

Kiekvienoje skritulio dalyje parodyta skirtinga vaiko raidos sritis. Piešiniuose ir tekstuose po jais nurodyti penkerių metų vaikams būdingi įgūdžiai.



Vaikams, kurie negali atlikti dviejų įgūdžių iš bet kurios skritulinės diagramos dalies, bus naudingos veiklos, kurios jiems padeda vystytis toje srityje, bet žinokite, kad tai, kas pavaizduota piešiniuose, yra tik įgūdžių pavyzdžiai. Štai diagramos „Socialinių įgūdžių“ skiltyje pavaizduoti vaikai, darantys tai, ką nurodo mokytoja, bet tai tik situacijos pavyzdys. Jūs turite atkreipti dėmesį, ar jūsų vaikas supranta taisykles taip, kaip kiti vaikai.

Atminkite, kad vaikas geriausiai mokosi, darydamas tokias pačias veiklas, kokias daro kiti tokio paties amžiaus jūsų bendruomenės vaikai.

B priedas

Žaislus pasidarykite patys

Žaislai plaštakoms miklinti ir lytos pojūčiui vystyti

Iš laukinių vaisių ir riešutų suverkite karoliukus.

dygliuotas



šiurkštus ir
glotnus



pūkuotas



raukšlėtas
arba
gumbuotas



glotnus



raitytas



Pakabinkite karoliukų vėrinį taip, kad kūdikis jį pasiektų ir galėtų čiupinėti.



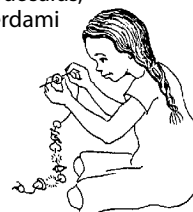
Vaikas žaisdamas gali į indelį dėti riešutus arba ankštis, paskui juos išimti.



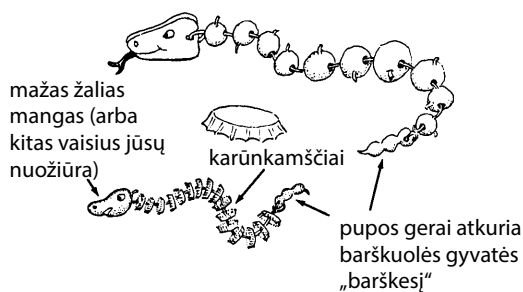
Vėliau vaikas gali mokytis rūšiuoti.



Išmokę valdyti plaštakas, vaikai gali daryti papuošalus, ant virvelės verdami karoliukus.



„Gyvates“ galima pasidaryti iš ant virvelės suvertų riešutų, karūninių kamščių, gilių kepurėlių ir bet kokių kitų daiktų.



Pasitelkę vaizduotę suprasite, kad su vaikais galima smagiai praleisti laiką darant visokiausius žaislinius gyvūnus.

„Ežiukai“



Barškučiai ir kiti garsą skleidžiantys žaislai

Barškutis iš moliūgo

Paimkite nedidelį moliūgą (augantį pievose arba ant medžių).



Ties koteliu išpjaukite apvalią skylutę, išvalykite sėklas ir minkštimą. Palaukite, kol gerai išdžius.



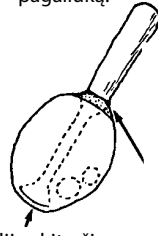
Į vidų įdėkite 2–3 akmenukus, riešutus arba kitokius daiktus.



Suraskite pagaliuką, kurio skersmuo būtų kaip išpjautos skylės. Jei skylė didelė, šią pagaliuko dalį padarykite plonesnę.



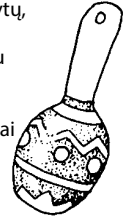
Prie moliūgo priklijuokite pagaliuką.



Priklijuokite čia.

Kad kotas stipriau laikytųsi ir gražiau atrodytų, baltus klijus sumaišykite su pjuvenomis, patepkite šią vietą, o kai klijai išdžius, lygiai nušveiskite.

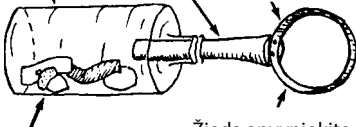
Ryškiai nuspalvinkite.



Barškutis iš plastikinio butelio

Skaidrus plastikinis butelis

Medinis pagaliukas



Iš plastikinio butelio, bambuko arba bet kokio kito turimo daikto išpjautos žiedas

Juostelės, išpjautos iš skirtingų spalvų plastikinių butelių, spalvoti akmenukai, riešutai ir pan.

Žiedą apvyniokite audinio arba dviračio padangos kameros juostelėmis, kad būtų lengviau suimti.

Barškutis iš bambuko

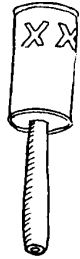
PAPRASTA FORMA



Užkimškite kamščiu.

RANKENA

Barškutis iš skardinės



Barškutis iš karvės rago

Išlyginkite kraštą.



Į vidų įdėkite kartoninį arba medinį kaištį.



maži akmenukai

Tada užsandarinkite baltų klijų ir pjuvenų mišiniu arba gipsu.

klijai
pjuvenos
išlyginę paviršių, palikite džiūti.



Idėjos savadarbiams muzikos instrumentams



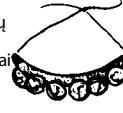
moliūgai su sėklomis viduje



2 medinės lazdelės



tambūrinas

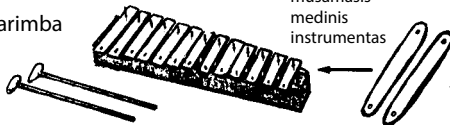


žvangučiai



žvangučiai

marimba



mušamasis medinis instrumentas



kastanjetės (medinė terkšlė)

Švelnus barškesys

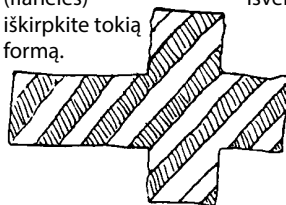
Paimkite mažą konservų dėžutę arba butelį ir įdėkite nedidelį akmenuką...



... arba 2 mažus varpelius.

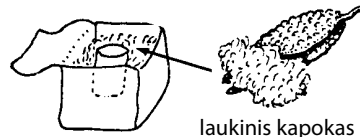


Iš spalvingo minkšto audinio (flanelės) iškirpkite tokią formą.



Kraštines susiūkite ir išverskite.

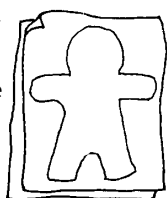
Konservų dėžutę arba varpelius įdėkite į medžiaginį kubą. Prikimškite laukinio kapoko, medvilnės arba kempinės gabaliukų. Dangtelį užsiūkite.



laukinis kapokas

Barškanti lėlė

Ant dviejų audinio gabalėlių nupieškite lėlę ir iškirpkite.



Prisiūkite vieną lėlę prie kitos.



Išverskite lėlę į kitą pusę.



Palikite nedidelį plyšelį.

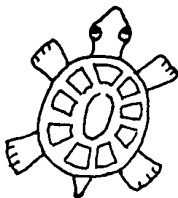
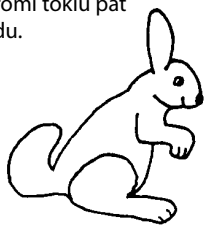
Įdėkite mažus varpelius arba barškutį ir prikimškite kapoko, medvilnės arba kempinės ir užsiūkite.

Išsiuvinėkite arba nupieškite veidą.



Barškantys gyvūnai

Daromi tokiu pat būdu.

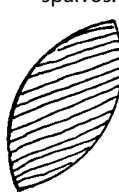


Barškantis kamuolys

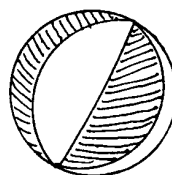
Iškirpkite tris detales vienos spalvos...



... ir tris detales kitos spalvos.

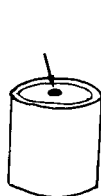


Susiūkite šonines kraštines, palikdami nedidelį plyšį. Išverskite ir prikimškite.

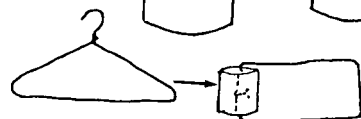


Stumdomas barškutis

Konservų dėžutės dangtelyje ir dugne padarykite skylės.



Į vidų įdėkite karūnkamščių, akmenukų ir pan.

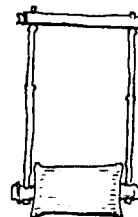
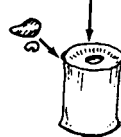
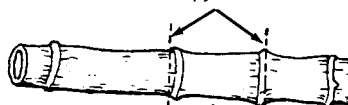


Per skylės įverkite tvirtą vielą, sujunkite jos galus ir sujungimo vietą įstumkite į dėžutės vidų.



Stumdomas bambukinis barškutis

Nupjauti čia.

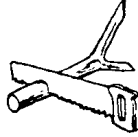


Žaidimai, kai į skylutes kaišomi kaišteliai arba kaladėlės

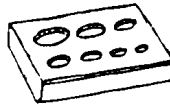
Tokie žaidimai padeda vystyti plaštakas, gerina rankų ir akių koordinaciją. Be to, padeda išmokti skirti dydžius, formas ir spalvas.



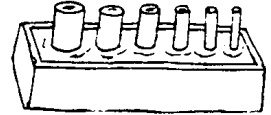
Medinėje trinkelėje išgręžkite skylutes, o iš medžio šakų išpjaukite smeigtukus.



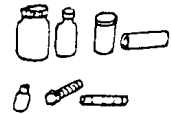
Kitas būdas – paimti kartoninę dėžutę, ant viršaus priklijuoti dar vieną sluoksnį storo kartono ir išpjauti skylutes.



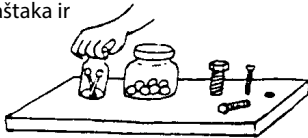
Arba padarykite „kalibravimo dėžutę“ iš į formelę supilto cemento, gipso arba molio. Dėžutę galima padaryti iš netikro gipso – karvės mėšlo arba molio, sumaišyto su smėliu (arba kalkėmis, jei turite). Į drėgną mišinį įspauskite smeigtukus, o kai beveik išdžius, ištraukite juos.



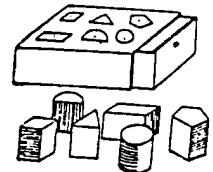
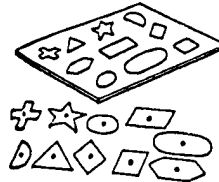
Vietoje kaištukų galima naudoti butelius, vamzdžio gabaliukus, supjaustyto šepetio koto dalis, varžtus ir kita, ką turite.



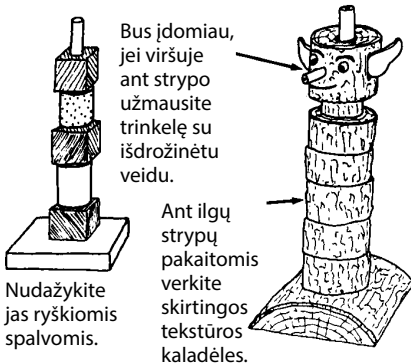
Dar padarykite žaidimų, kurie padėtų vaikui išmokti daryti sukamąjį judesį plaštaka ir riešu.



Daugiau idėjų



Bokštas iš kaladėlių



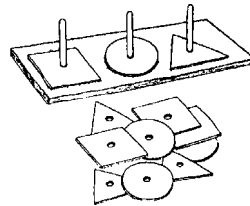
Bus įdomiau, jei viršuje ant strypo užmausite trinkelę su išdrožinėtu veidu.

Ant ilgų strypų pakaitomis verkite skirtingos tekstūros kaladėles.

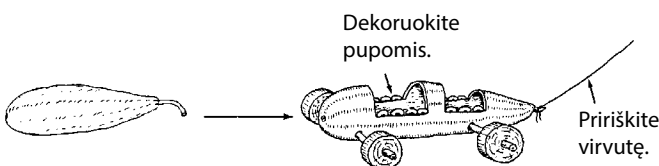
Nudažykite jas ryškiomis spalvomis.

Geometrinės formos

Geometrinių formų vėrimas ant strypo vaikams padeda išmokti derinti spalvas, formas ir dydžius.



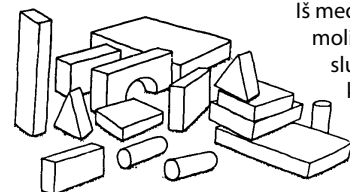
Lenktyninis automobilis iš moliūgo



Dekoruokite pupomis.

Pririškite virvutę.

Statybinės kaladėlės



Iš medienos, molio arba kelių sluoksnių kartono.