

Okvara vida



Kazalo

| | | | |
|---|----|--------------------------------------|----|
| Udeleženci..... | 1 | Osrednje težave: Govor..... | 22 |
| Vid | 2 | Osrednje težave: | |
| Čutilo za vid in njegova anatomija | 4 | Komunikacija s socialnim | |
| Vizualni stimulus..... | 5 | okoljem/socializacija | 24 |
| Okvara vida | 6 | Osrednje težave: | |
| Razvrščanje..... | 7 | Vsakodnevne življenjske veščine | 26 |
| Slabovidnost..... | 8 | Brailova pisava | 27 |
| Slepota | 9 | Predlogi | 28 |
| Vzroki..... | 10 | Prilagoditve..... | 29 |
| Osrednje težave | 13 | Organizacijske prilagoditve..... | 30 |
| Osrednje težave: Kognitivni razvoj ... | 14 | Prostorske prilagoditve | 32 |
| Osrednje težave: Čustveni razvoj..... | 16 | Tehnične prilagoditve..... | 34 |
| Osrednje težave: Branje | 18 | Učne metode in tehnike | 35 |
| Osrednje težave: | | Metoda pojasnjevanja..... | 36 |
| Motorične sposobnosti..... | 20 | Metoda demonstracije | 38 |



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

| | |
|-------------------------|----|
| Udeleženci..... | 39 |
| Delovne vaje..... | 43 |
| Vidni pomočnik | 43 |
| Delovne vaje..... | 45 |
| Nadomestni par oči..... | 45 |
| Povezave: | 47 |

Udeleženci

Poskusite se spomniti, ali ste bili kdaj v stiku s slabovidnimi ljudmi. Delite svoje izkušnje in se osredotočite na vidike komunikacije, ki so se vam zdeli izziv. Delite s skupino, kako ste se počutili v tej situaciji, pa tudi svoje splošne vtise o resničnih ali namišljenih stikih s slabovidnimi osebami.



Vid



Vid je čutilo, s katerim zaznavamo različne lastnosti predmetov v okolju (svetlobo, barve, obliko, razdaljo, velikost, položaj, gibanje) in razlagamo njihov pomen.

Svetlobni žarki prehajajo skozi prozorne dele očesa (roženica, leča, vodna vodica, steklovina), pri čemer na mrežnici nastane (obrnjena) slika opazovanih predmetov. Električni potencial tvorijo in prenašajo v možgansko skorjo optični živci (primarna in sekundarna vidna področja), kar povzroči čut za vid.

Primarna vidna področja obdelujejo formalne vidike pogleda (globina, razdalje, barve...), medtem ko sekundarna vidna področja analizirajo smisel in pomen videnega.

Izguba primarnega vidnega korteksa povzroči slepoto, medtem ko pomanjkanje sekundarnih vidnih področij povzroči nezmožnost razumevanja videnega, čeprav se vidi jasno.

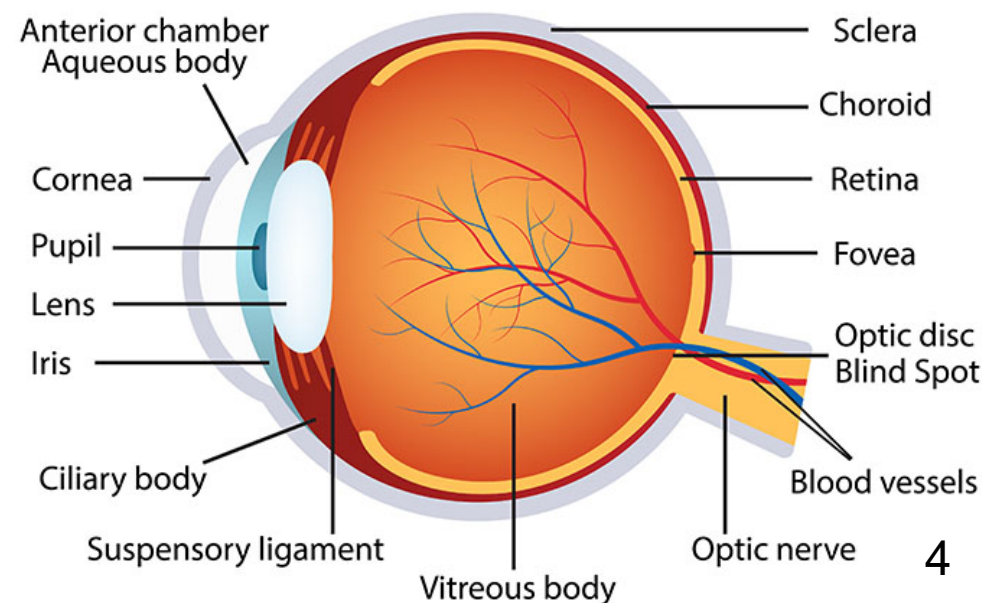
Čutilo za vid in njegova anatomija

Čutilo za vid in njegovi anatomske elementi:

- Oči
- Oftalmični živci
- Centri za vid v možganski skorji

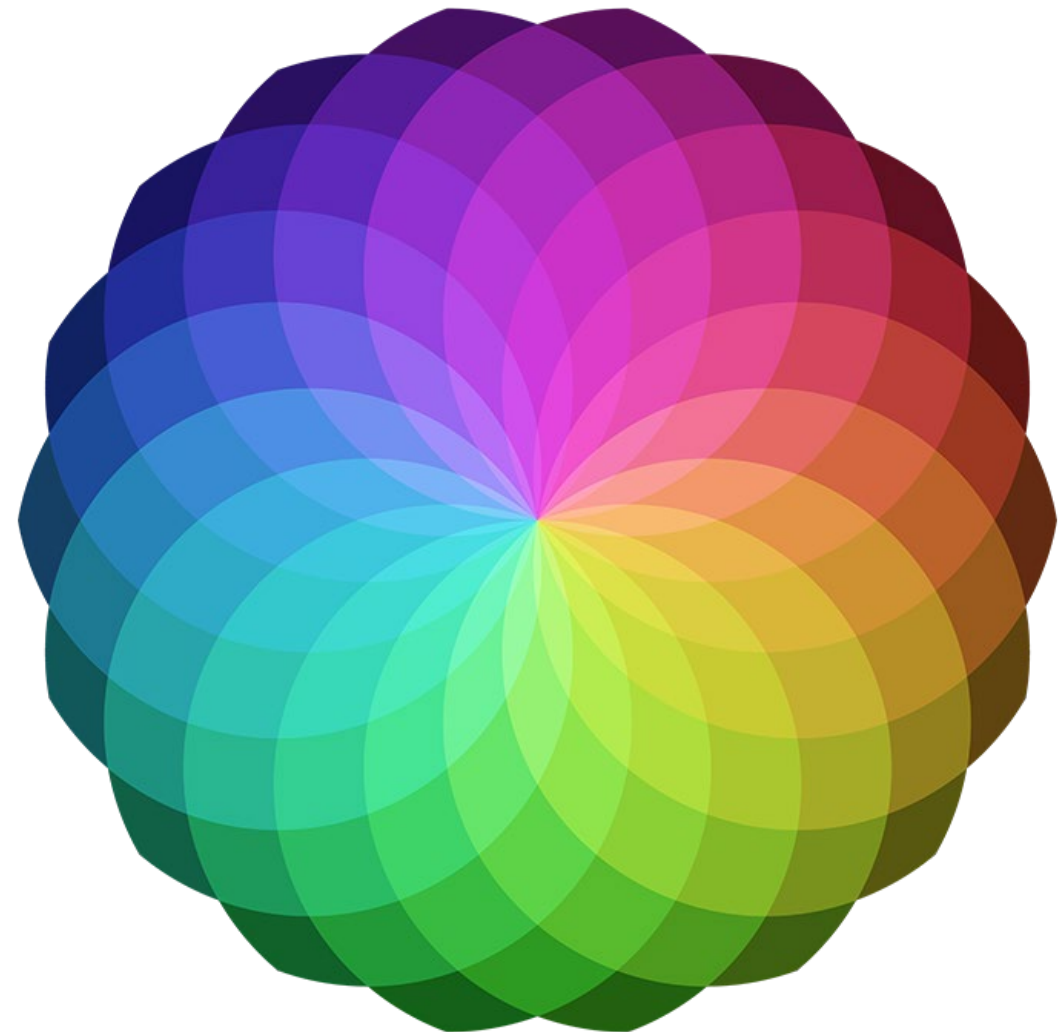
Slika prikazuje dele očesa.

HUMAN EYE ANATOMY



Vizualni stimulus

Dražljaj, na katerega reagira čutilo
za vid, je svetloba, to je vidno
elektromagnetno sevanje.



Okvara vida



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Okvara vida je vsako stanje, povezano z vidom, ki otežuje opravljanje vsakodnevnih dejavnosti, tesno povezanih z vidnim zaznavanjem. Vizualna percepcija je zmožnost tolmačiti stvari, ki se nahajajo v našem okolju, na podlagi vizualnih informacij. Določata jo ostrina in širina vidnega polja.

Ostrina vida je sposobnost očesa, da razloči drobne podrobnosti in jasno vidi dve ločeni točki. Vidno polje je področje, ki ga vidimo, ko gledamo naravnost, ne da bi premikali glavo ali oči.

Razvrščanje

Okvare vida glede na intenzivnost
delimo na slabovidnost in slepoto.



Slabovidnost

Slabovidnost (ambliopija) vključuje vidno ostrino med 10 in 40 % normalne vidne ostrine na boljšem očesu, s pomočjo korekcijskih leč – očal ali kontaktnih leč.

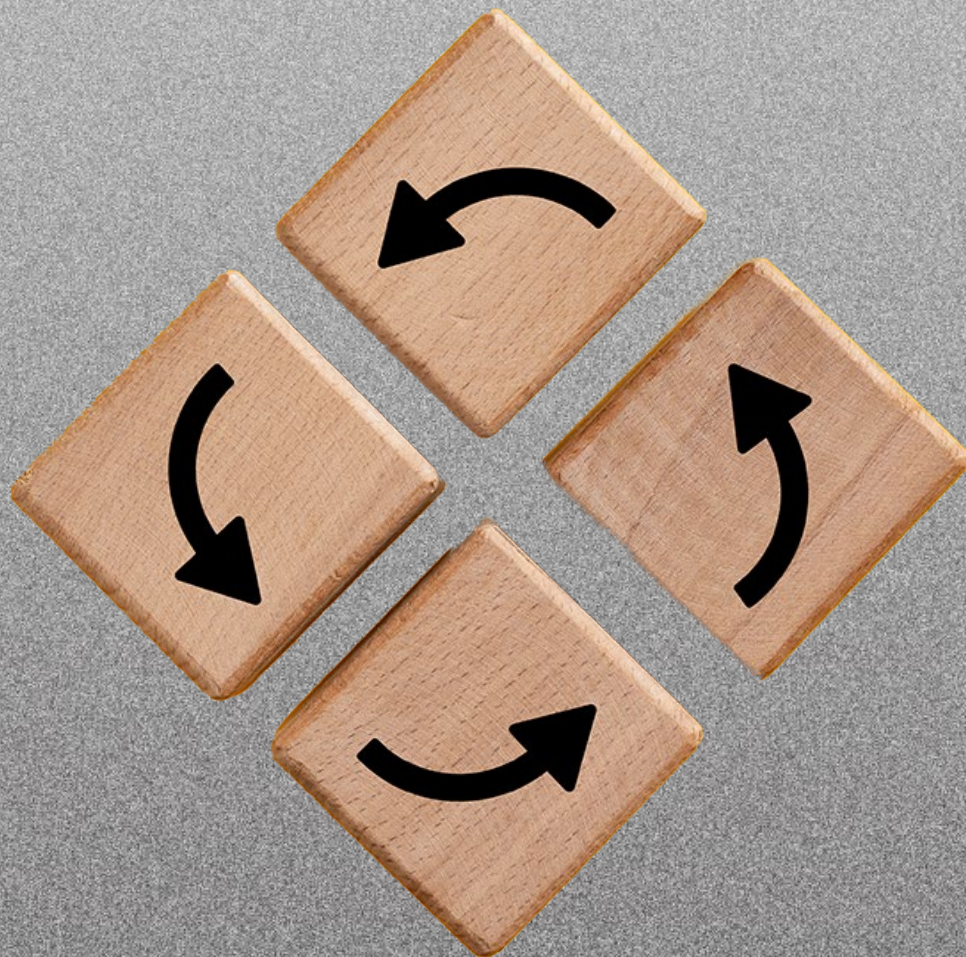
Prav tako slabovidnost vključuje ostrino vida večjo od 40 %, če je bolezen napredujoča, pa tudi manj kot 10 %, če lahko oseba uspešno uporablja to stopnjo vida.

Slepota

Slepota je ostrina vida, ki znaša manj kot 5 % normalne ostrine vida na boljšem očesu, s pomočjo korekcijskih leč – očal ali kontaktnih leč.

Slepota vključuje tudi okoliščine, v katerih centralni vid znaša manj kot 25 % normalne ostrine vida, z zožitvijo vidnega polja na < 20 stopinj.

Vzroki



Vzroke za okvaro vida v zgodnjem otroštvu delimo na prirojene in pridobljene.

Med prirojene okvare štejemo različne dedne okvare in okvare vida, ki so posledica različnih vzrokov med nosečnostjo (okvare vidnega živca in možganske okvare vida).

Pridobljene okvare vida se nanašajo na okvare, ki nastanejo med ali po porodu (motnje vida zaradi poškodbe očesa ali glave in okužbe oči).

Najpogostejši vzroki za okvaro in izgubo vida: refrakcijske motnje, katarakta, trahom, glavkom, makularna degeneracija, zamegljenost roženice in diabetična retinopatija.

- **Refraktivna napaka je optična nepopolnost, ki očesu preprečuje pravilno fokusiranje svetlobe, kar povzroča zamegljen vid. Najpogostejše refrakcijske napake so kratkovidnost, daljnovidnost in astigmatizem.**

- **Siva mrena je glavni vzrok slepote po vsem svetu. Najpreprosteje jo lahko opišemo kot zamegljenost očesne leče.**
- **Glavkom je bolezen, ki povzroči degeneracijo vidnega živca in živčnih vlaken mrežnice in je najpogostejše povezana z očesno hipertenzijo. Za sivo mreno je najpogostejši vzrok slepote po vsem svetu.**
- **Trahom je bakterijska okužba z naslednjimi simptomi: srbenje očesa, gnojen ali sluzast izcedek iz oči, draženje trepalnic in vek.**

- **Makula ali rumena pega je osrednji del mrežnice, ki omogoča centralni vid ter sposobnost branja in razločevanja drobnih podrobnosti. Makularna degeneracija je bolezen, ki povzroči izgubo vida v središču vidnega polja, zaradi česar je branje in prepoznavanje obraza oteženo in onemogočeno, preostali periferni vid pa omogoča opravljanje drugih vsakodnevnih dejavnosti.**

- **Zamegljenost roženice se največkrat pojavi po poškodbi (mehanski ali kemični) ali vnetju roženice.**
- **Diabetična retinopatija je najpogostejša očesna bolezen pri ljudeh, ki imajo že dalj časa sladkorno bolezen. Tveganje za slepoto je pri diabetikih 10–20-krat večje kot pri ljudeh, ki nimajo sladkorne bolezni.**

Osrednje težave

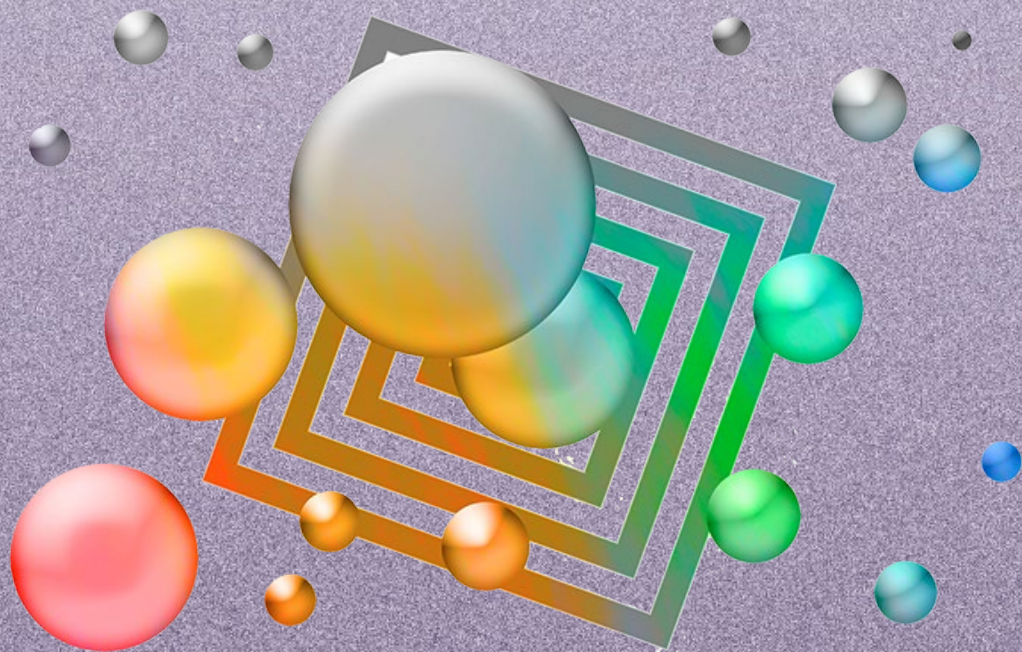


Najhujše posledice slabovidnosti se pokažejo pri samostojnem krmarjenju skozi prostor, še posebej, če je okolje novo in neznano.

Devetdeset odstotkov informacij, pridobljenih iz čutnih organov (vid, sluh, vonj, okus, kožni občutki – dotik, toplota, mraz, bolečina in kinestetični občutki – položaj in gibi okončin ter glave glede na telo) je pridobljeno z vidom.

Večja okvara v kombinaciji z zgodnejšim nastopom okvare povzroči večje težave.

Osrednje težave: Kognitivni razvoj



Otroci, ki so slabovidni od rojstva ali zgodnjega otroštva, trpijo zaradi omejitev v smislu vizualnega opazovanja in sledenja, kar ima za posledico nezmožnost ali omejitve vidnega učenja.

Pomanjkanje vizualnih informacij vodi do zamud v kognitivnem razvoju. Ti otroci imajo težave pri učenju vedenjskih modelov, ravnanju z drugimi ljudmi, obvladovanju vsakdanjih veščin in oblikovanju realnega občutka o svetu.

Otrok, rojen slep, konstruira koncepte na podlagi drugih čutnih modalitet.

Zato se pridobljene informacije razlikujejo po strukturi, različni pa so tudi koncepti.

Slabovidne osebe pomanjkanje informacij dopolnjujejo z drugimi viri in imajo natančnejšo percepcijo realnosti kot slepe osebe.

Pri slabovidnih, še posebej slepih otrocih je slušni spomin pogosto odlično razvit. Pomaga jim pri izobraževanju in se zanašajo nanj.

Imajo pa nagnjenost k verbalizmu, ki označuje navidezno spretno govorno izražanje in reprodukcijo vsebine, a brez resničnega razumevanja in strokovnosti. Pri slepih ima tipna zaznava najpomembnejšo vlogo pri seznanjanju s predmeti v okolju; vendar traja veliko dlje kot vizualna zaznava.

Osrednje težave: Čustveni razvoj



Okvara vida ne vodi nujno tudi v težave v čustvenem in socialnem razvoju, vendar ovire dejansko obstajajo.

Za osebe z okvaro vida, še posebej za otroke, je zadovoljevanje osnovnih življenjskih potreb veliko zahtevnejši proces in pogosto neizogibno potrebujejo pomoč drugih ljudi v svojem socialnem okolju.

Zaradi tega vsak dan doživljajo frustracijo (in vrsto drugih čustev), kar lahko vodi v globlje motnje in bolezni.

Potrebno je opozoriti na pomen podpornega odnosa socialnega okolja zgodnjega otroštva in izvajanja kompenzacijskih mehanizmov.

Načina, kako izražamo čustva s svojim telesom, se večinoma naučimo z opazovanjem modela. Glede na to, da se osebe z okvaro vida ne morejo učiti na ta način, to povzroča odstopanja v neverbalnem izražanju čustvenih stanj, v katerih se nahajajo.



Osrednje težave: Branje



Slabovidni lahko berejo črni tisk,
ki se poveča glede na individualne
potrebe.

Njihova učinkovitost je odvisna od stopnje
okvare vida in realiziranih pogojev branja.
Optimalni pogoji za branje vključujejo
pisavo, razmik med črkami in njihovo
velikost, kakovost papirja, svetlobne
pogoje, nagib mize in drugo.

Slepi lahko berejo Braillovo pisavo,
njihova učinkovitost pa je odvisna
od stopnje intelektualne razvitosti,
občutljivosti prstnih blazinic, motorične
spretnosti, učnih metod, stopnje
spretnosti itd.

Nekatere študije kažejo, da branje Braillove pisave traja dvakrat dlje (v primerjavi z branjem videče osebe).

Na splošno so slepi ljudje v boljšem položaju kot slabovidni, ko gre za bralne sposobnosti.



Osrednje težave: Motorične spodobnosti

Razvoj motoričnih sposobnosti ni prizadet toliko zaradi same okvare vida, temveč bolj zaradi nezmožnosti vadbe in vizualnega posnemanja gibov in dejanj ljudi iz družbenega okolja.

Slepi ljudje ne usklajujejo svojih gibov glede na vidne informacije. Namesto tega za koordinacijo uporabljajo druge senzorične modalitete, večinoma slušne.

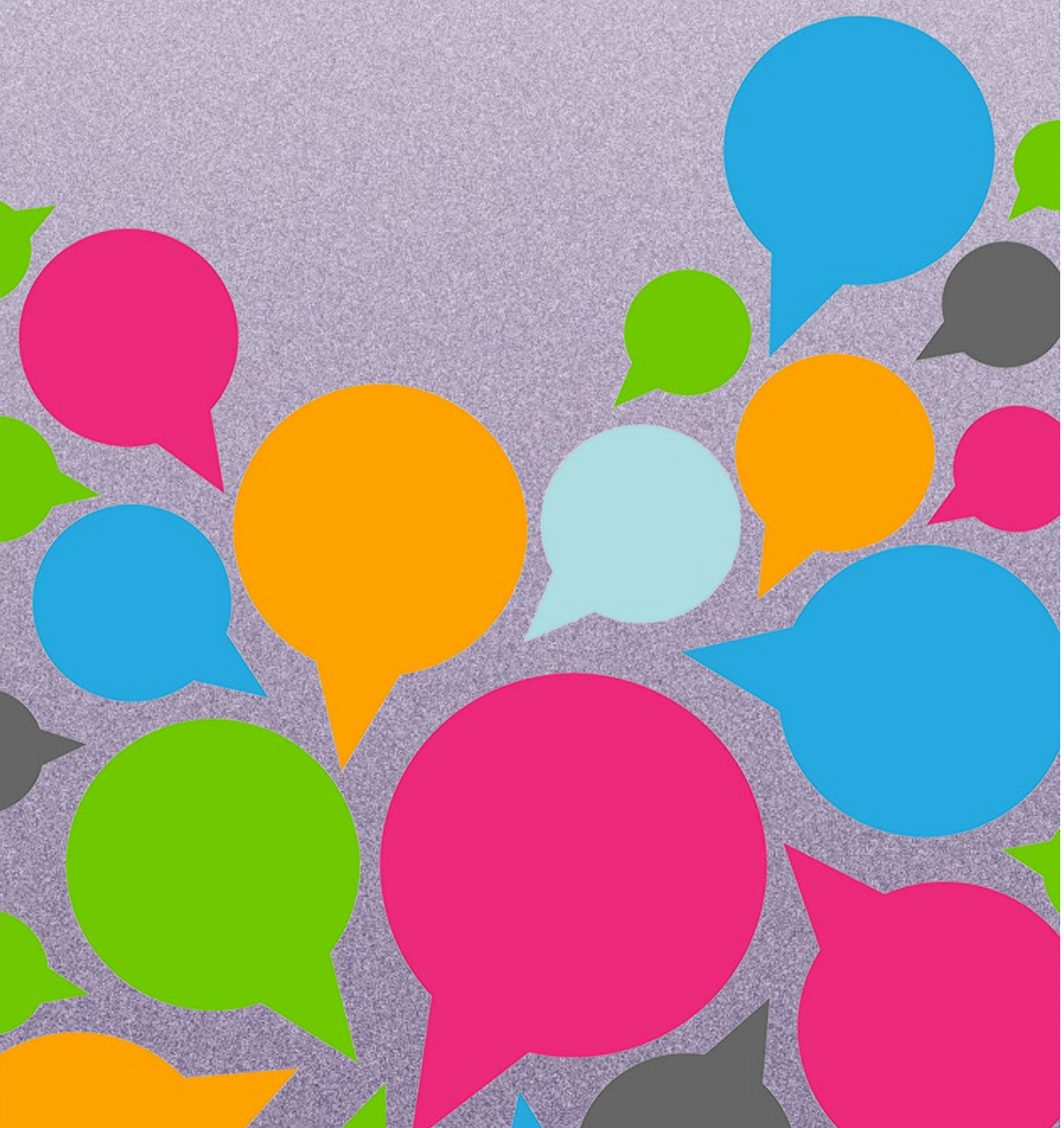


Glede na to, da niso stalno izpostavljeni vsem razpoložljivim informacijam iz neposrednega okolja, ima ta nanje manjši vpliv (okolje zanje ni tako spodbudno kot za videče). Posledice tega se kažejo v zapoznelem razvoju motoričnih sposobnosti.



Osrednje težave:

Govor



Za slabovidne otroke je govor izjemno pomemben. Natančneje, ti otroci spoznavajo svet okoli sebe z govorom in so odvisni od besednih opisov predmetov in dogodkov.

Nekateri avtorji so v svojih raziskavah ugotovili, da izguba vida prisili slepe otroke, da medsebojne odnose oblikujejo le z govorom, zato se naučijo uspešne uporabe govora hitreje kot njihovi videči vrstniki.

Slabovidni ljudje uporabljajo pomene besed, ki imajo vizualne konotacije, tako uspešno kot ljudje z normalnim vidom. Imena za barve uporabljajo normalno, čeprav nimajo čutnih izkušenj z barvami, tako kot običajno uporabljajo besede, kot so »glej«, »glej« in podobno.



Osrednje težave: Komunikacija s socialnim okoljem/ socializacija



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Komunikacija s socialnim okoljem/ socializacija je otežena.

Sposobnost prostorske navigacije in zmožnost identifikacije tistih, ki bi lahko bili zanimivi za slabovidno osebo, je zmanjšana. Za več informacij o dogajanju v okolici je potrebna pomoč drugih. Sposobnost sklicevanja na dogodke v okolici je nižja, zato je zmanjšana sposobnost sodelovanja pri podobnih pogovornih temah. Težave pri branju in pisanju tudi zožijo komunikacijski kanal.

Posebnosti v neverbalni komunikaciji, čustvenem izražanju, slepoti in druga odstopanja od običajnega vedenja so lahko za druge ljudi odbijajoči.

Vse naštetu lahko povzroči manj možnosti za navezovanje socialnih stikov.



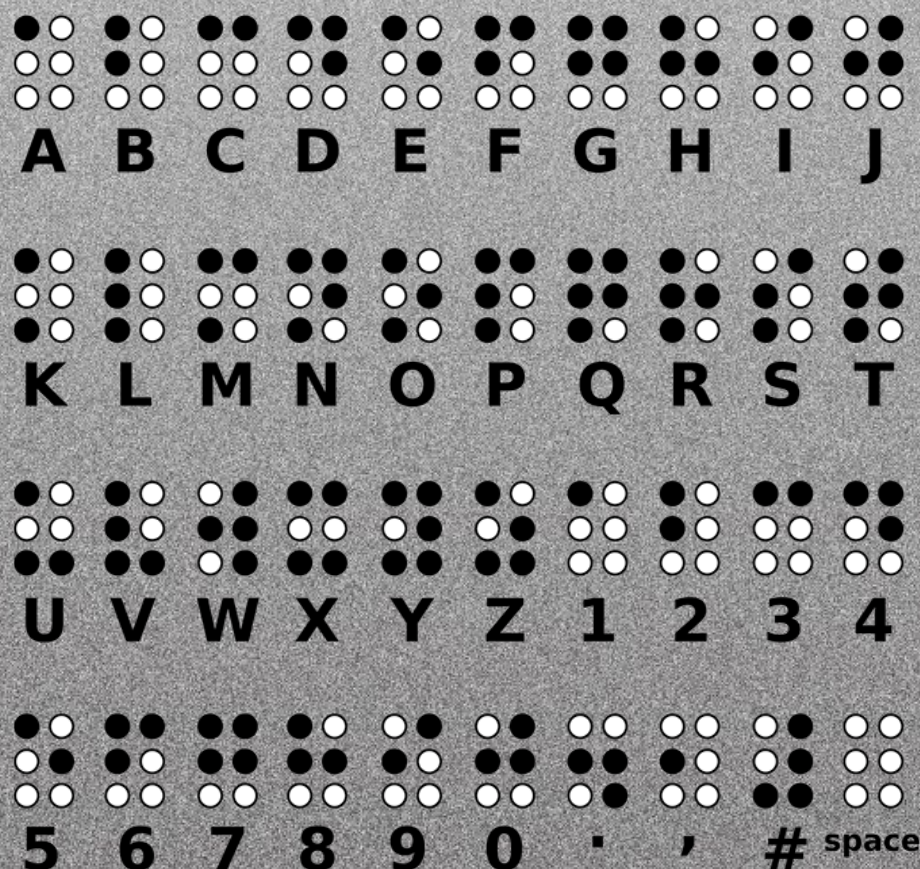
Osrednje težave: Vsakodnevne življenjske veščine

Vsakodnevne življenjske veščine vključujejo veščine, kot so samooskrba, vzdrževanje osebne higiene, oblačenje in hranjenje, vzdrževanje reda v hiši, razvrščanje dokumentov, prepoznavanje in uporaba denarja, prostočasne dejavnosti, komunikacija ipd.

Videči otroci pridobijo vsakodnevne življenjske veščine mimogrede, slabovidni pa ne, torej je za njih potrebno dodatno usposabljanje in vadba.

Brailova pisava

braille alphabet



Braillov sistem pisanja temelji na občutku za dotik.

Izumil jo je Louis Braille, končno različico pa je javnosti predstavil leta 1825. Braillova pisava temelji na sistemu šestih pik (v dveh navpičnih vrstah po tri).

Vsak znak je predstavljen z edinstveno kombinacijo dvignjenih pik. Skupaj je na voljo 63 kombinacij pik. Glede na omejeno število kombinacij so nekateri znaki prikazani s kompleksnimi kombinacijami, ki so sestavljene iz 2 sistemov, sestavljenih iz 6 pik.

Predlogi

Predlogi za bolj uspešno komunikacijo: izobraževalni kontekst

- Navodila: kratka, natančna in konkretna;
- Napovedati spremembe v organizaciji prostora
- Poskrbeti za neovirano komunikacijo, ki poteka prek sluha;
- Omogočiti spoznavanje okolja in materialov preko drugih modalitet;;
- Preveriti razumevanje



Prilagoditve



**Prilagoditve v kontekstu
neformalnega izobraževanja
odraslih:**

- **Organizacijske prilagoditve**
- **Prostorske prilagoditve**
- **Tehnične prilagoditve**

Organizacijske prilagoditve



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Slabovidni bodo cenili tekstovne objave v elektronskih medijih in na družbenih omrežjih, slikovne objave pa jim bodo, četudi vsebujejo vtipkano besedilo znotraj slike, otežile, če ne celo onemogočile, obveščenost o izobraževalnem programu.

Za osebe z okvaro vida je potrebno zagotoviti možnost tiska pisnih vsebin velikega formata, pisno gradivo v elektronski obliki in videčega pomočnika, ki tem osebam lahko služi kot spremljevalec ali pomaga pri pisnem izražanju.

Delovna in didaktična gradiva
naj bodo v dostopnih formatih:
slabovidni jih uporabljajo v Braillovi
pisavi ali navadnem besedilu (za
prilagoditev se je smiselno obrniti po
nasvet na katero koli organizacijo, ki
nudi podporo slabovidnim osebam).
Z malo truda jih lahko naredite sami.
Naj bo vaš izobraževalni program na
voljo tudi na spletu, če je mogoče.

Prostorske prilagoditve



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Slabovidni ne potrebujejo posebnih prostorskih prilagoditev, obstaja pa nekaj trikov, s katerimi jim bo bivanje v izobraževalnih prostorih bolj udobno.

Ko slabovidna oseba prvič pride v tak prostor, se ne sramujte in jo povprašajte o stanju in preostali ravni vida. Na podlagi tega jim ponudite pomoč pri seznanitvi z vašimi prostori.

O načinu pomoči in seznanjanju s prostori se boste dogovorili z izbrano osebo, saj so način in metode za vsako osebo specifični.

Ne pričakujte, da bo oseba ustvarila miselni zemljevid prostorov, ko bo prvič bivala v njem. Na prvih nekaj srečanjih lahko greste skozi proces seznanjanja s prostori.

Bodite pripravljeni na manjše posege v svojih prostorih, da bo gibanje udeležencem z okvaro vida čim lažje. Objekti so tem osebam kot vodilo, zato je zelo pomembno, da ne spreminjajo lokacije in da so na utečeni poti.

Če tako želijo, jim omogočite, da vedno sedijo na istem mestu v prostorih, saj je to zanje pomembna referenčna točka pri gibanju po vaših prostorih.

Poskrbite za zadostno osvetlitev svojih prostorov. To je še posebej pomembno za situacije, ki vključujejo gibanje ali med dejavnostmi, za katere je potrebna znatna uporaba vida.

Tehnične prilagoditve



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

**Slabovidni bodo z veseljem
uporabili vaše povečevalno steklo
ali vaš računalnik za namestitev
odprtokodnega bralnika zaslona ali
programske opreme za povečavo.**

Morda s pametnim telefonom
fotografirajo delovna gradiva, jih hitro
pretvorijo iz slike v besedilo, poslušajo
vsebino z bralnikom zaslona in nato
rešijo nalogo. Morda uporabljajo svoj
telefon za tipkanje zapiskov, medtem
ko nosijo slušalko, vendar nimajo
občutka, da vas ne poslušajo.

Učne metode in tehnike

Učne metode in tehnike v kontekstu neformalnega izobraževanja odraslih

- Metoda pojasnjevanja
- Metoda demonstracije



Metoda pojasnjevanja



Če imate med udeleženci osebe z okvaro vida, poskrbite, da boste podrobno opisali vse vizualne vsebine.

Opišite grafične prikaze in sheme. Prav tako opišite smešne meme, gife in druge ilustracije, ki nimajo zgolj didaktične vloge, temveč služijo za zabavo.

Ne dovolite udeležencem z okvarami vida, da preskočijo dobro vizualno šalo (zelo nenavadno je biti edini, ki se ne smeji). Bodite pozorni na uporabo kazalnih zaimkov, če poučujete slabovidno osebo.

»Tukaj«, »tam«, »tamle«,
»tale«, »ono«, »tisti« in podobno
slabovidnemu brez dodatne razlage
ne bo veliko pomenilo.

Ko naslavljate kogarkoli iz vaše
skupine udeležencev, uporabite
osebna imena, da nikoli ne bo
zmede, koga nagovarjate. Tako boste
tudi ljudem z okvaro vida olajšali
povezavo glasu nekoga z imenom in
tako bolje spoznali svoje sodelavce.
Če nameravate uporabiti neko obliko
učnega gradiva, se dogovorite s
slabovidno osebo o tem, kako lahko
uporabi gradivo.

Če tega niste storili vnaprej, bodite
pripravljeni vse vsebine, ki jih boste
predstavili in ki jih imate na voljo v
elektronski obliki, deliti s slabovidno
osebo preko USB ključka ali
elektronske pošte na licu mesta.

Metoda demonstracije

Slabovidni ljudje imajo zelo povečano ostrino tipa. Dovolite jim, da z dotikom preučujejo sheme, modele ali same postopke, o katerih se učijo.

Proces taktilnega zaznavanja brez vida lahko traja nekoliko dlje, zato bi bilo dobro, da slabovidnemu udeležencu zagotovite daljši čas za taktilno opazovanje, ki lahko poteka sočasno z izvajanjem demonstracije za ostale člane skupine.

Udeleženci

**Razdelite se v 4 manjše skupine.
Vsaki skupini bo dodeljena ena od
naslednjih 4 situacij:**

- 1. Luka (novorojenček): slepota zaradi prenatalne retinopatije;**
- 2. Ana (4 leta) – slabovidnost zaradi refrakcijske napake;**
- 3. Eva (35 let) – slepota zaradi poškodbe glave;**
- 4. Miha (62 let): visoka slabovidnost zaradi diabetične retinopatije.**



Naloga vsake skupine je razviti edinstven scenarij, v katerem boste opisali življenje osebe, katere situacija vam je bila dodeljena.

Bodite pozorni na starost, pri kateri se je okvara pri posamezni osebi pojavila, vrsto prizadetosti in kako je vplivala na nadaljnji razplet življenjskih dogodkov. Na primer, kakšen vpliv je imela na pri osebi na vrtčevsko, osnovnošolsko, srednješolsko in fakultetno okolje, neformalno nepoklicno izobraževanje, strokovni razvoj, navezovanje socialnih stikov, oblikovanje odnosov itd.



Predstavite svoj scenarij ostalim skupinam.

Delovne vaje

Vidni pomočnik

Učni pripomočki: 1 preveza za
oči, 2 osebi



Navodila: Ena oseba ima zavezane oči in mora prijeti drugo osebo za nadlaket. Druga oseba usmerja osebo z zavezanimi očmi skozi območje in ji daje navodila s premikanjem roke, za katero se oseba z zavezanimi očmi drži.

Dodatne možnosti: postavitve ovir v prostor.

Namen vaje: Slabovidna oseba skoraj vedno potrebuje pomoč v novem okolju, zato je ena izmed najbolj uporabnih veščin, ki jih mora imeti videča oseba, da zna pravilno voditi slabovidno osebo po novi in neznani poti.

Ko vidite osebo z belo palico, ji ponudite svojo nadlaket, tudi če ne potrebuje pomoči. Slabovidna oseba bo cenila, da je bila opažena!



Delovne vaje

Nadomestni par oči

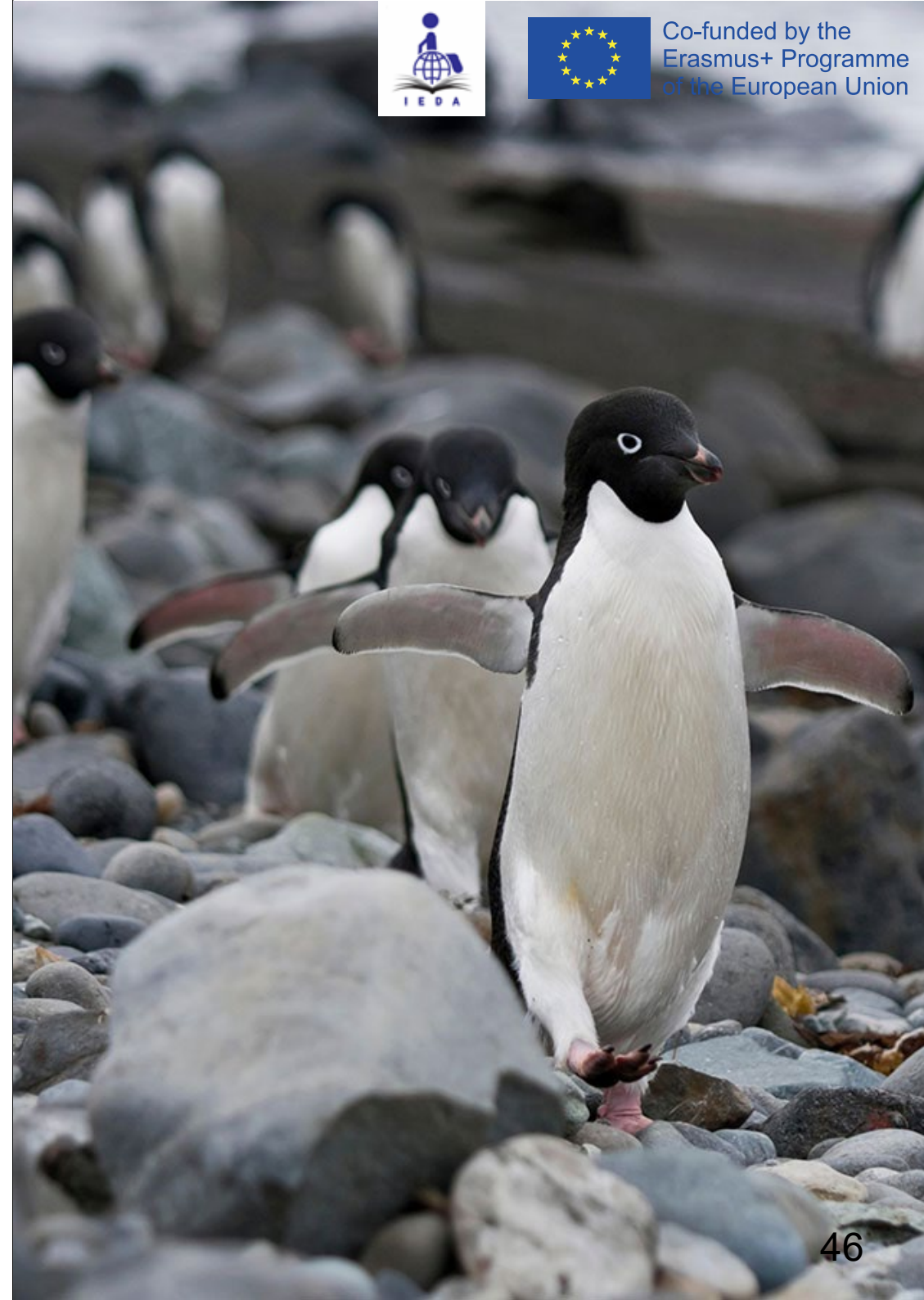


Učni pripomočki: razstavljen
predmet, ki ga je treba sestaviti
(Kinder Surprise), preveza za oči, 2
osebi

Navodila: Ena oseba iz para ima
zavezane oči. Drugi jim daje navodila,
kako sestaviti predmet iz delov, ki ležijo
na mizi.

Razstavljeni predmeti so lahko karkoli:
igrača, orodje, gospodinjski predmeti...

Namen vaje: slabovidni se ne morejo učiti s posnemanjem gibov drugih ljudi. Najpogosteje se pri izvajanju neke gibalne dejavnosti zanašajo na navodila in opise. Zato je pomembno, da znamo navodila podajati jasno, natančno, brez odvečnih informacij in z osredotočenostjo na želeni cilj. V teh situacijah si je moč zamišljati, da dajemo navodila osebi, ki ne razume dobro našega jezika.



Povezave:



Euroblind: Publications and
resources



Ray
(2004)