

Kaj pa če moj otrok sploh nima PPPU?

Mag. Nina Čelešnik Kozamernik, nina.celesnik@center-iris.si

Center IRIS – Center za izobraževanje, rehabilitacijo, inkluzijo in svetovanje za slepe in slabovidne, Langusova ulica 8, 1000 Ljubljana, www.center-iris.si

Povzetek:

Skotopični oz. Irlen sindrom (v nadaljevanju Irlen sindrom) je motnja senzoričnega uravnavanja, ki povzroča vrsto simptomov, vključno s primanjkljaji v procesiranju vidnih informacij in občutljivostjo na svetlobo. Gre za težavo s procesiranjem vidnih informacij v možganih, ne za težavo z očmi. Težave zaradi Irlen sindroma pogosto soobstajajo z drugimi težavami, simptomi so pogosto zelo podobni kot pri težavah pri branju in pisanju, splošnih težavah pri učenju ... in zato so posamezniki napačno diagnosticirani ali pa vloženi trud ne prinaša pričakovanih rezultatov. V času od februarja do junija smo v Centru IRIS testirali 21 ljudi, ki so imeli bodisi že odločbo za PPPU, bodisi diagnosticirano disleksijo ali pa so bili v postopku pridobivanja odločbe kot učenci s PPPU. Prav vsem 21 je bila ugotovljena zmerna do težka oblika Irlen sindroma.

Ključne besede:

strokovni center, skotopični/Irlen sindrom, testiranje za Irlen sindrom, PPPU (primanjkljaj na posameznem področju učenja)

Ja, vsi bi si želeli življenje brez težav ali vsaj rešljive težave in rezultate sorazmerne z vloženim trudom. A, žal, ni vedno tako (tudi če namesto besede težava uporabimo besedo izziv). Včasih pa že. In tem bomo pisali danes.

Center IRIS – Center za izobraževanje, rehabilitacijo, inkluzijo in svetovanje za slepe in slabovidne je spomladi 2017 začel s projektom, ki ga sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada, z naslovom *Strokovni center za celostno podporo otrokom in mladostnikom z*

okvaro vida ter otrokom in mladostnikom s primanjkljaji na posameznih področjih učenja. Projekt bo trajal do 30. septembra 2020.

Predlog projekta strokovnega centra na eni strani vključuje aktivnosti, ki bodo nadgradile trenutne aktivnosti na področju izvajanja dodatne strokovne pomoči in vplivale na večjo samostojnost, usposobljenost, socialno vključenost, zdravje otrok in, na drugi strani vplivale na boljše razumevanje okolja.

V članku se bomo osredotočili predvsem na skupino otrok s primankljaji na posameznih področjih učenja. V okviru projekta za njih izvajamo 30-urni tečaj računalništva in 15-urni tečaj razvijanja bralnih veščin, 1-krat letno organiziramo delavnico veččutnega učenja, od letošnjega leta dalje pa vsem, ki so v projekt vključeni, omogočamo tudi brezplačno testiranje za Irlen sindrom – in le-to bomo v nadaljevanju natančno predstavili.

Irlen sindrom

Raziskovalka in utemeljiteljica Irlen metode za odkrivanje skotopičnega/Irlen sindroma je Helen Irlen z Irlen inštituta v Kaliforniji, ZDA. Sindrom je dokazovala s prvimi raziskavami že med leti 1980 in 1983, v Kaliforniji. Danes je direktorica Mednarodnega Irlen inštituta, še vedno testira in še vedno raziskuje.

Po trenutno dostopnih podatkih na svetovnem spletu, na svetu obstaja preko 170 Irlen klinik (ZDA, Kanada, Južna in Srednja Amerika, Azija, Evropa, Afrika, Nova Zelandija, Avstralija) in preko 7000 strokovnjakov, ki so se usposobili za Irlen presojevalce, več kot 100 000 ljudi uporablja Irlen barvna očala in milijoni posameznikov uporabljajo barvne folije, opravljenih je bilo preko 200 neodvisnih znanstvenih raziskav na področju izobraževanja, medicine in psihologije (povzeto po <https://irlen.com/published-research/> , 8. 9. 2018).

Irlen sindrom je motnja senzoričnega uravnavanja, ki povzroča vrsto simptomov, vključno s primanjkljaji v procesiranju vidnih informacij in občutljivostjo na

svetlobo. Gre za težavo s procesiranjem vidnih informacij v možganih in ne za težavo z očmi (povzeto po: www.irlenslovenia.com, 9. 9. 2018).

Posamezniki z Irlen sindromom se **lahko soočajo** s katero koli od naslednjih težav:

- s počasnim branjem,
- z neučinkovitim branjem,
- s slabim razumevanjem prebranega,
- z otežkočenim neprekinjenim branjem,
- s težavami pri zaznavi globine,
- s težavami pri športih z žogo,
- z občutljivostjo na svetlobo,
- s sposobnostjo sedenja pri miru,
- s slabšo pozornostjo in koncentracijo,
- s pogostimi glavoboli, razdražljivostjo, utrujenostjo.

Prav tako se lahko pojavijo napor in izčrpanost pri branju, učenju, pri uporabi računalnika ali pri delu pod neonsko razsvetljavo (v vrtcih, šolah, zdravstvenih ustanovah, tovarnah, nakupovalnih centrih, skladiščih, čakalnicah ...) (povzeto po: www.irlenslovenia.com, 9. 9. 2018).

Težave zaradi Irlen sindroma pogosto soobstajajo z drugimi težavami, simptomi pa so pogosto zelo podobni kot pri težavah pri branju in pisanju, splošnih težavah pri učenju, ADD (motnja pozornosti in koncentracije) ali AD/HD (motnja pozornosti in koncentracije/hiperaktivnost), specifičnih težavah z učenjem, nelagodju oz. bolečinah (glava in oči), težavah v povezavi s telesnim in mentalnim zdravjem (povzeto po: www.irlenslovenia.com, 9. 9. 2018).

S pomočjo Irlen barvnih folij ali Irlen spektralnih filtrov (barva je za vsakega posameznika specifičen odtonek, lasten samo njemu, individualna, česar ni mogoče reševati s pomočjo kakršnih koli pobarvanih stekel!) lahko dosežemo izboljšanje tudi na področjih anksioznosti in stresa, samozavesti in samopodobe,

boljšega počutja, normalnega ritma spanja (povzeto po: www.irlenslovenia.com, 9. 9. 2018).

Pogostost pojavnosti Irlen sindroma

Irlen sindrom je lahko prirojen (deden) ali pa je pridobljen kot posledica narkoz, hudih udarcev v glavo, pretresa možganov – v Ameriki se vsakih 21 sekund zgodi en pretres možganov ali hujša oblika poškodbe glave (Irlen 2015)! Težave, ki jih povzroča Irlen sindrom, ostanejo vse življenje, lahko pa se spreminjajo od otroštva do odraslosti.

Irlen sindrom ima (Irlen 2005 in Irlen 2010):

- 15% zdrave populacije,
- 46% otrok in mladostnikov z učnimi težavami,
- 33% otrok in mladostnikov za AD/HD,
- 15% nadarjenih,
- 80% zapornikov,
- ljudem, ki imajo glavobole, so se le-te, po nošenju očal z Irlen barvnimi lečami, zmanjšali za 74% (Irlen 2010).

Testiranje za Irlen sindrom

Testiranje se izvaja v 2 stopnjah. 1. stopnjo izvaja certificirani Irlen presojevalec (certificiranih Irlen presojevalcev po Sloveniji je več, med drugim tudi v Centru IRIS), 2. pa Irlen diagnostik (v Slovenji Irlen klinika Slovenija, Inštitut za skotopični sindrom).

Predpogoj za testiranje je rešen *Vprašalnik za samotestiranje pred presojanjem skotopičnega/Irlen sindroma* na osnovi katerega se odločamo za smiselnost testiranja. Testiranje se opravlja v dopoldanskem času, za otroke vedno ob prisotnosti staršev.

Osnovno testiranje (povzeto po: www.irlenslovenia.com, 9. 9. 2018) za ugotavljanje Irlen sindroma oz. presojanje traja v povprečju uro in pol do dveh ur in pol, pri zahtevnih primerih lahko dlje. Na testiranju ugotovimo ali oseba Irlen sindrom ima ali ne ali z barvo lahko pomagamo ali ne ter ali je stopnja izboljšanja z ugotovljeno barvo nizka, srednja ali visoka. Obenem ugotovimo področja težav, ki jih pri posamezniku lahko izboljšamo oz. nanje vplivamo z Irlen barvnimi spektralnimi filtri.

S testiranjem Irlen sindroma po Irlen metodi odkrijemo vzroke za otežkočeno branje in prepoznamo vse fizične simptome, ki jih le-ta povzroča. To zagotavlja največji možni učinek metode.

Oseba, ki se testira, na testiranju izve več o svojih simptomih (večina se namreč ne zaveda, da morda način, na katerega doživljajo svet, ni tak kot pri ostalih). To védenje je zelo pomembno zato, da lahko zagotovimo spremembe in izboljšanje na vseh področjih, na katera lahko vpliva izboljšana predelava vizualnih informacij, ne le na področju branja.

Ob koncu testiranja Irlen presojevalec določi, katera barvna folija ali kombinacija folij (Sestaviti je mogoče skoraj 13.000 različnih odtenkov!) zmanjša ali odstrani simptome ter omogoči, da beremo lažje in dlje, brez nelagodja.

O izsledkih testiranja se izda izvid s priporočili za šolo ali drugo ustanovo.



Fotografija: Irlen barvne folije.

Vir:

https://www.google.si/search?q=irlen+barve+folije&source=lnms&tbn=isch&sa=X&ved=0ahUKEwj839vqvKzdAhWOCuwKHa68DjMQ_AUICigB&biw=1920&bih=949#imgsrc=NGnvXPe3drNbMM: 9. 9. 2018.

2. stopnja (povzeto po: www.irlenslovenia.com, 9. 9. 2018), pa je *testiranje za določitev Irlen barvnih filtrov oz. diagnostika* in traja običajno dve do tri ure. Na tem testiranju Irlen diagnostik sistematično uporabi vrsto nalog, ki mu s pomočjo povratne informacije testirane osebe pomagajo določiti optimalno individualno barvo stekel/plastike za očala, ki omogočijo natančno in nenaporno predelavo vizualnih informacij, s čimer ta lažje funkcionira pri branju, v notranjih prostorih, v zunanjih prostorih, med vožnjo ter pri mnogih drugih aktivnostih. S takšno natančno določeno barvo, ki ustreza osebi v vseh okoliščinah, obdelajo steklo oz. plastiko za očala (lahko je običajno steklo oz. plastika ali pa že vsebuje predpisano dioptrijo) v Irlen laboratoriju v Kaliforniji.

Že testirani otroci in odrasli s PPPU v Centru IRIS

V času od februarja do junija smo v Centru IRIS testirali 21 ljudi, ki so imeli bodisi že odločbo za PPPU, bodisi diagnosticirano disleksijo ali pa so bili v postopku za pridobivanje odločbe kot učenci s PPPU. Prav vsem 21 je bila ugotovljena zmerna do težka oblika Irlen sindroma.

S testiranjem je bil posameznikom določen individualni odtenek Irlen barvne folije, ki je možgane pomiril in s tem je bilo doseženo, da posameznike bela podlaga ni več motila, da so se črke umirile (če so se prej premikale, se s folijo niso več premikale), besedilo se je nehalo megliti (če se je prej meglilo), branje je povzročalo manj utrujenosti, nemira ..., posledično so posamezniki hitreje brali, delali manj napak pri branju, poročali o boljši koncentraciji, razumevanju prebranega in o manjši utrujenosti.

Prvi odziv je bil vedno presenečenje, običajno so sledili smeh in solze ter vzdihni olajšanja. Nekateri ljudje, ki so bili nekateri tudi že mladi odrasli, stari 18 let in več, so prvič videli cele besede: »Nič ne izgine! Vse vidim! Nič ne pleše! Vau! Ja, še bi bral!«

Kot opisano v poglavju *Osnovno testiranje*, lahko na Centru IRIS določimo izbrano Irlen barvno folijo ali kombinacijo folij in podamo navodila za delo.

Za vsakega posameznika se na testu, ob uporabi Irlen barvne folije, predvidi področja napredka. Področja se **določijo individualno** glede na ugotovitve na testiranju. **Možen pa je napredek** na spodnjih področjih (povzeto po izvidu Irlen osnovnega testiranja):

- učinkovitost branja,
- število napak pri branju,
- napor in izčrpanost,
- tekočnost branje,
- razumevanje in pomnjenje,
- ritem branja,
- sposobnost hitrejšega branja,
- vidna prepoznavna besed,
- pozornost in koncentracija.

Priporoča se še, da nekatere osebe, poleg barvne folije Irlen, uporabljajo še:

- barvne flomastre za označevanje,
- naravno svetlobo ali zatemnjeno umetno osvetlitev,
- kapo s ščitnikom (spodnji del naj ne bo bel),
- barvni papir (ki se bo po odtenku najbolj približal na testiranju določeni barvi) in/ali barvne zvezke,
- testi, delovni zvezki, učni listi naj se natisnejo na barvo, ki ustreza odtenku folije.

Zavedati se moramo, da se z uporabo barvnih folij zmanjša napor pri branju in pisanju, kar pa za nekatere ni nujno dovolj. Predvsem ljudem, ki so na svetlobo še bolj občutljivi, v prostoru svetujemo:

- čim manj belih bleščečih površin,
- če je v razredu bela tabla, naj otrok ne sedi v prvi klopi, da ga pred bleščavostjo s table varujejo sošolci, in naj ne prepisuje z nje, učitelj naj mu v tem primeru raje izroči izročke,
- drsnice naj nimajo bele podlage,
- naj ne dela na beli mizi, če je le mogoče,
- luči ugasnjene, kadar se le da,
- čim manj vzorcev, pik, črt v otrokovem/učenčevem okolju,
- na tablo naj se zapisuje v stolpcih.

Zelo pomembno je, da osebo opozorimo da, ko barvno folijo položi na besedilo na beli površini, naj je med delom ne dviga (Na primer: da bi reševal naloge v delovnem vzroku, tako da bi prebral nalogo s pomočjo folije, jo nato odstarnil, rešil nalogo in folijo ponovno položil preko delovnega lista in nadaljeval z branjem.). Taka uporaba folij ni primerna, saj tovrstne spremembe možgane preveč obremenijo, zato je potrebno delovne liste v naprej kopirati na barvo, podobno barvi folij/-e.

Prav tako v izvid zapišemo, da naj bo učencem, dijakom oz. študentom dovoljena uporaba barvnih folij tudi pri preverjanju in ocenjevanju znanja, čeprav tega nimajo navedenega v individualiziranih programih vzgoje in izobraževanja in po

naših dosedanjih izkušnjah se uporaba tudi dovoli, če le starši pristopijo k učitelju in svetovalni službi in jim predajo informacije.

Izjave nekaterih testirancev in njihovih staršev

(<http://strokovnicenter.splet.arnes.si/svetovanje-in-izobrazevanje/skopticni-sindrom-irilen/izjave-uporabnikov-in-njihovih-bliznjih/> , 8. 9. 2019)

“Rebeki ste odprli nov svet, zdaj šele ji je jasno, zakaj njeni sošolci z lahkoto berejo.”

Mamica, deklice v 3. razredu

»Hvala lepa za vse informacije. Hvala za današnji pregled. Hčerka, 5. razred, je bila navdušena. Jaz, pa kot »default« skeptik, še bolj. Ko jo vidim, da »speed« bere sem presrečen. To je pač orodje, ki omogoča, da vse dosežemo.«

Oče Simon

»Učiteljica nam ni verjela, da doma res toliko delamo. Rekla je, da lažemo. Od pregleda naprej (hči si je izbrala vijolično folijo) je vse lažje: napredek je opazen, učinek je takojšen, hči veliko rajši bere, ne tarna več, da jo boli glava in da je utrujena. In BERE!«

Mama Katja

»Sin, 6. razred, se je po testiranju, ko si je izbral zeleno folijo, prvič odkar hodi v šolo, vsedel za mizo in začel delati nalogo!«

Mama fanta v 6. razredu

»Rene dela, sedi na mestu, sledi pouku, sodeluje! V razredu imam popolnoma novega učenca. Vidim in komaj verjamem, da lahko ena folija in barvni zvezki povzročijo tako spremembo.«

Učiteljica fanta v 6. razredu, ki nikoli ni pisal, vedno je motil pouk, nikoli ni sodeloval

»To moram imeti. Takoj. Prosim, oči!!! To si želim bolj kot karkoli drugega.«

Lana, 5. razred

Pomembno

Kljub vsem pozitivnim učinkom, ki jih opisujemo v članku in ki so bile večkrat dokazane v svetu (veliko raziskav, nekaj opisanih tudi v: Irlen, 2005, 2010, 2015), se moramo še vedno zavedati, da metoda Irlen ni zdravstvena metoda, niti ni metoda učenja branja ali učne pomoči in ne nadomešča standardnega pregleda pri optiku ali zdravniku, zato bo otrok morda, poleg metode Irlen, potreboval še drugo strokovno pomoč (povzeto po izvidu Irlen presojevalca).

Kako naprej?

Zaključimo lahko, da so testiranja na Centru IRIS v okviru projekta *Strokovni center za celostno podporo otrokom in mladostnikom z okvaro vida ter otrokom in mladostnikom s primanjkljaji na posameznih področjih učenja* prinesla izjemne rezultate in glede na to, da opravljene študije dokazujejo, da ima 46% ljudi, ki imajo težave z branjem, disleksijo, motnjo pozornosti ali učne težave tudi Irlen sindrom (povzeto po <https://irlen.com/published-research/>, 8. 9. 2018), bi bilo testiranje smiselno uvesti v sistem. Res je, da je včasih Irlen sindrom edini vzrok za težave (in potem vaš otrok res nima PPPU), **pogosteje** pa je to le delček rešitve (in bo obiskovanje ur dodatne strokovne pomoči končno prineslo rezultate).

Zavedamo se, da trenutno uveljavljen način (plačljivo preverjanje pri Irlen presojevalcih, širjenje informacije od »ust do ust«), ne more in ne sme biti dolgoročna rešitev, saj na ta način presojanje za Irlen sindrom ni omogočeno vsem otrokom (in odraslim!) – tudi zaradi finančnih vzrokov, zato bi si veljajo prizadevati, da se presojanje čimprej vpelje v sistem, bodisi šolski, zdravstveni ali socialni.

Sklepamo, da bi bilo za državo ceneje, če bi se presojanje za Irlen sindrom uvedlo v sistem, kot da se denar in čas porabljata za pomoč otrokom s PPPU, ki ne more v celoti delovati (kljub najboljšemu učitelju dodatne strokovne pomoči, se bodo otroku, ki ima Irlen sindrom, črke še vedno meglile, plesale, izginjale ... še vedno ga bo delo z besediloma na beli podali utrujalo in zato rezultata ne bo oz. bo leta minimalen), za obiske pri zdravniku, ki ne more pomagati (nerodnost, glavoboli, kronična utrujenost, težave s spanjem, oslabiljen imunski sistem, razdražljivost ...). Področji na katera vpliva Irlen sindrom je nemalo in njegovi vplivi so zelo razsežni, zato bi bilo več kot smiselno to v bližnji prihodnosti upoštevati. Le kdo si ne želi *bolj* zdrave in zadovoljne družbe?

Literatura:

- Irlen, H. L. (2005). Reading by the Colors: The Berkley Publishing Group.
- Irlen, H. L. (2010). The Irlen Revolution: Square One Publishers.
- Irlen, H. L. (2015). Sports Concussions and Getting Back in the Game ... of Life. Helen Irlen.
- www.irlen.com, 8. 9. 2018.
- www.irlenslovenia.com, 9. 9. 2018.
- <http://strokovnicenter.splet.arnes.si/svetovanje-in-izobrazevanje/skopticni-sindrom-irlen/>, 8. 9. 2018.