

Predavanja, povzetki 4. LETO ŠOLE ZA STARŠE, 2020/2021

Zbrala in uredila: Mag. Nina Čelešnik Kozamernik, april 2021



Glede na razmere, smo se odločili, da se strokovni delavci Centra IRIS posnamemo in na splet naložimo posnetke s povzetki in našimi kontakti, kamor lahko starši pišejo, v kolikor bi jih še karkoli zanimalo. Teme smo določili glede na predloge staršev, ki so se udeležili šol za starše v preteklih letih.

Program:

1. šola za starše:

Damjana Oblak: Spodbujanje spoznavnega razvoja pri majhnem otroku z okvaro vida

Špela Karlin: Trma pri malčkih

2. šola za starše:

Anja Detiček: Izkušnje inkluzije in skrbi staršev

3. šola za starše:

Monika Šivic: Puberteta

Dr. Mateja Maljevac: Sorojenci

4. šola za starše:

Grega Hribar in ekipa: IKT izobraževanje staršev

1. šola za starše

Spodbujanje spoznavnega razvoja pri majhnem otroku z okvaro vida**Damjana Oblak, prof. raz. Pouka, mobilna učiteljica**damjana.oblak@center-iris.si**Povzetek**

Članek je namenjen staršem in vsem, ki so v stiku z otrokom.

Optimalen razvoj otroka je mogoč pri vzpodbudnem okolju in ob upoštevanju dejstva, da morajo biti zadovoljene otrokove osnovne potrebe (da je sprejet, ljubljen, sit, da ni moker ...). Učenje poteka preko vseh aktivnosti v dnevu, tudi preko igre. Poskrbimo za aktivnosti na prostem in v našem domu. Otrok naj uporablja vsa čutila. Poslušaj naj najrazličnejše zvoke od brnenja avtomobila do tiktakanje ure in brenčanja čebel. Omogočimo mu vonjanje, okušanje in tipanje najrazličnejših izdelkov in predmetov iz narave ter opazovanje z očmi, če ima otrok ostanke vida.

Navedeni sta dve aktivnosti: kopanje in obisk trgovine. Pomembno pri obeh je, da na aktivnost otroka pripravimo in da zato namenimo dovolj časa. Z otrokom se med aktivnostjo pogovarjamo (pojasnjujemo, poimenujemo) in ga spodbujamo, da uporablja vsa čutila. Otrok skozi aktivnosti pridobiva nove pojme, nova spoznanja o predmetih, razvija se logično razmišljanje, razvija se govor, krepi se otrokova samopodoba, njegov čustveni in socialni razvoj ter razvoj orientacije.

Ključne besede: razvoj, osnovne potrebe, vzpodbudno okolje, čutila, dnevne aktivnosti.

1. Uvodno razmišljanje

Sledeči prispevek je namenjen predvsem staršem, starim staršem in tistim, ki so v stalnem kontaktu s slepim ali slabovidnim otrokom.

Za optimalen razvoj otroka je pomembno, da nanj gledamo celostno, to pomeni, da se posamezna področja med seboj prekrivajo in nanje ne moremo gledati izolirano drugo od drugega. Tako je spoznavni razvoj povezan z vsemi ostalimi področji. Če želimo, da bo naš slep oziroma slaboviden otrok čimbolje napredoval, mu moramo omogočiti čimbolj vzpodbudno okolje.

Prvi pogoj dobrega vzpodbudnega okolja je dober stik z otrokom. Zagotovljene morajo biti otrokove osnovne potrebe: da ni lačen ali žejen, da mu je toplo, da ni moker, da se čuti ljubljenega in sprejetega. Šele takrat, ko so zadovoljene njegove osnovne potrebe, je otrok pripravljen za nova spoznanja in le tako se lahko optimalno razvija.

Seveda lahko poteka spoznavno učenje otroka tudi skozi igro, nezavedno in pa preko vseh aktivnosti, ki se odvijajo v celem dnevu. Učenje poteka z različno intenziteto: pridobiva nova spoznanja, širi se besedni zaklad, razvija se govorni razvoj in logično mišljenje. Vse to vpliva na njegovo samopodobo in ustrezen čustveni ter socialni razvoj, na sposobnost za dobro orientacijo in mobilnost ter sposobnost za vsakodnevna opravila. Vsekakor je pri tem pomembna besedna komunikacija. Z otrokom se pogovarjamo, poimenujemo, sprašujemo, komentiramo, pojasnjujemo ...

Učenje poteka na različnih krajih, na prostem in v zaprtih prostorih. Omogočimo mu, da bo čimveč doživel in uporabljal vsa čutila. Otrok naj poslušaj različne zvoke: petje ptic, zvok vetra, šumečo vodo, padanje slapa, butanje valov, regljanje žab, oglašanje

Naložba sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada.

Projekt: Strokovni center za celostno podporo otrokom in mladostnikom z okvaro vida ter otrokom in mladostnikom s primanjkljaji na posameznih področjih učenja

čričkov, oglašanje drugih (npr. domačih živali) ... Poslušaj naj zvoke v prometu: brnenje avtomobila, avtobusa, tovornih vozil, letala, helikopterja, ladje, gliserja, oglašanje sirene; poslušaj naj brnenje različnih strojev ali kuhinjskih pripomočkov. Po zvoku lahko sčasoma tudi ugotavlja, kaj nekdo počne: trka na vrata, pomiva posodo, lika, meša s kuhalnico, žaga, kosi ...

Okušaj naj različne vrste hrane, zelišča, nekatere začimbe. Pri tem moramo biti previdni, da ne poskusi kaj takega, kar bi bilo lahko strupeno ali zdravju škodljivo.

Otrok naj vonja različne vrste hrane, začimbe, lepila, barve, cvetlice, rastočo zelenjavo, drevesne plodove, drevesno skorjo, pokošeno travo, seno, žagovino, oblačila, papir, revije, knjige, šampone, mila, parfumske vodice, zobne paste ...

Otrokovi prsti naj se dotaknejo in tako spoznajo čimveč stvari. V svojem domu lahko na ta način spozna skoraj vse predmete od posode, hrane, pohištva vse do različnih pripomočkov. Na prostem naj potipa travo, cvetlice, zelenjavo na vrtu, sadno drevje, plodove na drevesih, kamne in kamenčke, vodo, grmovje, določene živali, prst, mivko ... S tem so povezane tudi različne aktivnosti. Otroku lahko omogočimo, da odtrga jabolko, da izruva korenje, da pobira orehe in kostanje, da odtrga cvetlice, da nabere kamenčke, da poboža žival, da hodi bos po kamenčkih, po pokošeni travi, da pomije ali splakne posodo, da odloži umazan krožnik v pomivalni stroj, da pomeša hrano, da reže banano (s topim nožem), da oluplji mandarino ...

Če ima ostanke vida, ga vzpodbudimo, da tudi vid čimbolje izkoristi.

Kot je bilo že omenjeno, se otrok uči in razvija skozi vse dejavnosti. V prispevku bom izpostavila kopanje in obisk v trgovini.

2. Kopanje otroka

Voda je za vsakega človeka izjemno pomembna snov, s katero se sreča takoj po rojstvu in seveda že pred rojstvom. Brez te dobrine si praktično ne moremo predstavljati življenja.

Slep otrok si iz izkušnjami, ki jih lahko pridobi z vodo v najrazličnejših oblikah, širi svoja obzorja.

Predstavljajte si, da majhnega slepega otroka brez predhodne priprave položite v kad z natočeno vodo. Obdaja ga nekaj neprijetnega, mokrega. Zelo verjetno je, da bo ves čas, ko ga boste kopali jokal na vse grlo. In naslednjič, ko boste vajo ponovili, ne bo nič bolje. Lahko pa si projekt kopanja zastavite malo drugače. Otroka vzemite v naročje in pojdite v kopalnico. Povejte mu, da boste odprli pipo. Otrok naj poslušaj, kako voda teče z majhnim curkom in z večjim curkom. Ves čas mu pojasnjajte, kaj se dogaja. Nato ga pripravite na to, da bo svojo dlan nastavil pod pipo in bo vodo občutil. Vzpodbudite ga, da bo vodo z dlani poizkusil ali pa skupaj natočita vodo v kozarec in naj pije iz kozarca. Če je ne bo popil, jo bo vsaj občutil z jezikom in ustnicami. Z dlanjo naj preizkusi hladno in toplo vodo. Poimenujte toplo in hladno, da sliši nove pojme. Otrok bo začutil, da topla voda omogoča prijetnejše občutje. Poimenujte občutja, ki jih doživlja otrok.

Otroku povejte, da se bo lahko igral v topli vodi. Slecite ga tako, da otrok pri tem sodeluje. Nato naj v (topli) kopalnici njegove roke raziščejo majhno kad. Odprite primerno toplo vodo tako, da se kad polni. Vmes lahko njegova roka prestreže curek ali pa celo drži cev po kateri priteče voda na plano. Ko je kad napolnjena, naj otrok vanjo vrže nekaj igračk, ki so primerne za v vodo (in smo jih prej pripravili). Nato naj igračke v kadi še enkrat poišče in ponovno položi v vodo. Nato mu pomagajte, da se najprej z nogami dotakne vode v kadi, si malo zmoči roke, trebušček in se postopoma vsede. Ponudite mu plastične posodice. Otrok naj se poliva z vodo po telesu. Lahko preliva vodo iz posodice v posodo, sčasoma bo ugotovil, katera

posodica je večja. Zelo primerne za to so tudi platenke, ki se polnijo drugače kot posodice in lahko polnjenje tudi sliši. Ko je otrok v vodi, imate krasno priložnost, da rokuje z najrazličnejšimi predmeti. Predmet, ki ga dobi v roke, naj razišče in poimenuje ter ga položi v vodo. Nato naj ugotovi, ali se predmet potopi ali plava na vodi. Primerni so različni kamenčki, drevesni listi, vijaki, ključi ...

Pri kopanju so lahko vključena različna čutila: sluh, vonj, tip in vid, če ima otrok ostanke vida. Sluh razvija preko poslušanja padanja igračk v vodo, poslušanje preko polnjenja posodic in plastenk, pretakanja vode, praznjenja plastenk in kadi, natakanja vode, čofotanje ... Pri razvoju vonja si lahko pomagamo, da v vodo kanemo kako dišeče olje ali sol. Vonjave se lahko večkrat ponovijo, lahko pa se odločimo, da vpeljemo drugačno vonjavo. Otroku lahko povonja tudi različne krpice blaga, ki jih je potopil v vodo. Glede okušanja otroka navajamo, da ne pije in okuša vode, v kateri se kopa. Mu pa medtem ponudimo vodo iz kozarca. Otroku bo občutil, da voda nima okusa. To mu tudi povemo, ubesedimo. Če ima ostanke vida, lahko opazuje premikajoče se igračke, curek, ki priteče iz platenke, morebitne pene, odtekanje vode ... V stiku z vodo lahko razvije pojme vroče, mrzlo, hladno, toplo, prijetno, neprijetno, tekoče. Z občutenjem vode na različnih delih telesa (npr. s polivanjem), se lahko razvija njegova telesna shema. Priporočamo, da otroku naznanimo naznanimo svoje dejanje: »Zdaj te bom polil po vratu (trebuhu, hrbtu, po dlani, kolenu ...).« Po naznanilu, ko vemo, da je otrok pripravljen in motiviran, to naredimo. Potem mu še enkrat povemo, kaj smo naredili. Če otrok že govori, ga lahko vprašamo, kje je stekla voda. Otroku lahko tudi pokaže del telesa. Tudi ko ga milimo po telesu, poimenujemo telesne dele. Pri spiranju z vodo pazimo, da mu voda ne teče v oči.

Kaj vse bo otrok počel v vodi, je odvisno tudi od trenutnega razpoloženja, od njegove starosti, interesov. Poskrbimo, da bo otroku prijetno toplo, da se bo počutil varnega. Poskrbimo za zabavo. Ne gre pa le za zabavo in sprostitve ampak za razvoj čutil, za pridobivanje novih spoznanj in pojmov, za pridobivanje komunikacijskih in socialnih veščin in učenje izražanja čustev. Kopanje mu omogočimo večkrat, vendar kadar imamo za to dovolj časa (vsaj eno uro). To je eden izmed načinov za ustvarjanje pozitivne vezi med otrokom in vami. Med kopanjem otroka ne smemo pustiti samega. Ena negativna izkušnja v zvezi s kopanjem ima lahko dlje časa negativen učinek na celosten razvoj otroka.

Če bomo poskrbeli za prijetna doživetja v domači kopalnici, ne bo težav pri prilagajanju na vodo v bazenu ali morju. Pomembno pri tem je, da ga na to pripravimo, da dogajanje konstantno ubesedimo, da se otrok pripravi na dogajanje.

3. Obisk trgovine

V kroničnem pomanjkanju časa največkrat nakup v trgovini opravimo mimogrede, spotoma. Največkrat je to v odsotnosti otroka, kar nam dejavnost nekoliko olajša. Lahko pa si kdaj pa kdaj namenoma vzamemo čas, da z otrokom opravimo nakup. Otroka na obisk trgovine vnaprej pripravimo. Povemo mu, kje se trgovina nahaja, kako se imenuje in kaj v trgovini prodajajo. Že doma mu povemo, kaj bomo kupili in se nato tega tudi držimo, saj si gotovo ne želimo vzgojiti otroka, ki bo nakupoval in zapravljal vsevprek. Dejavnost v trgovini prilagodimo starosti in sposobnostim otroka. Če je otrok mlajši, se lahko pelje v vozičku. Če že dobro hodi, ga v trgovini vodimo za roko. Ko se sprehajamo med policami, mu dovolimo, da izdelek pogleda od blizu in ga prime v roke. Vnaprej se pripravimo na morebitne pripombe prodajalca ali drugega kupca. Vljudno mu pojasnimo, da ima naš otrok okvaro vida. V roke mu lahko damo tudi različne posode, kozmetiko, različne pripomočke, izdelke iz blaga, igrače ... Pri rokovanju s predmeti naj uporablja različna čutila od vonja, tipa, sluha do

vida. Z otrokom se med tem pogovarjamo, saj na ta način pridobiva o predmetu različne informacije: namen uporabe, velikost, material, vrednost ...

Otrok lahko vonj izkoristi predvsem na oddelku kruha, sadja in kozmetike ter v ribarnici in mesnici. Dovolimo mu, da potipa in pogleda od blizu posamezen kos sadja. Kdaj pa kdaj kupimo tudi drobno sadje (jagodičevje), ki ga bo nato lahko potipal tudi doma. Doma lahko potipa tudi ribe, različne vrste mesa ...

Otroku pokažimo blagajno, tehtnico, izložbo ...

Ob večkratnem obisku trgovine bo starejši predšolski otrok počasi lahko usvojil osnovne enote za količino: kilogram, liter ... Omogočimo mu, da bo ocenil, kolikšna je količina kisa, mleka, soka, moke, sladkorja ... To pomeni, da izdelek dvigne z obema ali z eno roko ter primerja maso z drugim izdelkom. Doma lahko tekočine – npr. vodo pretaka iz posode v posodo, polni litrsko plastenko s pollitrsko plastenko ...

Nakupovanje v trgovini se konča s plačanim računom na blagajni, ki mu ga tudi pokažemo in damo v roke. Tam se sreča s količino denarja, ki smo ga morali odšteti za nakup.

Po nakupu se lahko odvijajo dejavnosti še doma. Lahko naredimo majhno restavracijo, kjer okušamo in vonjamo različne vrste hrane, ki smo jo kupili.

Lahko se igramo trgovino: otrok je kupec in mi smo prodajalci. Nato vlogi zamenjamo. Pokažimo mu in mu dovolimo, da pod našim nadzorom rokuje s pravim denarjem (ne pozabimo si na koncu umiti roke). Pri igri vlog se pomenimo o vljudnem nakupovanju (od hvala in prosim do pozdrava).

4. Zaključek

Na koncu bi rada spomnila, da je otrokova osnovna dejavnost igra. V igri je otrok sproščen in uživa. Lahko se igra sam ali v družbi vrstnikov ter z bratci in s sestricami. Zelo ga bomo osrečili, če si bomo čimvečkrat vzeli vsaj 10 minut na dan za igro z njim. Preko igre se otrok vsestransko razvija.

Literatura: Zovko, G. (1995). Peripatologija 1. Ljubljana. Zavod republike Slovenije za šolstvo.

Trma pri malčkih

Špela Karlin, dipl. vzg. pred. otr.
spela.karlin@center-iris.si

Še vedno je prisotno prepričanje, da je otrok, ki doživlja čustven izbruh, popolnoma nevzgojen in neposlušen. Zavedati se moramo, da je trma popolnoma normalen razvojni pojav. Le oblike trme so si med seboj različne.

KAJ JE TRMA?

- Je normalen razvojni pojav in izraz želje, da bi malček rad vplival na dogajanje okoli sebe.
- Pojavi se okoli drugega leta in traja do približno petega leta starosti.
- Trma je odvisna od otrokove narave oziroma temperamenta. Še bolj pa od okolice in ravnanja staršev ter vzgojiteljev.

KAZATELJI TRME:

- Kričanje
- Cepetanje
- Metanje ob tla
- ...

Dobro je vedeti, da najmlajši otroci ne trmarijo nalašč. Trmarijo zato, ker drugačene zmorejo saj možgani otrok niso enaki odraslim možganom. Njihovi so še nerazviti in del možganov za logično razmišljanje še ni razvit. Pri njih prevladuje drugi del možganov, ki je odgovoren za čustva in za preživetje. Ta del jim narekuje, da morajo v konfliktu uveljaviti svoje.

Ker pa se otrok uči iz izkušenj, so zelo pomembni odzivi odraslih na čustvene izbruhe. Če otroku vedno ugajamo, bo trmo izkoriščali tudi kasneje.

Otrok obdobje trme preraste okoli četrtega do petega leta, ko se nauči (z našo pomočjo) svoje želje in potrebe izraziti na sprejemljiv način. Takrat probleme začnejo reševati s premislekom.

KAKO SE SPOPRIJETI S TRMO?

- Ostanite mirni
- »Razmem te«
- Preusmerjanje pozornosti
- Ignoriranje
- Naravna posledica
- Možnost izbire
- Odmor

Otrok za normalno funkcioniranje potrebujejo pravila in meje. Potrebuje jih zato, da se znotraj enega okvirja počuti varnega in da ve katera dejanja imajo pozitivne posledice in katera ne. Pri tem moramo biti dosledni.

Ker pa otrok šele razvija svojo osebnost, smo starši in vzgojitelji tisti, ki mu pri tem lahko pomagamo.

2. šola za starše

Izkušnje inkluzije in skrbi staršev

Anja Detiček, delovna inštruktorica

anja.deticek@center-iris.si

Opomba: prispevek je zapisan v obliki intervjuja z mojo mamo. Zaradi epidemije covid-19, mama ne bo sodelovala v video predstavitvi.

1. Kdaj in kako si opazila, da imam težave z vidom? Kako si to sprejela?
Težave z vidom sem opazila takoj po rojstvu, saj si močno škilila. Ko sem to opažanje skušala povedati zdravnikom, so me zavrnil z izgovorom, da si še premajhna, da bi lahko govorili o kakršnih koli težavah z vidom, saj se le-ta šele dobro razvija. Pri tvojih 6 mesecih smo pričeli obiskovati različne oftalmogole
Moram priznati, da se tudi sama ne spomnim natančno, kdaj sem začela opažati, da z mojim vidom nekaj ni v redu. Iz otroštva se spominjam različnih slik, podob in barv.
2. Omenila si, da smo obiskovali veliko oftalmologov. Nam lahko poveš kje vse smo bili? Kdo me je vozil na preglede? Ali so bili preglede brezplačni? Če ne, kdo je kril stroške?
Pomoč smo iskali v različnih državah: v Nemčiji, na Hrvaškem in v Sloveniji. Na preglede sem te vozila skupaj s tvojimi starimi starši. V tistem času smo živeli v Jugoslaviji, zato sta bila pregleda na Hrvaškem in v Sloveniji brezplačna, med tem ko smo morali pregled v Nemčiji plačati. Stroške pregleda sem plačala tako, da sem v službi najela kredit, bivanje v hotelu pa je kril poslovni partner tvojega starega očeta.
Iz obdobja, ko smo obiskovali preglede, mi je najbolj v spominu ostal obisk Nemčije. Pot je bila dolga, vendar se spominjam, da sem med potjo videla barvo luči v predoru, zelo slabo pa se spominjam pregledov. Med obiski različnih oftalmologov mi je v spominu ostala skrb starih staršev, ki sta ti ves čas stala ob strani ter te podpirala pri pridobivanju različnih informacij o stanju mojega vida.
3. Kaj si v tem času najbolj pogrešala? Ali si imela dovolj psihološke in strokovne podpore? Kdo ti je največkrat pomagal in ti stal ob strani?
V tistem času sem najbolj pogrešala informacije h katerim zdravnikom te še lahko odpeljem na pregled. Zdravniki na Hrvaškem so mi predlagali oftalmologinjo iz ljubljanske očesne klinike. To so bili časi, v katerih starši slepih otrok nismo imeli dovolj psihološke in strokovne podpore, zato sem največ le-te dobila pri starših ali prijateljicah.
Najbolj mi je v spominu ostala podpora tvoje najboljše prijateljice, ki naju je velikokrat obiskovala.
4. Kje so nam postavili diagnozo in kako si se ob tem počutila?
Diagnozo so nam postavili v Zagrebu. Nisem razumela latinskih izrazov, zato sem se počutila nemočno, saj še vedno nisem vedela kaj je narobe s tvojim

vidom in zakaj. Razumljivo diagnozo so ti postavili šele pred nekaj leti na urgenci ljubljanske očne klinike.

Do pred nekaj leti tudi sama nisem poznala svoje diagnoze. Zaradi hudih bolečin v očesu so me ponoči pripeljali na urgenco ljubljanske očne klinike. Zdravnik, ki je bil tisto noč dežuren ni poznal pravega vzroka za bolečine, zato je poklical oftalmologinjo, ki me je dobro poznala že od otroštva in je zdravniku takoj povedala diagnozo. Sprijaznila sem se z dejstvom, da moj vid nikoli ne bo boljši. Spominjam se, da smo prenehali z obiski pri zdravnikih.

5. Pričela sem obiskovati vrtec v Trbovljah. Kakšen je bil razlog za vpis v redni vrtec in ne v vrtec Centra IRIS?
Takrat si imela še kar velik ostanek vida, saj si razločila posamezne barve. Zaradi navedenega razloga se nisem odločila za vpis v vrtec Centra IRIS. Poznala sem delovanje Centra, zato sem vedela, da otroci tam bivajo v domu od ponedeljka do petka. Zdela si se mi premajhna, da bi ves teden preživela brez družine.
6. Kakšen je bil odnos vzgojiteljic do tebe kot do mame slepe punčke? Kaj so ti povedale o meni?
Odnos vzgojiteljic do mene je bil zelo prijeten, saj sem imela občutek, da me spoštujejo. Vzgojiteljice so ti pomagale po svojih najboljših močeh in te zelo lepo vključile v skupino. Občutek sprejetosti so mi dajali tudi otroci, ki so ti pomagali kolikor je bilo mogoče. Vzgojiteljice so me podpirale pri odločitvi, da te ne vpišem v vrtec Centra IRIS, saj si se lepo vključevala v skupino, prav tako pa niso opažale večjih težav zaradi vida.
Iz vrtca so mi najbolj ostale vsakoletne maškare, v katere smo se skrbno oblekli. Spominjam se, da sem natančno videla, v katero pustno šemo so se oblekli ostali. Vzgojiteljice in otroci so bili do mene prijazni in razumevajoči.
7. Ali sem v vrtcu potrebovala kakšne posebne prilagoditve? Kdo me je spremljal na vrtčevskih aktivnostih?
Kolikor se spominjam, v vrtcu nisi potrebovala posebnih prilagoditev. Spominjam se, da nas je že v tem času obiskovala mobilna tiflopedagoginja, katere namen pa je bil prepričati me, da te prepisem v Center IRIS. Na vsakodnevni aktivnostih v okviru vrtca so te spremljali otroci ali vzgojiteljice. Posebnih prilagoditev se tudi sama ne spominjam. Edine prilagoditve, ki se je spominjam je bila pri likovni vzgoji. Otroci so imeli knjige v obliki jabolk, v katero je vzgojiteljica zapisala kaj smo delali tisto uro. Vsi so imeli knjige, ki so bile rdeče barve, samo moja je bila oranžna. Danes razumem, da je bilo to zato, da sem jo ločila od ostalih. Spominjam se, da sem se zelo rada igrala v peskovniku, se igrala z otroki in hodila na sprehode. Posebnih težav s sprejemanjem ostalih otrok se ne spominjam, saj sem bila takrat, zaradi precejšnjega ostanka vida, zelo samostojna. Moje mnenje je, da nisem potrebovala veliko več pomoči kot ostali majhni otroci.
8. Kako sva preživljali popoldneve?
Bila si zelo živahen otrok, zato si potrebovala več spanja kot ostali. Kljub temu, da ste spali v vrtcu, si takoj po prihodu domov odšla nazaj spat. Po počitku sva odšli na zrak, kjer sva se igrali ali hodili na sprehode.

Pri odgovoru na to vprašanje sploh nimam težav. V celoti lahko potrdim mamin odgovor. Dodam le to, da sem bila otrok, ki je potreboval veliko gibanja in različnih dejavnosti ter posledično veliko spanja.

9. Odločila si se, da me v 1. razred osnovne šole vpišeš na osnovno šolo v Trbovljah. Kakšen je bil razlog za takšno odločitev?
Za vpis v redno šolo smo se odločili, ker se nismo želeli sprijazniti z dejstvom, da se ti vid slabša. Zavedali smo se, da bi tvoj odhod od doma spremenil situacijo v družini, zato smo bili mnenja, da tako majhnega otroka ne moramo pustiti v internatu.
Odsotnost staršev bi tudi sama zelo pogrešala, zato sem bila zelo vesela, da ste me vpisali v redno osnovno šolo.
10. Kakšni so bili sošolci in razredničarka? Ali so me dobro sprejeli?
Sošolci in razredničarka so bili zelo prijazni. Brez večjih težav so te sprejeli medse. Spominjam se, da so ob koncu šolskega leta vsi jokali za teboj, saj so vedeli, da zapuščaš njihovo šolo.
Prvi razred v redni osnovni šoli je tudi meni ostal v lepem spominu. Učiteljica in sošolci so bili zelo prijazni in razumevajoči ter mi pomagali, kjer so lahko. Spominjam se zadnjega šolskega dne, ko je bilo razredničarki in sošolcem zelo hudo. Takrat se nisem zavedala, kaj pomeni moj odhod v Center IRIS.
11. Ali se morda spominjaš, katere prilagoditve sem potrebovala v 1. razredu?
Šolskemu procesu si sledila brez večjih posebnosti, saj si takrat še videla iz prve vrste na tablo. Pri pouku si potrebovala povečan tisk in flumaster, s katerem si pisala.
Posebnih prilagoditev se tudi sama ne spominjam. Do danes mi je v spominu ostala slika učbenika za matematiko. Iz omenjenega učbenika sem videla prepisovati in vanj celo pisati rezultate računskih nalog.
12. Ali sem imela v tistem času kakšne prostočasne dejavnosti? Kaj sem počela in kdo me je na dejavnosti vozil?
Bila si zelo živahen otrok, zato si imela veliko prostočasnih aktivnosti. Spominjam se, da si hodila k pevskega zboru in igrala na flavto. Za udeležbo na teh dejavnostih nisi potrebovala prevoza ali spremstva, saj so potekale v sklopu šole.
Priznati moram, da se udejstvovanja na teh aktivnostih ne spominjam. Spominjam se le igranja na flavto, vendar se ne spominjam kdo in kje me je naučil nanjo igrati.
13. Kakšen je bil razlog, da si me prepisali v Center IRIS? Ali je bil razlog samo v poslabšanju vida ali si imela še kakšen drug razlog?
Za prepis v Center IRIS smo se odločili, saj smo vsi opazili, da se ti vid slabša. Enako je opazila tudi razredničarka v 1. razredu, ki mi je povedala, da rednemu šolskemu programu, zaradi vse slabšega vida, ne boš morala slediti. To so bili časi, v katerih nismo poznali inkluzije, zato starši nismo imeli druge izbire.
Poslabšanje vida sem začela opažati tudi sama, saj kar na enkrat nisem več razločila barv in nisem videla brati na tablo. Pogovorila si se z menoj o prepisu v Center IRIS, vendar tega pogovora takrat nisem razumela.

14. Kako je moj odhod v Center IRIS vplival na družino?

Ob odhodu v Center IRIS, kjer si bivala od ponedeljka do petka, je bila celotna družina žalostna. Spominjam se, da sem morala poiskati zdravniško pomoč in da sem morala nekaj časa jemati zdravila za živce. Preko celotnega šolanja v Centru sem potrebovala veliko sprostitev in podpore.

Natančno se spominjam prvega šolskega dne, saj sem zvečer neutolažljivo jokala. Zaznala sem spremembo v življenju in dojela dejstvo, da vas med tednom ne bom videvala. V letih odraščanja, ko so bili vsi mnenja, da bom sprejela dejstvo, da bivam v internatu, so se moji občutki samo še poslabšali. Starejša kot sem postajala, težje sem odhajala od doma. Otroci smo v tistih časih lahko v Center prihajali ob nedeljah. Zame je bila to največja kazen, zato sta me stara starša v Center vozila ob ponedeljkih zjutraj. Spominjam se, da ste me neko nedeljo pripeljali v Center, vi pa ste odšli na morje. Tega vam nisem odpustila še do danes.

15. Kako bi ocenila šolanje v Centru IRIS? Imaš občutek, da so nas veliko naučili?

Ali so za nas dobro poskrbeli? Kakšen se ti je zdel učiteljski zbor in ostali strokovni delavci? Bi želeli koga izpostaviti in zakaj?

Center IRIS je bila odlična izbira, saj so vas veliko naučili. Največ časa so posvetili učenju vsakodnevnih opravil, ki so za slepega zelo pomembna. Danes s ponosim povem, da so za naše otroke zelo lepo poskrbeli. Z večino učiteljev in ostalimi zaposlenimi sem bila v zelo dobrih odnosih. Od učiteljev želim izpostaviti učiteljico gospodinjstva, biologije in kemije, Damijano Dušak, za katero menim, da je od vas veliko zahtevala in vas posledično veliko naučila. Pri njenih urah ste se učili predvsem življenjskih stvari.

Šola, učitelji in prijatelji v Centru IRIS so tudi meni ostali v lepem spominu. Učitelji in ostali zaposleni so se potrudili, da nam nikoli ni bilo dolgčas in nas veliko naučili. Največ znanja sem odnesla od gospodinjstva, zgodovine in geografije.

Čeprav sva bili z učiteljico gospodinjstva, biologije in kemije nenehno v sporih, sta bili ob zaključku mojega šolanja obe zelo žalostni. Spominjam se, da sem omenjeno učiteljico sprejela za svojo drugo mamo, saj sem se z njo lahko o vsem pogovorila. V času šolanja nisem bila pripravljena sprejeti ponujenega znanja, saj sem imela občutek, da mi v življenju ne bo nič koristilo. Očitno sem znanje podzavestno črpala, saj danes obvladam vsa gospodinjska opravila in svoje znanje predajam otrokom Centra IRIS.

16. Ali ti je bilo všeč, ker smo otroci v Centru imeli veliko aktivnosti? Se morda spominjaš, katere aktivnosti sem se najbolj veselila?

Center nam je omogočal veliko različnih aktivnosti, katerih si se zelo rada udeleževala. Obiskovala si različne športne aktivnosti, ročna dela in tkalski krožek. Vseh aktivnosti si se zelo veselila, še najbolj pa je uživala pri tkalskem krožku. Prepričana sem bila, da je bilo veliko število aktivnosti za vas koristno, saj vam je tako hitreje minil teden.

Center nam je ponujal veliko število popoldanskih aktivnosti. Spominjam se, da sem obiskovala tkalski krožek, igrala goalball in plavala, igrala sem na flavto, hodila k pevskemu zboru in še bi lahko naštevala. Zelo rada sem obiskovala vse dejavnosti. Poleg tkalskega krožka, se je najrajši ukvarjala s športom, predvsem z goalballom. Otroci smo se v okviru Centra lahko

udeleževali aktivnosti, katerih se v rednih šolah zagotovo ne bi morali. Ena izmed takšnih je bilo snemanje zgoščenska s skupino Slepí potnik in igranje v musicalu z naslovom Z belo palico. Zaradi polne zasedenosti, je teden v šoli hitro minil.

17. Kako sva med šolanjem v Centru IRIS preživljali vikende? Ali smo veliko obiskovali sorodnike in hodili na izlete?

Vikendi so bili namenjeni razvajanju. Pogosto smo obiskovali sorodnike ali pa se skupaj s tvojimi starimi starši odpravili v katere izmed slovenskih term.

Najlepše je bilo, ko je v petek šolski zvonec odzvonil konec pouka in sta te čakala stara starša, ki sta te odpeljala domov.

Spominjam se, da sem bila ob petkih zelo utrujena, zato takrat niso nikamor zahajali. Zelo dobro pa se spominjam izletov v terme, kamor sem zahajala s starimi starši.

18. Ali ste imeli starši, ki ste imeli otroke v Centru kakršnokoli podporo strokovnih delavcev?

Starši smo imeli zadostno psihološko podporo. V primeru težav smo se lahko obrnili tudi na ostale zaposlene v Centru, ki so nam prav tako z veseljem nudili pomoč. Najbolj sem pogrešala tečaj brajice, saj ti nisem morala pregledovati domačih nalog.

Pogovor o psihološki, strokovni in ostali podpori sva z mamo večkrat načeli.

Ko sem ti to vprašanje postavila, si odgovorila, da si imela dovolj podpore samo zato, ker sem zaposlena v Centru IRIS. S svojim odgovorom nisi želela prizadeti učiteljev ter ostalih zaposlenih v Centru. Kljub temu, kar si povedala, pa sama dobro vem, da starši niste imeli zadostne psihološke podpore.

19. Učenje vsakodnevni opravil je za slepega izrednega pomena. Kako si se ti spopadala z učenjem vsakodnevni opravil slepemu otroku? Si morda obiskovala kakšen tečaj ali delavnico?

Celotna družina je bila za tvojo samostojnost pripravljena storiti veliko. V tistem času še ni bilo delavnic ali kakšnih tečajev, na katerih bi se naučili, kako slepega otroka pripraviti na samostojno življenje. Vsakodnevna opravila, za katera sem menila, da jih boš potrebovala, sem najprej poskušala opraviti sama (po občutku), šele potem sem jih pokazala tebi.

Spominjam se, da si me že zelo zgodaj začela učiti vsakodnevni opravil.

Likati sem morala serviete in posteljnino. Po tem pa si me začela učiti tudi ostalih opravil kot so pospravljanje, kuhanje in zlaganje perila. Moram priznati, da se ti ni poznalo, da nisi obiskala tečaja ali delavnice, saj si bila pri učenju zelo suverena. Zgodnje učenje vsakodnevni opravil se mi zdi koristno, saj učenje pri slepih poteka počasneje. Dobro poznavanje vsakodnevni opravil in tvoja vztrajnost sta mi pomagala, da sedaj živim popolnoma samostojno.

20. Ali ste starši prihajali v Center samo, ko so se v šoli pojavile težave ali morda še ob katerih drugih priložnostih?

Center je bil že v tistem času zelo odprta institucija, kjer ste otroci počeli različne stvari. Naučene stvari ste radi pokazali na različnih prireditvah, katerih smo se z veseljem udeleževali, saj smo vedeli, da boš nastopala na vsaki izmed njih. Spominjam se, da si še naprej pela v pevskem zboru in igrala na flavto.

Otroci v Centru smo zelo radi ustvarjali, a še rajši smo naučene stvari pokazali staršem in učiteljem. Spominjam se, da smo imeli proslave, na katere ste z veseljem prihajali. Otroci smo se na dan proslave počutili pomembne, še bolj pa smo bili veseli, ko ste nas starši na koncu za naš trud tudi nagradili in pohvalili. Vložen trud ste starši znali ceniti.

21. Prišel je čas za vpis v srednjo šolo. Odločili smo se, da bom šolanje nadaljevala na gimnaziji Trbovlje. Kako si to šolsko leto doživljala ti? Kakšni so bili občutki, ko izvedela, da mi, klub trudu, ne bo uspelo zaključiti prvega letnika?

Šolsko leto, v katerem si obiskovala gimnazijo Trbovlje, je bilo zame zelo stresno. »Hudo mi je bilo gledati svojega otroka, kako se trudi, pa mu kljub temu ne uspe pridobiti pozitivnih ocen.« Na rednem sistematskem pregledu so ti potrdili depresijo in motnje hranjenja. Na te težave me je opozorila tvoja zdravnica in takrat sem se odločila, da te predčasno izpišem iz gimnazije. Odločila sem se, da potrebuješ menjavo okolja, zato si večino poletja preživela na morju.

Gimnazija tudi meni ni ostala v lepem spominu. Sredi šolskega leta sem izgubila voljo za vse prostočasne aktivnosti, saj sem se morala veliko učiti. Pričela sem uživati velike količine hrane, celo v nočnem času, saj sem imela občutek, da nikoli nisem zares sita. Hkrati pa se mi je pričelo slabšati počutje. Postala sem utrujena, zmanjkovalo pa mi je tudi volje za ostale aktivnosti, zato takrat nisem imela prostočasnih aktivnosti. Svojih težav pa sem se začela zavedati šele ob koncu šolskega leta, ko mi je zdravnica na sistematskem pregledu postavila diagnozo motnje hranjenja in depresija. O težavah nisem upala spregovoriti s teboj, vendar si kljub temu zanje kmalu izvedela. Odločitev, da me predčasno izpišeš iz gimnazije, se mi je zdela edina razumna odločitev.

22. Kakšen odnos so imeli profesorji do tebe? Ali so upoštevali navodila in priporočila mobilne tiflopedagoginje? Kakšen je bil odnos sošolcev do mene? Odnos profesorjev do mene je bil »katastrofalen.« Ko sem jim predlagala, da bi te prepisala na srednjo ekonomsko šolo, ki se nahaja v isti stavbi kot gimnazija, mi je razredničarka odgovorila, da mi tega ne priporoča, ker tudi te šole ne boš zaključila. Profesorji niso pokazali nobene pripravljenosti, da bi ti kakorkoli pomagali ali ti prilagodili šolsko gradivo. Prav tako pa niso upoštevali navodil in priporočil mobilne tiflopedagoginje.

Spominjam se, da so bili sošolci v gimnaziji zelo prijazni. Imela sem sošolko, s katero sva postali pravi prijateljici. Ta sošolka mi je pomagala tudi pri učenju. Sošolci so me med šolskimi urami večkrat zagovarjali in mi nudili pomoč. Povedala si mi, da si imela občutek, da so me sošolci dobro sprejeli. Z nekaterimi sošolci smo, po šoli hodili na pijačo, družili pa smo se tudi ob vseh drugih priložnostih.

Odnos profesorjev do mene sem zelo slabo prenašala. Posebno težko sem prenašala odnos učiteljice za angleščino in zgodovino, ki je bil zelo žaljiv. Omenjeni učiteljici sta bili prepričani, da pri njunih predmetih, zaradi slepote, ne moram doseči pozitivnih ocen.

23. Po neuspešno zaključenem letniku na gimnaziji, smo se odločili, da šolanje nadaljujem na Srednji šoli Zagorje – smer trgovec/prodajalec. Kakšne izkušnje

imaš iz te šole? Ali je bil pristop učiteljev in mobilne tiflopedagoginje drugačen?

Šolanje na omenjeni šoli je bilo čisto nasprotje šolanju na gimnaziji Trbovlje. Dobila si drugo mobilno tiflopedagoginjo, ki je večkrat prihajala na šolo in učiteljem dajala potrebna navodila. Učitelji so ta navodila dosledno upoštevali. Bila si najboljša v razredu, zato so učitelji od tebe zahtevali več kot od tvojih sošolcev. Vso šolsko gradivo je bilo ustrezno prilagojeno. Odnos profesorjev do mene je bil prijeten, saj v šoli nisi imela nobenih težav. Profesorji so bili prilagodljivi, zato z mobilno tiflopedagoginjo nisva imeli nobenih težav. Tvojo zgodbo lahko v celoti potrdim. Prijetni spomini so ostali na razredničarko, ki je vedno pokazala pripravljenost pomagati. Razredničarka me je tudi spremljala na športnih, kulturnih dnevih in ostalih dejavnostih v okviru šole. Največ zaslug, da je v šoli vse potekalo kot je bilo potrebno, pa pripisujem mobilni tiflopedagoginji Mariji Jeraša, ki je šolo redno obiskovala. Najbolje od vsega pa se mi je zdelo, da sem bila o vsebinah sestankov redno obveščena. Na pomembnejših sestankih pa sem bila ves čas prisotna.

24. Kakšen je bil odnos sošolcev do mene in kako si to doživljala ti?

Spominjam se, da si bila v štirih od petih letnikov odlična, zato so te sošolci pričeli zasmehovati in izolirati. Kljub zasmehovanju si zelo rada hodila v šolo. Zasmehovanje sošolcev se je tekom let stopnjevalo do te mere, da se v šoli nisi več počutila sprejeto. Skupaj z gospo Jerašo sva se odločili, da bova o težavah obvestili razredničarko. Sklenili smo, da se bomo z dijaki skušali pogovoriti, vendar tudi pogovor ni zadostoval. Nadaljevali so z zasmehovanjem, zato sem bila nemočna. Počutila sem se zelo žalostno. V prvi vrsti bi rada v celoti potrdila tvojo zgodbo, vendar bi rada dodala tudi svoje občutke. Počutila sem se osamljeno in odveč. Najtežje sem sprejela izgubo sošolke, ki mi je bila edina pripravljena pomagati. Nekoč sem zbolela, sošolci pa so mojo odsotnost izkoristili v ta namen, da so omenjeno sošolko prepričali v to, da o njej grdo govorim in da se norčujem iz razmer, v katerih je živela. Ko sem se vrnila v šolo, sošolka ni več želela sedeti poleg mene. O vsem sta bili obveščeni tudi razredničarka in šolska psihologinja, ki me je povabila na pogovor. Spominjam se, da v tistem času nisem imela podpore niti s strani učiteljev, niti šolske psihologinje. Po tem hudem nesporazumu, so se prave težave zame šele pričele. Od takrat naprej nisem več imela pravih prijateljev, vse do četrtega letnika, ko se je proti vsem v razredu postavila sošolka, ki sem ji kasneje pomagala pri učenju. Z omenjeno sošolko sva ostali prijateljici, saj je bila vedno pripravljena pomagati. Na maturantskem plesu sem ugotovila, da bom sošolce najbolj razjezila tako, da bom še naprej imela dobre ocene.

25. Kakšno je tvoje mnenje o inkluziji? Če bi bila lahko še enkrat majhna, ali bi ravnala enako? Kaj bi svetovala staršem, ki imajo slepega otroka?

Inkluzija je po mojem mnenju zelo dobra izbira, vendar šele od srednje šole dalje. Če bi bila ti še enkrat majhna, bi ravnala popolnoma enako. Svoje odločitve nikakor ne obžalujem. Vsem staršem bi svetovala, da predšolskega ali osnovnošolskega otroka vpišejo v Center IRIS, kjer bo dobil ustrezna znanja, ki mu bodo pomagala, da bo kasneje postal samostojen. Po končani osnovni šoli pa bi staršem svetovala, da otroka vpišejo v redno srednjo šolo, saj se bo tako lažje vključil nazaj v lokalno okolje.

Izkušnjo inkluzije sem izkusila na lastni koži, zato se moj pogled nanjo odločno razlikuje. Pogled na inkluzijo sem spremenila tekom zaposlitve v Centru IRIS, kjer sem zaposlena četrto šolsko leto.

Ko strokovnjaki govorijo o inkluziji kot o dejstvu, ki izboljša otrokovo socialno vključenost v lokalno okolje, lahko to trditev takoj ovržem. Iz lastne izkušnje in izkušenj ostalih slepih in slabovidnih v inkluzije, je velika večina prej izključena kot vključena iz kroga sošolcev in posledično tudi iz kroga prijateljev. Če bi se otroci šolali v Centru IRIS, bi imeli prijatelje znotraj kroga slepih in slabovidnih. Poleg tega pa se slepi in slabovidni otroci v Centru IRIS veliko lažje naučijo vsakodnevnih opravil. Nedopustno se mi zdi, da otroka v 1. razredu prepustijo na milost in nemilost tisočerim glasovom, vonjem in okusom, s katerimi si otrok ne zna pomagati oz. ne ve kam bi jih »pospravil«.

26. Ali bi lahko izpostavila nekaj mojih največjih dosežkov?

V življenju si dosegla veliko, zato bom težko začela. Najprej bi izpostavila vpis v zlato knjigo najboljših učencev občine Zagorje ob Savi, v katero si bila vpisana leta 2004. Nadaljevala bi s tvojimi največjimi športnimi uspehi, saj si se ukvarjala z mnogimi športi: goalball, atletika, plavanje, showdown, stezno kegljanje. Iz tekmovanja v plavanju, atletiki in goalballu, ki je leta 2001 potekalo v Budinpešti, si domov prinesla 9 medalj, od katerih jih je bilo 8 zlatih in ena bronasta. Naj omenim tudi dosežke v steznem kegljanju, kjer si bila na državnem prvenstvu tretja. Na koncu pa bi izpostavila še gledališče slepih in slabovidnih Nasmeh, v katerem si sodelovala pri dveh predstavah. Rada bi povedala, da sem na vse tvoje dosežke izredno ponosna. Naj svojo pripoved zaključim iz finala državnega prvenstva v goalballu iz leta 2013. »Tekma je bila zelo napeta, saj je tvoja ekipa »Barcelona« izgubljala že za pet golov. Kmalu ste se pobrali in prišli do izenačenja. Bila sem zelo živčna. Tvoj soigralec je zabil odločilen gol. Do konca tekme je bilo le še nekaj sekund in vsi v telovadnici smo navijali za vas. Uspeli ste zadržati prednost in postali državni prvaki. Med igro je morala biti v telovadnici popolna tišina, zato si lahko predstavljate, kako težko sem zdržala brez navijanja.«

Prvega večjega športnega dosežka se spominjam po tem, da sem bila zelo ponosna na to, da sem lahko zastopala barve Slovenije: »Stati na odru za zmagovalce in poslušati Zdravljico je resnično nekaj posebnega.« Spominjam se, da ste me na Trojanah čakali tri ure pred našim prihodom. Na vpis v Zlato knjigo sem še posebej ponosna, saj se je to zgodilo, ko so me sošolci najbolj zasmehovali. Zavedam se, da sem jim dokazala, da zmorem, kljub njihovem zasmehovanju in ponižanju. Za igranje v gledališču sem se navdušila sama, in sicer med ogledom predstave Slepci. Takoj po predstavi sem poiskala igralca, ki sem ga dobro poznala in ga prosila, da me obvesti o datumu naslednje avdicije. Znanec me je resnično obvestil in dobila sem svojo prvo vlogo. Zaradi pomanjkanja časa sem se odločila, da gledališke izzive zamenjam za druge. Prosti čas posvečam jogi, igranju showdowna (namiznega tenisa za slepe), in pikadu. Spominjam se, da ste me redno spodbujali in na tekmah ste bili najglasnejši navijači.

27. Ob koncu srednje šole se nam je pridružila psička vodnica Ajka. Kaj se je spremenilo v tvojem odnosu do mene, v smislu, da si mi začela bolj zaupati? Kaj ti je pomenila Ajka?

Ajka je našo družino in rituale obrnila popolnoma na glavo. Ko sem jo prvič videla, mi je bila Ajka takoj všeč. Počutila sem se bolj mirno, kadar te je Ajka vodila po Ljubljani. Spominjam se, da sem Ajki veliko bolj zaupala kot pa tebi. Ajka mi je predstavljala varnost zate, zato mi je pomenila vse na svetu. Ko nas je Ajka zapustila, me je ponovno pričelo skrbeti za tvojo varnost. Vsem slepim bi priporočala psa vodnika, saj jim je lahko v veliko pomoč, in sicer ne samo kot spremljevalec, temveč tudi kot prijatelj.

Po pravici povedano, ne vem kje naj začnem svojo pripoved o Ajki. Začnem lahko s tem, kako sem Ajko sploh dobila. Pes vodnik slepi osebi pripada preko naročilnice, celoten strošek pa krije Zavod za zdravstveno zavarovanje. Ajke nisem dobila na tak način, ampak sem jo morala plačati sama. V Slovenijo je Ajka prišla iz Avstrije, kjer je bila na šolanju za starejšega gospoda. Na enem izmed treningov je gospoda našla mrtvega. Tako so Ajko pripeljali v Slovenijo. Nihče si ni želel psa, ki ni razumel slovenskega jezika, zato je bila Ajka tik pred evtanazijo. Gospa Marija Jeraša, ki je bila moja tiflopedagoginja, se je spomnila, da si zelo želim psa vodnika. Pripravili so mi zelo lepo presenečenje. Nihče mi ni povedal, da se zame šola pes vodnik in ko me je poklical inštruktor, gospod Marjan Flajšman, sem bila zelo presenečena in zelo vesela. Pričeli so se skupni treningi. Na začetku sem bila skeptična glede Ajkine pomoči. Ajka mi je s svojim znanjem dokazala, da me lahko varno pospremi na drugo stran ceste. Zaradi navedenega razloga, se je moje zaupanje vanjo, z leti, krepilo. Na koncu si nisem znala predstavljati poti brez nje. Ajka mi je brezpogojno vračala ljubezen in mi izboljšala socialne stike z videčimi, mi izboljšala orientacijo in prostorsko predstavo ter pomagala pri premagovanju strahu pred prečkanjem ceste. Sedaj, ko vsakodnevne poti opravljam brez nje, opažam, da nimam toliko socialnih stikov z ostalimi ljudmi. Opažam pa tudi, da sem dokončno premagala strah pred prečkanjem ceste.

28. Ali si imela kdaj občutek, da sem izkoriščala pomoč družine? Prosila bi te, če lahko poveš svoje izkušnje o tem kako videči dojemajo slepe in zakaj je tako? Družina ti je vedno stala ob strani in ti pomagala po svojih najboljših močeh. Ponujene pomoči nikoli nisi izkoriščala, saj si tudi sama želela postati samostojna. Znali smo oceniti kje potrebuješ našo pomoč: prevozi, izpolnjevanje vlog in obrazcev .. in katere stvari lahko opraviš samostojno. Hitro smo ugotovili, da si zelo samostojna in da našo pomoč potrebuješ le v izjemnih primerih.

Družba slepe dojema kot nebogljene, saj je premalo podučena o slepoti in o tem, kaj slepi zmorete in znate. Ko opazujem slepe in videče v vsakdanjem življenju, opažam, da smo videči pogosto vsiljivi z nudenjem pomoči. Moje mnenje je, da bi morala biti družba bolj ozaveščena.

Tvojemu mnenju bi se rada pridružila tudi sama. Družina mi nikoli ni dajala občutka, da sem uboga ali nebogljena; ravno obratno: vsi ste želeli, da postanem čim bolj samostojna, zato ste pomagali izključno tam, kjer sem vašo pomoč resnično potrebovala.

Družba slepe dojema kot nebogljene zaradi prepričanja, da večine stvari nismo zmožni opraviti samostojno, zato se jim slepi pogosto smilimo. Zaradi pretirane pomoči videčih, slepi pogosto postajajo še manj samostojni in bolj odvisni od videčih. Po drugi strani pa je pomoč videčih pogosto vsiljiva in nepotrebna. Slepim se pot naučimo na pamet, zato nas nepotrebna pomoč videče osebe lahko zmoti. Videči so pogosto užaljeni, ko zavrnem njihovo

pomoč. Zgodilo se je že, da so me pustili sredi travnika, iz katerega se nisem znala orientirati. Videčim svetujem, da še vedno ponudijo pomoč slepemu, vendar naj prej prijazno vprašajo slepo osebo. V primeru, da slepa oseba vašo pomoč potrebuje, ji ponudite komolec in jo pospremite do zelene lokacije. Če slepa oseba vašo pomoč zavrne, pa jo pozdravite in jo pustite na istem mestu, kjer ste jo srečali.

Bela palica je simbol slepote in pripomoček, ki nam pomaga pri orientaciji. Tega dejstva sem se začela zavedati šele pred dobrimi 10 leti, ko mi je umrl dedek. Vse do takrat je bil on tisti, ki me je spremljal v in iz šole, zato sem se bele palice branila. Ko sem obiskovala osnovno šolo, sem imela ure orientacije tudi v domačih Trbovljah. Po zvoku motorja, sem prepoznala družinski avto in hitro skrila palico. Strah me je bilo, da bi mama videla, da sem zaznamovana. V letih odraščanja sem ugotovila, da vam niti nisem ponudila priložnosti, da bi dokazala kako sem samostojna. Slepim, ki želite postati bolj samostojni, svetujem, da čim prej v roke vzamete belo palico in jo sprejmete za svojo prijateljico. S tem boste sebi in drugim dokazali, da ste samostojni in svobodni.

3. šola za starše

Puberteta

Monika Šivic, vzgojiteljica v domu Centra IRIS

monika.sivic@center-iris.si

Z izrazom puberteta označujemo morfološle in fiziološke telesne spremembe ob dozorevanju otroka v odraslo spolno bitje, žensko oziroma moškega. Ker telo ni ločeno od duševnosti, se v tem obdobju spreminja tudi ta. In ker smo socialna bitja, ki učinkovito zadovoljujemo svoje potrebe le v odnosih z drugimi ljudmi, se moramo s to spreminjajočo se podobo vključevati v družbo. Bolj celosten izraz za obdobje od zgodnjih najstniških let pa nekje do dvajsetega leta je mladostništvo ali adolescenca. Značilnost mladostnikov je, da se odcepljajo od staršev. Od osebnosti enih in drugih, družinske dinamike ter ožjega in širšega okolja je odvisno, kakšno bo to obdobje. Mladostnike označuje uporništvo, širijo meje svoje svobode, svoje potrebe tešijo predvsem v družbi vrstnikov. Dogajajo se hitre hormonske spremembe, ki jim psiha ne sledi nujno v istem tempu. Mladostniki so občutljivi in prav zaradi tega tudi socialno učljivi – žal na lastnih napakah. Zato se pogosto zgodi, da je ta doba odraščanja zelo naporna, in sicer tako za starše kot za otroke.

Starši imamo izkušnje in vedenje, kakšne so zahteve odraslega življenja, najstniki pa samo mislijo, da vse vedo. Zato jim želimo stati ob strani in jih podpreti pri razvijanju v tisto smer, ki se nam zdi prava in za naše otroke koristna in jim preprečiti napake. Saj jih imamo radi in želimo, da jim bo dobro. Največ nam bodo povedali in najbolj nas bodo slišali v trenutkih, ko se bomo uspeli povezati z njimi.

Tudi otroci s posebnimi potrebami doživljajo odraščanje z vsemi spremembami, ki jih to prinese. Pri pubertetnikih z zmerno ali težjo motnjo v duševnem razvoju je še posebej težko, saj jih pogosto novi občutki zmedejo in svojih stisk ne znajo ubesediti in jih deliti, niti z odraslimi niti z vrstniki. Zato imajo lahko še hujša čustvena nihanja in uporništvo se lahko pokaže kot fizična napadalnost, kar zahteva strokovno pomoč. Slep, slabovidni najstniki in najstniki z lažjo motnjo v duševnem razvoju pa se v tem obdobju še posebej zavedo svoje drugačnosti. Lahko odklanjajo pripomočke, ki opozarjajo na to drugačnost in se trudijo biti čimbolj taki kot njihovi vrstniki. Lahko pa poudarjajo svoje posebne potrebe in se obesijo na tujo pomoč tudi tam, kjer bi zmogli sami. Idealno je, če sprejmejo svoje omejitve in izkoristijo svoje sposobnosti. Tu potrebujejo ustrezno spodbudo staršev. Glede na poznavanje svojega otroka je smiselno razmisliti, katera oblika je trenutno zanj najboljša, inkluzivna ali segregirana. Vsako življenjsko obdobje se gradi s predhodnim. Zato je že v otroštvu potrebno veliko trdega dela z otrokom. Učimo ga osnovne socializacije in urejenosti, spodbujamo ga pri samostojnosti in uporabi pripomočkov, pomagamo mu razvijati bralne navade in širiti obzorje, spodbujamo ga, da razvija svoje talente. Pomagamo mu tudi sprejeti njegove omejitve. Vse laže steče, če svojega otroka sprejmemo takega, kot je.

V obdobju mladostništva se nadgrajuje vse, kar najstnik že zna iz otroštva. Nadgrajujejo se socialne spretnosti, primerna urejenost, suverena uporaba pripomočkov in samostojnost, razgledanost in seznanjenost z aktualnimi dogodki in temami. Ker se najstnik osamosvaja, je posebej pomembna vsebina v tem obdobju varnost. Poleg tega, da zna prositi za pomoč in jo ustrezno sprejeti, naj jo tudi kdaj ponudi. Pomembno se je pogovarjati in se pametno odločiti za srednjo šolo, študij in



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI SKLAD
SOCIALNI SKLAD
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST

poklic oziroma realno presoditi, kakšen način življenja bi bil najbolj ugoden za posameznika v odrasli dobi.

Vsak človek je edinstven, naši otroci s posebnimi potrebami niso nobena izjema. Starši jih najbolj poznate in ste jim z veliko ljubezni, s svojimi izkušnjami in znanjem lahko neprecenljiva opora pri odraščanju.

SOROJENCI OTROK S SLEPOTO IN SLABOVIDNOSTJO OZ. OTROK Z OKVARO VIDNE FUNKCIJE

DR. MATEJA MALJEVAC,

mateja.maljevac@center-iris.si

POZITIVNI VIDIK ŽIVLJENJA Z BRATOM ALI S SESTRO Z OKVARO VIDA

LOJALNOST

Mnogi sorojenci so do svojih bratov in sester z okvaro vida zaščitniški in jih branijo pred neprimernimi komentarji ali dejanji. Kasneje v življenju pogosto zavzamejo aktivno vlogo pri delu z osebami s posebnimi potrebami.

PERFEKCIONIZEM

Sorojenci želijo olajšati stres staršev in nadomestiti omejitve, ki jih ima brat ali sestra s tem, da se trudijo biti popolni in uspešni na različnih področjih (npr. v šoli, v športu ...)

ZRELOST

Mnogi sorojenci, ki so odrasli z bratom ali s sestro z okvaro vida, poročajo, da jih je ta izkušnja naredila zrelejše, bolj razumevajoče, samostojnejše in potrpežljive.

SPREJEMANJE DRUGAČNOSTI

Sprejemanje drugačnosti je za sorojence vsakdanja stalnica. Izkušnje, ki jih imajo v lastni družini, jim pomagajo razumeti, da nam ljudje, ki so drugačni od nas, lahko zelo veliko dajo in obogatijo naše življenje.

SAMOPODOBA

Študije s področja socialnih kompetenc so si velikokrat nasprotujoče, vendar pa je tudi nekaj takih, ki kažejo, da imajo sorojenci otrok s posebnimi potrebami več socialnih kompetenc in kažejo bolj prosocialno vedenje v primerjavi z njihovimi vrstniki.

PONOS

Sorojenci svojega brata ali sestro poznajo bolje kot kdorkoli drug in dobro vedo koliko truda mora vložiti, da stvari naredi ali se jih nauči. Zato upravičeno pogosto doživljajo tudi čustva ponosa.

IZZIVI ŽIVLJENJA Z BRATOM ALI S SESTRO Z OKVARO VIDA

Pogosto pa se tudi sorojenci znajdejo v stiski in doživljajo široko paleto negativnih čustev. Zelo pomembno je, da kot starši ta stanja prepoznamo in jih ne obsojamo.

PRETIRANA IDENTIFIKACIJA

Sprašujejo se, ali tudi sami nimajo istih težav kot brat ali sestra. Pretirana identifikacija zahteva odkrit pogovor znotraj družine in točne informacije o bratovi ali sestrični bolezni, motnji ali primanjkljaju.

SRAM

Sorojence je pogosto sram pred neželjeno pozornostjo zaradi brata ali sestra. Pri slepih to najpogosteje izzovejo stereotipna vedenja v javnosti (npr. pozibavanje, mencanje oči ipd.) ali jih v zadrego spravijo nelagodna vprašanja okolice.

KRIVDA

Občutke krivde doživljajo veliko pogosteje kot njihovi vrstniki. Krivda se generalno pojavlja na več nivojih:

1. Občutek odgovornosti zaradi posebnih potreb brata ali sestre npr. ostalim pretirano pogosto pojasnjujejo, da njihov brat ali sestra kljub temu, da ne vidi dobro, zmore vse kot ostali.
2. Krivda preživelega: Sprašujejo se, zakaj se izguba vida ni zgodila njim samim in si želijo, da bi zamenjali vloge.
3. Krivdo občutijo zaradi svojih sposobnosti in zdravja.
4. Ali zaradi tipičnih konfliktov bratom ali sestri npr. v prepiru vedno popustijo, sicer jih preplavi občutek krivde.
5. Krivda zaradi ne-pomoči: ne želijo zapustiti doma, saj ne bi mogli pomagati bratu ali sestri.

IZOLACIJA

Zaradi posebne situacije v družini se lahko počutijo izolirane in drugačne v primerjavi s sovrstniki.

POMANJKANJE POZORNOSTI STARŠEV

Zaradi obremenjenosti staršev z bratom ali sestri, ki zaradi okvare vida potrebuje več pozornosti, se lahko počutijo zapostavljene in izolirane od staršev. Pozornost staršev skušajo včasih pritegniti z negativnim vedenjem.

ZAMERA

Predvsem predšolski otroci velikokrat zamero pokažejo zelo eksplicitno, ko brat ali sestra dobi več pozornosti oz. časa. Zamera se lahko pojavi tudi zaradi družinskih opravil, ki jih bratu ali sestri z okvaro vida ni potrebno opraviti.

PRITISK, ŽELJA PO USPEHU

Zavedno ali nezavedno lahko starši na sorojence pretirano pritiskajo in prek njihovega uspeha kompenzirajo omejitve, ki jih ima brat ali sestra z okvaro vida.

5 NASVETOV ZA DOBRE ODOSE MED BRATI IN SESTRAMI

IMEJTE ENAKA PRIČAKOVANJA

Npr. pravično razdelite hišna opravila. Tudi slep otrok lahko pripravi pogrinjke za kosilo ali zloži oprane nogavice.

VKLJUČEVANJE

Sorojenci se med seboj učijo spontano. Če se slep otrok uči brajice, naj se učenju priključi tudi brat ali sestra, v kolikor to želi. Potem si lahko med sabo izmenjujeta skrivna sporočila, ki jih večina ne zna prebrati.

ZABAVNE AKTIVNOSTI ZA VSO DRUŽINO

Ko planirate družinski dopust ali izlet, upoštevajte želje in potrebe vseh članov družine. Npr. obiščite razstavo tipnih slik na željo slepega otroka in pojdite na vožnjo z avtomobilčki v lunapark na željo brata ali sestre.

UČENJE INTERAKCIJE

Socialno učenje je za slepe in slabovidne otroke eno najtežjih oblik učenja zaradi odsotnosti posnemanja. Preigravajte različne situacije in kontekste, v katerih se lahko znajde otrok z okvaro vida, da bo znal ustrezno reagirati nanje. Npr. igrajte igro vlog kako naj ustrezno zaprosi za igračo sovrstnika.

ODPRTA KNJIGA

Predvsem pa bodite starši odprti do vprašanj. Razložite sorojencem bratovo/sestrino diagnozo, zakaj slabše vidi, kakšno je trenutno stanje vida. Ne izogibajte se pogovorom o tej temi, da ne postane tabu tema.

Lažje je, če spregovorite zgodaj in nivo pogovora prilagodite trenutnim otrokovim možnostim razumevanja.

NAMESTO ZAKLJUČKA

Ustvarjanje prijetne družinske klime ni enostavno, odnose je potrebno negovati in vanje neprestano vlagati. Zagotovo pa je to ena najboljših popotnic, ki jih lahko daste vsem otrokom v družini. Zaradi njih je vredno.

ŽELIM IZVEDETI VEČ (VIRI IN LITERATURA)

Coleman, E. (2020). Five Tips to Encourage Healthy Relationships. Pridobljeno 10. 12. 2020 s <https://familyconnect.org/after-the-diagnosis/emotional-impact/5-tips-to-encourage-healthy-relationships-with-siblings/>

Sagadin, N. (2013). Sorojenci v družini z otrokom s posebnimi potrebami (diplomsko delo). Ljubljana: Pedagoška fakulteta. Pridobljeno 12. 12. 2020 s http://pefprints.pef.uni-lj.si/1751/1/DIPLOMSKO_DELO.pdf

4. šola za starše

OSNOVE IKT

Grega Hribar, Mateja Jenčič

grega.hribar@center-iris.si

Pripravili smo nekaj kratkih videov, simulacij, dokumentov in povezav, ki starše (ali tiste, ki bi jih zanimalo) poučijo osnove IKT.

Snov je razdeljena v 7 sklopov:

- ~ Uvodna beseda in predstavitev;
- ~ Računalnik in zdravje;
- ~ Nastavitve v Windows 10;
- ~ Računalnik brez miške;
- ~ Podporna računalniška oprema;
- ~ Slepo desetprstno tipkanje;
- ~ Vprašanja, pobude, komentarji.

Vse gradivo je dostopno prek spletne strani Centra IRIS v Arnesovih učilnicah:

<https://ucilnice.arnes.si/course/view.php?id=68021> ali preko

<http://strokovnicenter.splet.arnes.si/svetovanje-in-izobrazevanje/sola-za-starse/> .