

Feladatok gumi karikákkal

Hannah Harboe fizioterapeuta szerint:

A gyerek olyan 10 hónapos korától kezd járni tanulni a 18. hónapig. Megtanulni járni hatalmas mérföldkő egy gyerek fejlődésében. Annak ellenére, hogy járni tanulás időszaka elég széles skálán mozog, a szülők hajlamosak aggodalmaskodni, ha egy éves korában még nem tud önállóan járni. Ebben az esetben a szülők aggodalma, megalapozatlan. Sok gyerek még korábban is elkezd maga járni, mielőtt betöltené a 18. hónapot. Amikor a gyerek már önállóan képes járni, azonban még nem akarja a szülő kezét elengedni, annak pár oka lehet:

- Ha a gyermek egyensúly rendszere túl reaktív / önkéntelenül cselekvő/, nehezebben tartja meg az egyensúlyát.
- Pszichológiai szempontból, a gyermeknek még szüksége van támogatásra, pl. ha másik testvér miatt kicsit háttérbe szorult.
- Ha gondot okoz egy dologra összpontosítani, mert szétforgácsolódik a gyermek figyelme.
- Izületek stabilitásának hiánya lehet a következő probléma.

A járás gyakorlásánál a gyerek karja a feje fölött van, ez a szülő – gyerek közötti magasság különbségéből adódik. Több szempontból is nem elfogadható ez a módszer pl. a felnőtt le veheti így a súly nagy részét a gyerek lábáról, ezáltal nem érez nyomást a csípő, térd és boka izületeire, melyek stimulálják a külső ingerek befogadását mely fejleszti a stabilitást. Ha a gyerek felnőtt kézbe kapaszkodik, a felnőtt irányítja a járás folyamatát, amely nem feltétlenül a gyerek egyensúlyára vonatkozik, mivel az irányt a felnőtt kéz adja meg, mintsem a gyerek lábai.

A karika készlet gumi karikákból áll, kellemes tapintású. Különféleképpen is felhasználhatóak: Nagyon jó segédeszköz dobáláshoz és elkapáshoz, vagy akadálypálya kijelölt helyeiként is használhatjuk. Egyensúlyát is edzheti a gyerek azzal, hogy fejére helyezett karikával járkál, miközben egyensúlyozni próbál. A gazdag színek serkentik az

érdeklődést. A karika átmérője a kis kezeknek is biztos markolatot /kapaszkodást engedélyez.



Esettanulmány:

Péter egy 18 hónapos fiúcska. Még kisgyerek. Koraszülött volt, ezért sokkal óvatosabb és érzékenyebb, mint más gyerekek. A szülők össze vannak zavarodva, mivel nem képes önállóan járni. Egy ideig az asztal körül járkált, és imád az apja kezét fogva járkálni. Egyedül azonban nem akar járni, ha elveszíti egyensúlyát gyakran megremeg.

Felmértem a helyzetet és rájöttem hogy általános szenzorikus érzékenységről van szó, /és prerekatív vesztibuláris rendszerről/.

Péter nem nagyon jött lázba a közelségtől, vagy érintésetől. Az edzés ezért úgy folyik le, hogy biztos távolságban ülök és vezetem a szülőket, akiknek Péterrel kell a gyakorlatokat végrehajtaniuk a találkozó alatt. A folyamatos tréningek megkövetelik, hogy megismerjen engem, és a helyiséget minden berendezéssel együtt. Ha Péter rájön, hogy önállóan is tud járni, az elegendő egyensúlyi stimulációt/ ösztönzést ad neki. Irányítás érzetet nyújt számára, hogy kordában tudja tartani testét. Tapasztalataim azt mondják, ha a gyerekek pozitív tapasztalata van az egyensúly megtartásával kapcsolatban, annak kihatása lesz a többi területre is, ahol egyébként nem érzi magát biztonságban és érzékenyen reagál.

A tréning alatt Péter és apukája együtt gyakorolja a járást az én utasításaim alapján. Péter anyukája lejegyzí azokat és videó felvételt készíí róla. Ezzel bebiztosítjuk, hogy a szülők megértették a feladatok lényegét és önállóan is el tudják végezni azokat.

Végül megtanítom Péter szüleit hogyan ingereljük Péter érzékeit, és hogy legyen megfelelő szünet is a „kifújásra és megnyugvásra“. Átadom a tapasztalataimat nekik, hogy támogassák Péter önálló mozgását, járását.

Péter boldog amikor a gyakorló lócám körül köröz. Az apuka szülővel ösztönzi, hogy végrehajtsa egy pontból – a másik pontba való átjutást. Amikor Péter biztosabb lábakon áll, az apukája odanyújtja a gumi karikát a kezébe. Péter még a lócát használja biztos támasznak. Apukája megfogja Pétert, hogy lássa erősen kell kapaszkodnia. Az apuka finoman húzza a karikán



keresztül Pétert, aki folyamatosan távolodik a lócától. Péter előre halad a karikát fogva. A trükk az, hogy a szülő a karikát a gyerek szívmagasságában tartsa, hogy biztosítsa a gyerek lábaira nem nehezedik nagy súly. A karikával való járkálás az egyensúly megtartását igényli/ inkább arra figyel, mintsem a kéz fogására/. A szülők megkapták a karikákat, hogy már hazatértük után is gyakorolhassanak. Más nap felhívtak és azt mondták, hogy Péter a karikával járkál otthon. 10 perc után az apa elengedte a karikát, Péter tovább járkált a karikával a kezében. Egy hét gyakorlás után, Péter már egyedül képes járni. Mindkét szülő felhőtlenül boldog.