

## **FUNKCJONALNA TERAPIA RĘKI – wspieranie rozwoju samodzielności dziecka ze spektrum autyzmu.**

Podstawowym założeniem wychowania każdego dziecka jest stworzenie najkorzystniejszych warunków wszechstronnego rozwoju i przygotowanie do podjęcia w pełni samodzielnego życia.

Wcześnie podjęta profesjonalna interwencja zwiększa szanse na wyrównanie pojawiających się deficytów.

Dziecko z autyzmem....

- Duże problemy w nawiązywaniu kontaktów społecznych, ze względu na zaburzenia komunikacji ( to nie tylko mowa, ale też gesty, mimika, często agresja lub samouszkodzenie pełnią funkcję komunikacyjną).
- Częste występowanie echolalii (odroczonej lub natychmiastowej), które polegają na powtarzaniu usłyszanych wcześniej lub przed momentem słów, a nawet całych wypowiedzi.
- Występowanie mowy stereotypowej np. powtarzanie usłyszanych reklam, informacji z wiadomości wieczornych i innych. Mowa taka nie ma żadnych właściwości komunikacyjnych, natomiast wywołuje niepotrzebne pobudzenie i utrudnia rozwój zainteresowań.
- Trudności w samoobsłudze, czynnościach codziennych związane z upośledzonym obrazem ciała i brakiem świadomości własnego ciała w przestrzeni.
- Problemy z rozwojem motorycznym (może być nieharmonijny oraz zróżnicowany); czasami dziecko wydaje się być niezdarne lub przeciwnie bardzo sprawne co wiąże się z nadpobudliwością psychoruchową.
- Problemy w zakresie planowania motorycznego (praksja).
- Zła świadomość własnego ciała; zaburzenia w zakresie różnicowania dotykowego (umiejętność uczenia się o rozmiarze, kształcie i fakturze przez dotyk bez korzystania ze wzroku).
- Niepewność grawitacyjna. Strach przed upadkiem, wysokością; niepewność posturalna ( reakcje lękowe na zmiany pozycji własnego ciała).
- Niskie napięcie mięśniowe; problemy z samodzielnym ubieraniem się, niezgrabność ruchowa („wpadanie na przedmioty”).
- Stereotypie ruchowe – wprowadzanie w ruch ciała (kiwanie się, trzepotanie rękami, wprowadzanie w ruch przedmiotów np. kręcenie pokrywkami, podrzucanie przedmiotu).
- Sztywność w funkcjonowaniu ( nadmierne przywiązywanie się do przedmiotów i schematów).

- Zaburzenia rozwoju poznawczego (niepełnosprawność intelektualna występuje u 70-75% badanych przypadków autyzmu).

## WAŻNE...

U dzieci z zaburzoną sprawnością ruchową podczas wykonywania różnych czynności występuje bardzo duże napięcie mięśni, często usztywniające rękę, a przez to uniemożliwiające dostateczne kierowanie ruchami. **Poprawienie sprawności manualnej** ma na celu lepsze radzenie sobie dziecka w czynnościach wymagających wykonywania drobnych, precyzyjnych ruchów ręki, pisania lub odwzorowywania.

## USPRAWNIANIE RĄK DZIECKA

- Stosować zasadę stopniowania trudności.
- Początkowo dziecko może wykonywać duże ruchy całą ręką np. ugniatać masy plastyczne, mieszać materiały sypkie, przesypywać piasek, groch, kasztany, malować dłońmi.
- Równoległe z ćwiczeniami rozluźniającymi i wpływającymi na płynność ruchów prowadzimy ćwiczenia usprawniające palce i przygotowujące dziecko do wykonywania czynności wymagających większej sprawności manualnej.

Test AHA (Assisting Hand Assessment) – ocena ręki wspomagającej to narzędzie do pomiaru efektywności z jaką dzieci z jednostronną dysfunkcją ręki wykorzystują tę rękę, przy współpracy dobrze funkcjonującej ręki, do realizacji zadań wymagających dokonywania czynności oburącz. AHA - od 10-15 min. sesja przyjemnej, częściowo zaplanowanej zabawy z wykorzystaniem wyselekcjonowanych zabawek, wymagających użycia obu rąk. Ocenie podlega 20 elementów, każdy w ramach 4-ro punktowej skali + wywiad z dzieckiem.

## SPOSOBY USPRAWNIANIA GRAFOMOTORYKI

- Spontaniczny ruch
- Zabawy w rysowanie:
  - rysowanie patykiem po piasku,
  - mazanie palcem zmoczonym w farbie po papierze,
  - odciskanie zamalowanej farbą dłoni, stopy,
  - obrysowywanie dłoni i stóp,
  - rysowanie wg szablonów,
  - rysowane wyliczanki, wierszyki,
- Ćwiczenia kształtujące prawidłowy uchwyt i regulujące napięcie mięśniowe rąk
- Ćwiczenia kształtujące nawyki ruchowe związane z kierunkiem pisania:
  - rysowanie szlaczków rozpoczętych od lewej strony,
  - kreślenie linii pionowych (z góry w dół) i poziomych (z lewej do prawej),
  - ćwiczenia w rysowaniu okręgów i spirali w obu kierunkach.
- Ćwiczenia usprawniające koordynację wzrokowo-ruchową (ćw. grafomotoryczne, w których czynności odbywają się pod ścisłą kontrolą wzroku):
  - zamalowywanie obrazków,

- kalkowanie,
- łączenie kropek,
- rysowanie po śladzie,
- kończenie szlaczków,
- odwzorowywanie rysunków.
- Ćwiczenia ruchowo—słuchowo-wzrokowe
- Ćwiczenia rozwijające orientację w schemacie własnego ciała i przestrzeni:
  - nazywanie części ciała, orientacja w schemacie własnego ciała: podaj lewą rękę, tupnij prawą nogą...,
  - orientacja w przestrzeni: idź 2 kroki do przodu, do tyłu, na prawo, w lewo,
  - ćw.graficzne: zaznacz kreską prawy róg, u góry narysuj zieloną kreskę ...
- Utrwalenie poprawnego odtwarzania liter:
  - Lepienie liter z plasteliny, modelowanie z drutu, wycinanie z papieru,
  - wodzenie palcem po liniach wyciętych z papieru ściernego,
  - rysowanie liter na tackach z piaskiem,
  - układanie wyciętej litery w różnych pozycjach.

### PROGRAM TERAPII RĘKI

„Program terapii ręki” ma na celu usprawnianie tzw.motoryki małej, czyli precyzyjnych ruchów dłoni i palców, jak również dostarczania wrażeń dotykowych i poznawania dzięki nim różnych kształtów i struktur materiałów oraz nabywanie umiejętności ich rozróżniania.

W programie wykorzystuje się ćwiczenia i zabawy rozwijające sprawność ruchów całej ręki dziecka, sprawność manipulacyjną dłoni, umiejętność chwytu oraz koordynację między dłońmi. W późniejszym etapie obejmuje też umiejętność pisania. Wszystkie proponowane ćwiczenia i zabawy mają swoją kolejność i nie mogą być stosowane w sposób przypadkowy.

### SCHEMAT ZAJĘĆ

1. Powitanie
2. Stymulacja proprioceptywna
3. Seria ćwiczeń rozmachowych
4. Seria ćwiczeń manualnych
5. Seria ćwiczeń precyzyjnych
6. Relaks
7. Pożegnanie

Artykuł został sporządzony na podstawie prezentacji prowadzącej szkolenie „Funkcjonalna terapia ręki – wspieranie rozwoju samodzielności dziecka ze spektrum autyzmu” – mgr Marty Ir.

## PALUSZEK I GRUSZKA

To jest kciuk - najgrubszy paluszek,



To wskazujący, co narwie nam gruszek,



Ten trzeci je podniesie,



A czwarty do domu zanieś.



A ty mamy maluszka,  
Co wrzuca gruszki do brzuszka.



## GRZYBKI

W lesie grzyby sobie rosły.



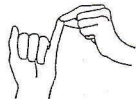
Nagle wszystkie się podniosły.



Ujrzały zająca.  
Wszystkie się schowały.  
Tylko nie ten mały.



Przyszedł zając,  
Ugryzł go,



Wszystkie grzyby mówią: „Sio!”

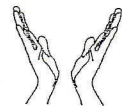


## WITAJĄCE SIĘ RĄCZKI

Dwie rączki się spotkały,  
Więc się przywitały.



Najpierw zakłaskały,



Później się pogłaskały.



Mocno się ścisnęły,  
Bo się dawno nie widziały.



Jak się przywitały,  
No to pogadały.



## KOMINIARZ

Idzie kominiarz



po drabinie...



po drabinie...



po drabinie...



fiku-miku  
już w kominie.

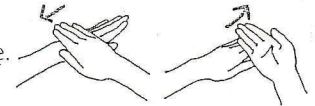


## KANAPKA

Najpierw chleb pokroję,



Masłem posmaruję.



Na to ser położę,



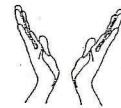
Pomidora też dołożę.



I posolę, i popieprzę,  
Żeby wszystko było lepsze.



Już nie powiem ani słowa,  
Bo kanapka jest gotowa.



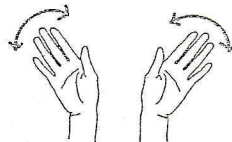
Gdy się pogłaskały,  
To się żegnać zaczynały.  
Znowu zakłaskały,



Znów się pogłaskały.



Mocno się ścisnęły,



A na koniec pomachały.