

# Af hverju sjónrænt skipulag? Grundvallaratriði

Jarprúður Þórhallsdóttir

# Við höfum öll þörf fyrir að vita:

- ▶ Hvert við erum að fara
- ▶ Hvað við erum að fara að gera
- ▶ Hvernig við eigum að gera
- ▶ Hversu lengi
- ▶ Og hvað gerist svo

Lítill börn treysta foreldrum sínum og hafa öryggi hjá þeim.

Flest okkar sem erum fullorðin stýrum okkur sjálf og undirbúum okkur fyrir það sem til stendur.

# Þátttakendur

- ▶ Margir þeirra sem koma í Fjölmennt hafa öðruvísi skynjun og skynúrvinnslu og eiga því erfitt með að lesa í umhverfi og aðstæður. Þetta á við um alla þá sem eru á einhvefurófi.
- ▶ Flestir eru lengur að skilja umhverfi og aðstæður, það sem er sagt og setja í samhengi.
- ▶ Að hafa sjónrænar upplýsingar jafnar aðstöðumun og gefur meiri möguleika á virkri þátttöku.

# Fólk á einhverfurófi

- ▶ Hegðun/viðbrögð margra stjórnast af skynáreitum í umhverfi.
- ▶ Upplifa oft mikil óþægindi – sársauka vegna áreita.
- ▶ Mikill dagamunur.
- ▶ Hleðst upp spennan – þola ákveðið mikið.
- ▶ Of lítil skynjun – of mikil skynjun/ofurnæmni, sveiflast til á ófyrirsjáanlegan hátt.
- ▶ Óvissa – að vita ekki hvað stendur til eða til hvers er ætlast getur hrint þeim fram af brúninni.

# Tilvitnanir

- ▶ „Hvella hljóðið og skæru ljósin var meira en nóg til þess að ofhlaða skilningarvitin. Höfuðið varð þungt, maginn fór á fullt, púlsinn rauk upp og hjartað hamaðist þar til ég fann öruggt svæði.“

L. H. Willey

# Tilvitnun

- ▶ „Skynofhleðsla af völdum skærra ljósa, flúorljósa, lita og mynstra kalla fram viðbrögð líkamans eins og ráðist hafi verið á hann eða hann orðið fyrir sprengjuárás. Og kemur fram í líkamlegum einkennum eins og höfuðverk, kvíða, skelfingu, árás eða yfirgangi (agression).“

Donna Williams

# Önnur skynjun

Dæmi um skynofhleðslu:

<https://vimeo.com/52193530>

# Skynjun og skynúrvinnsla

- ▶ Við fáum allar upplýsingar frá umhverfinu í gegn um skilningarvitin fimm.
- ▶ Við nemum áreiti í umhverfinu, síum frá þau sem við ætlum ekki að nota, samhæfum hin, túlkum og berum saman við fyrri reynslu og hegðum okkur (oftast) í samræmi við aðstæður og það markmið sem við höfum.
- ▶ **Gerist sjálfkrafa – þurfum ekki að hugsa eða eyða orku í það; hjá flestum. Vantar síu hjá einhverfu fólki.**



# Skynofhleðsla (sensory overload)

„Of mikið af upplýsingum koma inn í einu. Heili minn gæti verið ófær um að sía frá það sem skiptir ekki máli svo sem bakgrunnshljóð, veggfóðrið, tilfinningu fyrir fötunum á húðinni eða fólki á hreyfingu. Þetta þýðir að ég þarf að reyna að vinna úr öllum þessum áreitum í einu í stað þess að vinna eingöngu úr þeim sem skipta máli.“

L. H. Willey



# Skipulögð kennsla –TEACCH

Kemur afar vel til móts við þarfir vegna óvenjulegrar skynjunar – sérstakrar menningar.

Óvissuþáttum fækkað – meira öryggi  
Hjálpar fólki til að líða betur og ná stjórn á hegðun /viðbrögðum sínum.

Höfuðstöðvar í Norður - Karolinu. TEACCH stendur fyrir Treatment and education for autistic and related communication handicapped children.

- <http://teacch.com/>

# Skipulögð kennsla – TEACCH

- ▶ Alhliða þjónustulíkan þróað fyrir einhverft fólk og fjölskyldur þeirra í N– Karólínufylki í USA, fyrst sett fram 1965. Sjá nánar á heimasíðu Greiningar- og ráðgjafarstöðvar

<https://www.greining.is/is/fraedsla-og-namskeid/thjalfunar-og-kennsluadferdir/skipulogd-kennsla>

# TEACCH hugmyndafræðin

Mismunandi menning – viðhorf

- ▶ „... virða persónuleika hvers einhverfs einstaklings og kenna honum út frá hans eigin menningu hvernig aðlagast má samfélaginu á sem bestan hátt. Við vinnum samtímis að því að efla þekkingu og skilning viðkomandi og aðlaga samfélagið að sérstökum þörfum hans.” (Úr “Menning einhverfs fólks” á einhverfa.is).

# TEACCH – skipulag – að vera áttaður í tíma og rúmi

- ▶ Augljósar sjónrænar vísbendingar.
- ▶ Upphaf og endir gert greinilegt, athafnir fyrirsjáanlegar – verkefni afmörkuð í tíma og rúmi.
- ▶ Ákveðið skipulag, rútína.
- ▶ Aukið sjálfstæði fyrir einstaklinginn, meiri virðing – aukið öryggi.
- ▶ **Samvinna við þá sem þekkja viðkomandi best.**

# TEACCH skipulag

- ▶ **Undirbúningur fyrir það sem til stendur alltaf !**
- ▶ Hvert á að fara?
- ▶ Hvað á að gera?
- ▶ Hvernig á að gera?
- ▶ Hversu lengi?
- ▶ Hvað gerist næst?

# Skipulögð kennsla –TEACCH

## Grunnverkfæri

- ▶ Tafla í lit og töfluspjöld í sama lit. Einnig vasi undir myndir sem teknar eru niður af töflu – BÚIÐ vasi
- ▶ Nafn þátttakanda og helst mynd efst
- ▶ Stöðvar upplistaðar á töflu
- ▶ Fyrsta stöð er oft um það hvernig dagskráin verður – tala saman
- ▶ Á hverri stöð er verkefnaöð eða tímalína og töfluspjald aftast til að vísa leiðina að töflu.
- ▶ Lokastöð – stundum gott að tala saman í lokin, þá sérstök stöð fyrir það
- ▶ Fatahengi
- ▶ Bíðaspjald eða tímavaki (sjónræn klukka) ef bíða þarf eftir bíl
- ▶ Síðast er alltaf merki um að fara heim/næsta stað (bíll eða annað)

# Dæmi um útfærslu TEACCH hjá Fjölmennt

- ▶ Hér á eftir er dæmi um útfærslu frá Hrefnu S. Sigurnýasdóttur, kennara hjá Fjölmennt.
- ▶ Í dæminu vantar töflumiða aftast í sundurliðuðu verkefnin. Hér hentaði að kennari væri með töflumiða og rétti viðkomandi þegar átti að fara aftur að töflu.
- ▶ Einnig var í þessu dæmi mikilvægt að geta gengið frá töflu og vasa og setja á sinn stað – úr augsýn, áður en hægt væri að yfirgefa kennslustofuna.



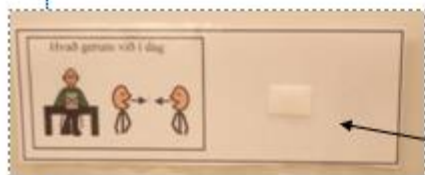
# Að vera í matreiðslu



Ég fer í matreiðslu í stofu 10 í Fjölmennt.



Þar nota ég myndræna töflu.



Ég tek mynd af töflunni með mér á vinnustöðina. Ég para saman við myndina þar.



Á fyrstu vinnustöðinni skoða ég með Hrefnu kennara hvað ég ætla að gera í dag.



Við skoðum uppskriftirnar.



Síðan tek ég töflumiða og fer að töflunni

# Að vera í matreiðslu



Ég geng frá töflblaðinu á sinn stað.



Allt á sinn stað.



Ég tek miða um að búa til mat og para við eins miða á veggnum.

Ég nota myndrænar uppskriftabækur.



Ég sé í matreiðslubókinni hvað ég á að gera næst.



Þegar ég er búinn að para myndina við tek ég úr uppþvottavélinni og geng frá því í skápa og skúffur.



Þegar ég er búinn að para myndina við legg ég diska og hnífapör á borðið.

Ég set glös fyrir alla og vatn í könnu. Ég set matinn á borðið og segi gjörið svo vel.



Þegar allir eru búnir að borða þarf að ganga frá.

Fyrst para ég myndina við.



Ég tek af borðinu, skola og set í uppþvottavélina.

# Að vera í matreiðslu



Ég þurka af borðunum



Ég fer úr svunntunni og hengi hana á snaga.



Að lokum tek ég miða af töflunni sem segir mér að taka töfluna og vasann og ganga frá í ofnskúffuna. Ég sé á myndinni hvernig ég á að gera.



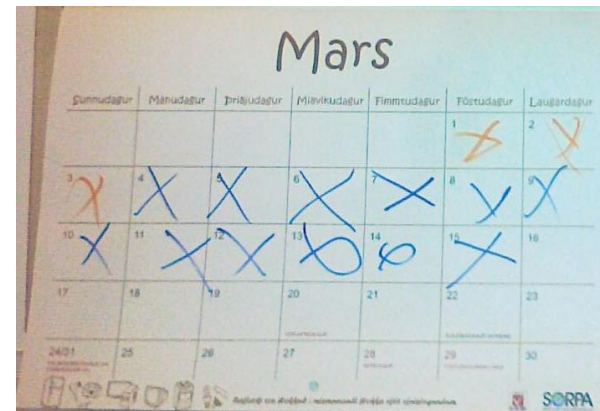
Fara í bílinn



Þegar allt er búið segi ég bless og fer í bílinn.

# Sjónrænt skipulag – heildrænt

- ▶ Hver dagur skipulagður sjónrænt, þannig að einstaklingur skilji og farið yfir daginn að morgni.
- ▶ Hvert fer viðkomandi eftir að kennslu lýkur.
- ▶ Nota vikudagskrá heima við.
- ▶ Nota dagatal t.d. Sorpudagatöl. Merkja áhugaverða atburði inn strika yfir daga.



# Sjónrænt skipulag er hjálpartæki

- ▶ Er nauðsynlegt fyrir einhverft fólk. Orðin hverfa þegar þau hafa verið sögð en sjónræn vísbending ekki fyrr en hún er tekin niður – strikað yfir.
- ▶ Skilja „allt“ þegar taugakerfið er í jafnvægi en „ekkert“ þegar þau hafa misst stjórnina.
- ▶ Auðveldara að breyta sjónrænt en munnlega – ef er atriði sem er mikilvægt þá færa á nýjan stað, það verði hægt í annan tíma – ekki bara láta hverfa.
- ▶ **Aðferðir aðlagðar að hverjum og einum**

# Hagnýt ráð

- ▶ Þora að prófa sig áfram.
- ▶ Í lagi að blanda saman mismunandi tegundum sjónrænna vísbendinga, útlitið skiptir ekki öllu máli. Hafa alltaf blað og penna við hendina. Teikna myndir við texta.
- ▶ Hafa texta við mynd.
- ▶ Oft nóg að skrifa – lista upp atburðarás framundan.
- ▶ Þarf stöðugt að vera í þróun og vinnslu.
- ▶ **Hafa eins mikið val og viðkomandi ræður við.**

# Hagnýt ráð

- ▶ Gefa skýr skilaboð – til hvers er ætlast og hvað stendur til. Undirbúa breytingar vel.
- ▶ Nota leiðir sem best henta hverjum og einum.
- ▶ Skrifa, nota myndir, dagsskrá, brjóta upp athafnir – TEACCH.
- ▶ Hægja á okkur – **á þeirra „tempó”**. Úrvinnslan er hægari. Gefa þeim tíma til að svara spurningum, átta sig á aðstæðum og fara úr einu umhverfi í annað.
- ▶ **Gefa þeim tíma til að taka þátt.**