

Pierwsza instruktorka orientacji przestrzennej w powiecie cieszyńskim

Data publikacji: 26.05.2021 20:42

Bardzo ważną umiejętnością jest samodzielne poruszanie się w przestrzeniach publicznych. Stanowi to pierwszy krok w stronę niezależnego życia ze strony osób z niepełnosprawnością wzroku. W tym celu osoba z dysfunkcją wzroku musi odbyć specjalny kurs orientacji w przestrzeni. Te szkolenia prowadzą instruktorzy orientacji przestrzennej pracujący dla organizacji wspierających osoby niewidome. Do teraz niewidomi i ociemniali szkoleni byli przez instruktorów z terenu całego województwa śląskiego. Od niedawna szkolenia będzie mogła prowadzić instruktorka z naszego powiatu – Joanna Kapias znana dobrze wśród cieszyńskich niewidomych.

□

Umiejętność samodzielnego poruszania się jest jednym z warunków kompleksowej rehabilitacji niewidomych. Bez opanowania tej umiejętności występują poważne ograniczenia we wszystkich dziedzinach życia. Nawet to, co jest w pełni dostępne, może być poważnie utrudnione, jeżeli niewidomy nie potrafi samodzielnie chodzić po ulicach, korzystać ze środków lokomocji, trafić tam, gdzie trafić potrzebuje.

- *Bycie instruktorem orientacji przestrzennej było moim marzeniem od lat. Odkąd pamiętam przebywałam w środowisku osób z niepełnosprawnością wzroku ze względu na niepełnosprawność mojej mamy. Te doświadczenia sprawiły, że postanowiłam m.in. skończyć specjalność na studiach asystent osoby niepełnosprawnej. Zdecydowałam się też na ukończenie studiów podyplomowych z tyflopedagogiki. Niestety na sam kurs instruktora orientacji przestrzennej czekałam bardzo długo, gdyż dotychczas organizowane były jedynie w Bydgoszczy i to raz na kilka lat. Kiedy dowiedziałam się, że Okręg Śląski PZN organizuje taki kurs nie zastanawiałam się ani chwili* – mówi Joanna Kapias.

Tylko wykwalifikowany instruktor, w sposób efektywny, przy najmniejszym nakładzie sił i zaoszczędzeniu wielu przykrych doświadczeń, może pomóc niewidomemu opanować trudną sztukę samodzielnego chodzenia i podróżowania. Opanowanie technik samodzielnego, stosunkowo swobodnego poruszania się i podróżowania, jest chyba najtrudniejszym zadaniem rehabilitacyjnym. Wymaga odpowiednich technik posługiwania się białą laską, poznania miasta bez kontroli wzrokowej i przewyciężenia strachu przed wypadkiem. Sam będąc osobą ociemniałą wiem, że niewidomy rzeczywiście narażony jest na urazy, pobrudzenie się, zabłądzenie i na podobne atrakcje.

A jak zapatruje się na to instruktor orientacji, który obserwuje to podczas szkolenia? - ***Nie chcę się wymądrzać, kurs ukończyłam w marcu i jedyne moje doświadczenia w tym względzie, to zajęcia praktyczne podczas kursu i praktyki indywidualne, które musiałam odbyć. Oczywiście korzystam z wiedzy i doświadczeń zarówno z mojego życia osobistego, jak i studiów i doświadczenia w zawodzie pedagoga specjalnego, jednak wiem, że wiele się muszę jeszcze nauczyć. Każdemu kto zastanawia się jak to jest, zachęcam do zasłonięcia oczu i przy asekuracji kogoś zaufanego przespacerowania się np. po parku. Nie znam osoby, której w takiej sytuacji nie towarzyszyłaby choćby odrobina lęku. Dla osób niewidomych, szczególnie na początku, samodzielne poruszanie się wiąże się z dużym stresem, ale i zmęczeniem, ponieważ wymaga to dużego skupienia. Oczywiście nieco inaczej wygląda to u osób niewidzących od urodzenia, a inaczej u tych którzy utracili wzrok w późniejszym życiu. W przypadku tych drugich pracujemy z kimś kto mierzy się z traumą, dopiero godzi się lub nie ze swoją niepełnosprawnością – wówczas na nic nam wiedza o terenie czy techniki poruszania jeśli taka osoba nawet nie chce wziąć białej laski do ręki. Towarzyszyć może temu też lęk przed oceną i pytaniami z otoczenia np. co pomyślą sąsiedzi. Nauka orientacji przestrzennej to również nauka korzystania ze wszystkich sygnałów jakie odbiera nasze ciało w celu określenia swojego położenia, kierunku marszu np. wsłuchiwanie się w ruch uliczny by „wysłyszeć” jak jadą samochody na***

skrzyżowaniu.

Osoby z dysfunkcją wzroku chcące nauczyć się technik samodzielnego i bezpiecznego poruszania się w terenie przy pomocy białej laski mogą zgłaszać się do kół lub okręgów Polskiego Związku Niewidomych. W powiecie cieszyńskim koło PZN mieści się w Cieszynie przy ul. Srebrnej 6. Szczegółowo jak takie szkolenie się odbywa przekazuje nam Joanna Kapias: - **tak jak mówiłam dopiero zaczynam. Z tego co wiem i z tego, co zobaczyłam na praktykach osoba, która zakwalifikuje się do zajęć z orientacji dostaje pewną pulę godzin. Instruktor kontaktuje się z taką osobą i ustala terminy spotkań oraz ich cele. Jeśli osoba pierwszy raz uczy się orientacji przestrzennej zaczynamy od podstaw – poruszania się z przewodnikiem, bezpiecznego poruszania się w budynkach, technik posługiwania się białą laską. Samodzielne poruszanie się w terenie jest już trudniejsze i trzeba mieć opanowane wszystkie poprzednie kroki, by móc ruszyć do miasta. Osoby, które się doszkalają, zazwyczaj te umiejętności już posiadają, ale potrzebują nauczania się nowych tras. Wówczas z takim klientem ustala się dokąd chciałby nauczyć się chodzić i takie trasy się ćwiczy. Należy pamiętać, że każda zmiana w terenie np. przebudowa chodnika dla osoby niewidomej stanowi trudność. Osoba widząca zobaczy w jaki sposób wygląda trasa po zmianach, podczas gdy osoba niewidoma niejednokrotnie musi uczyć się tej trasy od nowa.**

Opanowanie odpowiednich technik posługiwania się nią, zapewnia znaczny stopień bezpieczeństwa, możliwości radzenia sobie w różnych sytuacjach, wygodę i niezależność. Pozwala też unikać sytuacji krępujących i różnych ograniczeń. Można nawet powiedzieć, że ociemniały, który nie nauczył się samodzielnie chodzić, nie osiągnie dostatecznego stopnia rehabilitacji psychicznej i społecznej.

W naszym powiecie osoby niewidome i ociemniałe chodzące z białą laską można policzyć chyba na palcach dwóch rąk. Mam nadzieję, że dzięki łatwiejszej dostępności do instruktorki orientacji ilość ta się zwiększy.

Andrzej Koenig