



Informacije za roditelje – Psihomotorika

Dragi roditelji

Uspešan razvoj pokretljivosti je preduslov za aktivno učešće deteta u školskoj svakodnevi. Sada ćemo vas informisati o tome kako terapija iz psihomotorike deci i mladima, koji pokretljivošću upadaju u oči, pomaže u njihovom motoričnom razvoju kada je u pitanju gruba motorika (pokretljivost celoga tela) ili fina motorika (pokretljivosti ruku) kao i grafička motorika (sposobnost pisanja) i kako psihomotorika jača njihovo samopouzdanje i razvoj.

Šta je psihomotorika?

Psihomotorična terapija se bavi pravilnostima i nepravilnostima u razvoju pokretljivosti i ponašanju u kretanju. Psihomotorična terapija ima za cilj da detetu omogući primenu svojih sposobnosti poimanja, aktivnosti i kontakata u skladu sa mogućnostima. Dete treba da nauči kako da izlazi na kraj sa svojim teškoćama.

Putem psihomotorične terapije se razjašnjavaju upadljivosti i odstupanja u razvoju pokretljivosti i po potrebi se sprovodi individualna ili grupna terapija. Savetovanje kako roditelja tako i nastavnog osoblja je važan deo ove terapije.

Kao preventivne mere stručnjaci za psihomotoriku prenose svoje znanje o razvoju pokretljivosti i ponašanju u kretanju na nastavi u razredu.

Kome je potrebna psihomotorika?

Psihomotorične mere predostrožnosti se mogu preduzeti kada jedna učenica ili jedan učenik pokažu upadljivost u razvoju pokretljivosti. Mogući pokazatelji ovakvih upadljivosti su:

- Motorične teškoće u koordinaciji, na primer problemi sa ravnotežom - nespretnost
- Upadljivosti prilikom regulisanja stanja napetosti muskulature (tonusa), na primer rastrzanost
- Teškoće u finoj motorici u radnjama kao što su sečenje, ručni rad, građenje
- Upadljivosti u prostornoj i vremenskoj orijentaciji
- Grafomotorične teškoće kao što su nepovoljno držanje olovke, premalo ili preveliko pritiskanje, neautomatizirani tok pokreta kod pisanja, nesigurnosti kod poimanja oblika, teškoće kod savladavanja veštine pisanja
- Ako međusobni odnos poimanja, razmišljanja, osećanja i rada nisu u ravnoteži mogu se pokazati i psihomotorične upadljivosti i to kao:
- Teškoće u komunikaciji

- Smetnje u ponašanju (nemir, agresivnost, impulsivno ili zakočeno ponašanje)
- Smetnje u koncentraciji

Šta može škola da učini?

Ako se primete kod jedne učenice ili kod jednog učenika upadljivosti u pokretljivosti ili u socijalno – emocionalnom razvoju deteta roditelji i nastavno osoblje traže psihomotorično razjašnjavanje na jednom od redovnih školskih razgovora.

Na osnovu ovog razjašnjenja i uz pristanak roditelja voditelj škole može da zatraži individualnu ili grupnu terapiju izvan razreda ili integrativnu terapiju dece/mladih u okviru razreda. Ako je potrebno može se konsultovati i Školsko psihološka služba.

U terapiji se primenjuju raznovrsne igre, vežbe za pokretljivost i poimanje i muzika kao radna terapija. Na ovaj način dete može da usaglasi deficite, da poboljša motorične sposobnosti, da nađe adekvatnu meru za prevazilaženje teškoća i jača samopouzdanje. Pritom se vodi računa o tome da se način rada – ponašanje i pokreti, individualno prilagode. Psihomotorična terapija se orijentiše prema ciljevima za pomoć dogovorenim na redovnom razgovoru u školi, uzimajući u obzir teme ličnog razvoja deteta i njegovih resursa. Kao propratne mere terapeut ili terapeutkinja za psihomotoriku obavljaju razgovore sa roditeljima i nastavnim osobljem i posećuje nastavu gde mogu da posmatraju decu ili mlade.

Ove propratne mere se najmanje jednom godišnje prodiskutuju na redovnim razgovorima u školi.

Za blagovremenu pomoć i prevenciju psihomotoričnih upadljivosti može se angažovati terapeut ili terapeutkinja za psihomotoriku da povremeno dolazi u razred (ako je potrebno i u kindergarten ili u niže razrede), da tu provodi nekoliko časova i da savetuje nastavno osoblje.

I učenice i učenici, koji posećuju privatne škole, imaju pravo da prema potrebi zatraže psihomotoričnu terapiju. Školski nadzorni odbor (Schulpflege) odlučuje o tome gde će se obaviti razjašnjavanje, kao i o merama i mestu izvođenja terapije.

Šta mogu da urade roditelji?

Roditelji mogu mnogo da doprinesu kod razvoja pokretljivosti svoga deteta. Pod razvojem pokretljivosti vašeg deteta se podrazumeva:

- Da ohrabrite svoje dete da se što je moguće više kreće. Ono što podstiče kretanje je upoznavanje prostora, svest o svom telu i samopoverenje, sposobnost koordinacije i osećaj za ravnotežu. Na taj način se podstiče razmena materije i učvršćuju kosti. Puno kretanja onemogućava stvaranje preterane težine, sprečava da se dođe do štetnog držanja i povećava životnu radost.

- Budite uzor i krećite se zajedno sa vašim detetom.
- Pokažite vašem detetu mogućnosti za kretanje u stanu i van stana. Idite sa detetom na igralište ili u šumu.
- Deca se rado kreću i u vodi. Idite sa njima u otvorene i zatvorene bazene.
- Ponudite vašem detetu priliku da pravi figure od raznih materijala i uključujte ga u obavljanje svakodnevnih poslova (Postavljanje stola, sušenje sudova, pomoć u kuvanju). Ovo utiče na spretnost prstiju i na finomotorične pokrete.
- Igrajući se dete uči nove mogućnosti kretanja. Podstičite ga da se kreće igrajući se sa drugom decom. Ovo je i dobra mogućnost za socijalizaciju
- Pustite dete da ide u školu peške ili biciklom.
- Izaberite zajedno sa detetom jedno sportsko udruženje i učlanite ga .
- Ako primetite nešto upadljivo u kretanju vašeg deteta uspostavite kontakt sa nastavnim osobljem deteta i razgovarajte sa njima o tim problemima.

Ako vi smatrate da je potrebno nešto preduzeti ili vam je potrebna podrška zatražite od razredne nastavnice/nastavnika jedan redovan razgovor u školi.

Informacije / Savetovanje

Ako imate konkretna pitanja kako u vezi razvoja tako i u vezi načina pokretljivosti vašeg deteta obratite se zaduženoj terapeutkinji ili terapeutu za psihomotoričnu terapiju u svojoj opštini. Rukovodstvo škole vam može dati njihovu adresu.

Dalje informacije možete naći pod:

- www.vsa.zh.ch (→ Schulbetrieb und Unterricht → Sonderpädagogisches), offizielle Informationen des Volksschulamts
- www.psychomotorik-therapie.ch