



Sjónstöðin
Þjónustu- og þekkingarmiðstöð

Blindismi — endurteknar hreyfingar

Sjónstöðin er þjónustu- og þekkingarmiðstöð fyrir blinda, sjónskerta og einstaklinga með samþætta sjón- og heyrnarskerðingu.

www.midstod.is | www.sjonstodin.is

Sjáandi börn fá stöðuga örvun og svör við áreitum í gegnum sjónskynjun. Blind börn hafa sömu þörf fyrir örvun frá umhverfi sínu og þurfa að fá útrás fyrir innbyggða orku. Hjá þeim verður vart við endurteknar hreyfingar af ýmsu tagi sem kallast gjarnan blindismi og bætir upp sjónrænu áreitinn sem þau fara á mis við. Endurteknar hreyfingar (blindismi) geta verið af ýmsum toga:

- Klappa/blaka höndunum
- Þrýsta á augun
- Rugga sér
- Hoppa upp og niður
- Taktfastar höfuðhreyfingar
- Sérstakar hreyfingar með fingrum/höndum

Mögulegar orsakir

Blindismi er oftast en ekki nokkuð sem blind börn grípa til þegar þau fá of litla örvun frá umhverfinu. Blindismi getur orðið að vana en flest börn ná smátt og smátt góðri stjórn á blindismanum.

- Getur tengst beinni skynupplifun eins og t.d. þegar barnið blakar höndunum eða ruggar fram og aftur.
- Getur í einhverjum tilvikum hjálpað barni að einbeita sér og/eða til að veita umhverfinu meiri athygli.
- Getur komið fram þegar barnið sýnir mikla gleði eða verður fyrir geðshræringu af einhverju tagi.
- Getur komið fram í tengslum við hræðslu, óvæntar kröfur eða þegar barnið er óöruggt í flóknum/óljósum aðstæðum.

Getur blindismi verið truflandi?

Blindismi getur orðið truflandi fyrir barnið ef hann skerðir möguleika þess m.t.t. þroska/náms og félagslegra samskipta. Í einhverjum tilvikum getur hann virkar fráhrindandi á þá sem eru í kringum barnið. Það getur líka verið hamlandi ef barnið velur að viðhalda blindisma fram yfir samskipti eða virkni.

Viðbrögð og ráð

Mikilvægt er að meta stöðuna hjá hverju barni m.t.t. blindisma og íhuga hvort hann hafi neikvæð áhrif á daglegt líf. Skoða hvað hægt er að bjóða upp á í staðinn sem barnið hefur ánægju af og forðast að barnið upplifi að blindismi sé neikvæður. Taka þarf mið af þáttum eins og hversu oft barnið sýnir blindisma, hvort hann geti verið skaðlegur fyrir barnið eða hvort blindismi truflar virkni. Til að auka öryggi og traust og minnka þörf fyrir blindisma er gott að hafa eftirfarandi í huga:

- Upplýsa barnið um hvað er að gerast í umhverfinu
- Skýrt dagskipulag, undirbúa uppákomur og skapa fyrirsjáanleika
- Kröfur við hæfi
- Hjálpa barni að tjá tilfinningar sínar
- Líkamsvitund og hreyfileikir að ýmsu tagi draga úr spennu
- Bjóða upp á virkni/hluti til að handfjatla og skoða sem dregur sjálfkrafa úr blindismanum

Tekið saman af Rannveigu Traustadóttur

janúar 2022