

Mobilitystokke og blinde småbørn



Lene Herlyng Kreuter
Synskonsulent og instruktør
i Orientering & Mobility

REGION SJÆLLAND
SYNSCENTER REFSNÆS



- vi er til for dig

Indholdsfortegnelse:

Side 3	Forord
Side 4	Generelt om stokketyper til børn Rådgivning og undervisning i orientering og småbørnsmobility
Side 5	Hvilke børn har glæde af og brug for en mobilitystok? Valg af mobilitystokke til børn Hvor lang skal mobilitystokken være?
Side 6	Hvornår skal småbarnet introduceres for en mobilitystok? Forventninger til det blinde småbarn
Side 7	Før I går i gang
Side 8	Viden om barnet
Side 10	Begrebsindlæring i forbindelse med orientering og mobility Brug de samme benævnelser hver gang Ikke for meget snak
Side 11	Ekkolokalisering og brug af intakte sanser
Side 12	At tage afsæt og holde retning Beskyttelsesteknikker
Side 13	Introduktion og præsentation af mobilitystokken
Side 14	Stokkelege og at opdage forhindringer
Side 15	Eksempel på en ”Stokkeleg” hvor småbarnet instrueres af en voksen
Side 16	Kendemærker, kendetegn, opmærksomhedsfelter og ledelinjer
Side 17	Grebet og mobilitystokkens placering
Side 18	Pendul teknik og diagonal teknik
Side 20	At gå lige over en vej At færdes på trapper
Side 21	Brug af mobilitystok ved ruteindlæring
Side 22	Brug af kort og modeller ved orientering og ruteindlæring

Synscenter Refsnæs
Kystvejen 112
4400 Kalundborg

Udarbejdet af
Lene Kreuter
Kursusafdelingen
Synscenter Refsnæs

Layout og tryk
Synscenter Refsnæs
Materialaboratoriet
Ordre nr. 346

Trykt december 2014

Forord

Denne publikation henvender sig til forældre og andre pårørende til blinde småbørn samt pædagoger, nye instruktører i orientering og mobility, synskonsulenter og andre fagpersoner, som ønsker viden og inspiration i forhold til blinde småbørn og brug af mobilitystok.

Publikationen er tænkt som supplement og opfølgning til publikationen "Mobility med blinde småbørn – metoder og inspiration", hvor jeg har beskrevet grundlæggende mobilityteknikker og metoder i forhold til blinde småbørn og selvstændig færden.

Lene Herlyng Kreuter

Synskonsulent og Instruktør i Orientering og Mobility
"Rådgivningen" Synscenter Refsnæs

Generelt om stokketyper til børn

Mobilitystokke er et hjælpemiddel der ofte kendetegnes som ”den lange hvide stok”, hvis formål er at give blinde og stærkt svagsynede børn informationer og beskyttelse, når barnet færdes. Mobilitystokken signalerer samtidig, at barnet har et synshandicap.

Mobilitystokke findes i diverse kvaliteter, materialer, størrelser og prisniveauer. De kan for eksempel være sammenklappelige, have teleskopskaft eller med forskellige håndtag.

Ved anskaffelsen har stokkene som regel en smal lige spids, som kan udskiftes med en rullespids. De fleste børn anbefales og vælger at anvende rullespidser frem for den smalle spids, idet stokken dermed glider lettere på underlag og hænger mindre fast i ujævnheder. Der findes forskellige typer rullespidser. Valg af både mobilitystok og rullespids er individuelt, og afhænger af barnets funktionsniveau, motivation samt øvrige situation.

Mobilitystokken skal udskiftes efterhånden som barnet vokser, og rullespidser skal udskiftes når den er slidt.

Markeringsstokke ligner mobilitystokke, men markeringsstokke er kortere og spinklere. De er ikke egnede til at give optimal beskyttelse, men beregnet til svagsynede med det formål at markere for omgivelserne, at barnet har en synsnedsættelse.

Til børn med særlige behov, f.eks. børn med balanceproblemer, findes der andre mere individuelt tilpassede mobilitystokke

som f.eks. ”Precane”. Det er en form for stok, hvor barnet holder med begge hænder, som f. eks. når et barn går med en skubbevogn/dukkevogn.

Synscenter Refsnæs udleverer nogle typer markeringsstokke og mobilitystokke som undervisningsmateriale og hjælpemiddel til børn og unge. Stokkene kan desuden rekvireres på nogle af landets Synscentre og Kommunikationscentre, eller købes i butikker der har specialiseret sig i hjælpemidler til mennesker med synshandicap.



Eksempler på mobilitystokke med rullespidser

Rådgivning og undervisning i orientering og småbørnsmobility

Der findes instruktører i Orientering og Mobility på Synscenter Refsnæs og på Synscentraler, Kommunikationscentre m.m., som kan rådgive med hensyn til, hvornår det er hensigtsmæssigt at tilbyde en mobilitystok til et småbarn, samt hvornår det er relevant at påbegynde undervisning og stokketræning. Instruktøren kan vejlede og undervise barnet, dets pårørende og fagpersoner omkring barnet.

Hvilke børn har glæde af og brug for en mobilitystok?

Blinde børn samt blinde børn med en lille synsrest har brug for at lære at færdes med mobilitystok.

Svagsynede børn med f.eks. stærkt nedsat syn, mørkesynsproblemer eller med begrænset synsfelt kan tillige have brug for, at kunne færdes med mobilitystok, når synet ikke rækker.

Svagsynede børn og blinde børn med en synsrest er ofte ikke så motiverede, for at lære at færdes med mobilitystok, selv om det vurderes at barnet har behov for det. Mange af disse børn forsøger at udnytte deres synsrest optimalt. De bruger ofte mange ressourcer på at få øje på mest muligt, frem for at udnytte deres intakte sanser. Ofte kan det være nødvendigt at gøre en ekstra indsats, for at motivere de børn, ikke mindst i forhold til børnenes trafiksikkerhed.

Valg af mobilitystokke til børn

Det anbefales at få rådgivning af fagpersoner og at afprøve forskellige stokketyper, da det er individuelt hvilken stok og spids, som passer til det enkelte barn.

Nogle børn har glæde af en let stok, mens andre børn har glæde af en stok med lidt mere tyngde. For nogle børn betyder håndtagets udformning og materiale en del, nogle børn foretrækker f.eks. en stok hvor håndtaget er udformet som en krog. Hvis barnet f.eks. har aversioner med hensyn til at røre ved bestemte materialer, kan det være væsentligt om håndtaget er af træ, plast, stof eller gummi. Små forskelle kan have stor betydning.

Hvor lang skal mobilitystokken være?

Mobilitystokkens længde skal som hovedregel svare til afstanden fra barnets armhule eller brystben til underlaget. Det er vigtigt at stokken har den rigtige længde, idet stokken skal nå at advare barnet om forhindringer, inden barnet når hen til forhindringen. Til børn som færdes i et hurtigt tempo, kan det være hensigtsmæssigt med en lidt længere stok. Stokkens længde skal tjekkes jævnligt, med henblik på, om det er på tide at udskifte stokken.



Stokken har den helt rigtige længde

Hvornår skal småbarnet introduceres for en mobilitystok?

Det er individuelt, hvornår det er relevant at påbegynde stokketræning.

I udlandet har man nogle steder valgt at give helt små børn en stok kort efter, at barnet har lært at gå. Her i landet er vi lidt mere tilbageholdende, oftest på baggrund af, at det lille barn først og fremmest skal have tilstrækkeligt med forudsætninger samt optimale betingelser for at opleve, lære, forstå sin omverden med alle sine sanser. En mobilitystok kan være en hæmsko, når barnet skal undersøge omgivelser og høste erfaringer med bl.a. sine hænder og fødder.

Til småbørn som f.eks. er for passive, og som har brug for ekstra tryghed, anbefales det i nogle tilfælde, at tilbyde barnet en mobilitystok tidligere og inspirere barnet med ”tingfinderlege” og ”bankelege”, selv om barnet måske ikke er modent til decideret stokketræning.

Hvis det ønskes, at barnet tidligt bliver fortroligt med en mobilitystok som sin ejendel, kan stokken i starten anvendes som andet legetøj, hvor man dog skal være opmærksom på, at der kan være nogle uvaner ved håndteringen som senere skal aflægges, som f.eks. hvis barnet kaster med stokken eller svinger den rundt i luften.

Forventninger til det blinde småbarn

Blinde småbørn er naturligvis lige så forskellige som seende småbørn. Kompetencer og forudsætninger er forskellige. Nogle børn har brug for ekstra opmuntring og inspiration, andre inspireres eller forstyrres let af andet og mister måske koncentra-

tionen. Nogle børn har brug for mange og hyppige gentagelser m.m.. Undervisningen og vejledningen vil derfor altid skulle tilpasses det enkelte barn.

De enkelte forløb kan være forskellige. Nogle dage er barnet måske mindre oplagt, ligesom der kan være andet barnet fokuserer på frem for stokketræningen.

Tidsfaktoren spiller en stor rolle, idet rigtig meget tager tid, når man har et synshandicap, og ikke mindst når det handler om et lille barn, hvor det meste skal indlæres i samvær og leg.

Det kræver mange øvelser og rutiner gennem hele barndommen at udføre stokketeknikker helt korrekt. Vi kan forvente at småbørn har et ustabil pendulsving, at det enten er for smalt eller bredt, at barnet går pasgang, at stokken falder til den ene side, at grebet ikke er helt korrekt og at stokken ikke holdes i midtlinjen. Det vigtigste er, at barnet bliver motiveret og kommer i gang med at øve sig, og at vi som fagpersoner, forældre m.m. har viden om, hvad barnet skal mestre på sigt.

Før I går i gang

Det er vigtigt at kende til de gængse mobilitymetoder og teknikker for voksne, når man skal undervise/vejlede et småbarn. Forventninger og forløb skal naturligvis ikke foregå som med voksne, men det er vigtigt at vide, hvilke færdigheder barnet skal tilegne sig på sigt, og samtidig have øje for at barnet ikke får uheldige vaner, som måske kan være svære at aflægge igen.

Når det handler om et småbarn, skal undervisning og træning foregå lystbetonet og i legeprægede aktiviteter i almindelige daglige sammenhænge, hvor barnet er motiveret og hvor aktiviteten giver mening for barnet. Almindeligvis vil det være i korte seancer på 15-20 minutter, som gentages med jævne mellemrum.

Det er en fordel at starte indendørs i lokaler med trægulv, vinyl eller andre gulve,

hvor stokken kan glide let, og hvor der kun findes begrænsede forhindringer, samt udfordringer/opgaver som underviseren har valgt. Der skal være ro og en god stemning, så barnet har mulighed for at koncentrere sig og får lyst til at medvirke.

Det har afgørende betydning, at de mennesker som er omkring barnet, er motiveret og indstillet på at støtte barnet, samt at der er mulighed for undervisning/vejledning af fagpersoner.

Det er desuden væsentligt, at være bevidst om formålet med at give barnet en mobilitystok.



Parat til nye udfordringer

Viden om barnet

Før der udleveres en mobilitystok til et barn, er det vigtigt at have viden om barnets forudsætninger og at have gjort sig overvejelser med hensyn til bl.a.:

Synsmæssigt

- Hvad er barnets diagnose samt synsbrøk?
- Har barnet tidligere haft syn/mere syn?
- Har barnet en synsrest f.eks. lyssans, orienteringssyn eller andet? **Hvis ja:**
- Har barnet vekslende synsevne?
- Hvordan bruger barnet sit syn?
- Hvordan er barnets synsfelt?
- Er barnet mørkeblindt og afhængig af lys og kontraster?
- Er barnet lysoverfølsom og blændes ekstra ved sol/modlys og reflekser?
- Hvordan er barnets syn ved skift fra lys til mørke og omvendt?
- Hvordan er farvesynet?
- Hvordan afsøger og scanner barnet?
- Hvordan er barnets evne til at se helheder og detaljer?
- Kan barnet se ting/personer i bevægelse?
- Hvordan er barnets synsevne, når det selv er i bevægelse?
- Anvender barnet optiske hjælpemidler som f.eks. briller, kikkert?
- Hvordan er barnets visuelle hukommelse, koncentration og opmærksomhedsradius?

Personlighed, motivation og interesse

- Har barnet tillægshandicap eller andre vanskeligheder?
- Er barnet trygt og harmonisk?
- Har barnet brug for hyppige pauser eller skiftende aktiviteter?
- Er barnet nysgerrigt og interesseret i at undersøge og lære nyt?

- Viser barnet interesse for omgivelserne og interesse for at udforske og få erfaringer?
- Tager barnet selv nye initiativer eller har det brug for ekstra inspiration?



Hvor højt mon der er til loftet?

Motorik/sansemotorik

- Er barnet motorisk alderssvarende udviklet?
- Har barnet fornemmelse for egen krop?
- Hvordan er barnets balance?
- Kan barnet krydse egen midtlinje?
- Kan barnet holde stokken midt foran kroppen?
- Har barnet valgt hånd?
- Har barnet aversioner i forhold til at røre ved nogle materialer?
- Er barnet taktilt nysgerrigt?

Auditivt

- Er barnet lydopmærksomt?
- Er barnet følsomt i forhold til lyd og f.eks. pludselig støj?
- Kommenterer barnet lydindtryk?
- Kan barnet gå efter en lyd?
- Kan barnet afstandsbedømme?
- Er barnet opmærksomt på ekkolokalisation (registrerer ekkolyde fra omgivelserne)?
- Forsøger barnet selv at forstærke ekkolyde ved f.eks. at trampe, klappe eller andet?

Sprog/kommunikation

- Har barnet undersøgt omgivelser og ved hvad ting er og hedder (navn på genstande)?
- Benævner barnet uopfordret det som barnet finder i sine omgivelser?
- Kan barnet følge en verbal instruktion?
- Forstår/reagerer barnet på instruktioner som op, ned, forlæns, baglæns, frem, tilbage osv.?
- Er barnet sikker i højre / venstre i forhold til sin krop?

Orienteringsevne

- Hvordan er barnets opmærksomhedsradius?
- Har barnet brug for ekstra tid til at orientere sig, bearbejde indtryk og reagere?
- Registrerer barnet niveauændringer?
- Tager barnet selv initiativ til at mærke underlag osv. med hænder og fødder?
- Genkender barnet f.eks. belægninger i underlag?
- Har barnet rum og retningsforståelse?

Selvstændig færden

- Har barnet lyst og evner til at færdes alene?
- Går barnet selv på opdagelse?
- Hvordan er barnets tempo?
- Er der forskel på hvordan barnet færdes i kendte og ukendte områder?
- Færdes barnet frit eller går barnet langs vægge, møbler, hegn og andre holdepunkter?
- Kan barnet gå langs med/ følge en række fliser, kantsten, græskanter, ledelinjer m.m.?
- Kan barnet gå lige og holde en retning?
- Har barnet lært og anvender beskyttelsesteknikker?
- Hvilken forståelse har barnet for trafiksikkerhed?

Begrebsindlæring i forbindelse med orientering og mobility

Fra barnet er ganske lille anbefales det i naturlige sammenhænge at anvende konkret sprogbrug og anvisninger, bl.a. begreber som højre, venstre, frem, tilbage, op, ned, til siden, fremad, bagved, baglæns osv. Det er en stor fordel, at barnet forstår og kan reagere på disse anvisninger, når barnet skal instrueres og lære at færdes selvstændigt med sin mobilitystok.

Det er samtidig en stor fordel, at barnet har undersøgt relevante ting/genstande i omgivelserne med alle sine intakte sanser, og at barnet ved hvad ting hedder. Nogle blinde børn kender og bruger en masse ord og betegnelser, men nogle gange viser det sig i praksis, at barnet ikke kender til ordets konkrete betydning.

Eksempelvis kan vi ikke forvente, at barnet forstår opfordringen "stop ved risten", hvis ikke barnet har hørt benævnelsen og haft mulighed for grundigt at undersøge forskellige riste, mærke med hænder og fødder, lytte når der trampes med forskelligt fodtøj, samt haft mulighed for at opleve og undersøge ved forskellige vejforhold.

Brug de samme benævnelser hver gang

Når småbarnet skal lære de begreber at kende, som bruges i mobilityundervisning, skal der hver gang bruges de samme benævnelser for bl.a. kendemærker, ledelinjer, belægnings og opmærksomhedsfelter. Nogle ledelinjer bliver f.eks. benævnt marcipanbrød, opmærksomhedsfelter bliver f.eks. benævnt knopfliser, brostensfelter eller de små fliser.

Det er vigtigt at barnet ikke skal bruge unødvendige ressourcer på at forstå instruktioner. Instruktør, forældre og andre skal på forhånd aftale, hvilke benævnelser/begreber der skal anvendes, og bruge de samme begreber hver gang.

Ikke for meget snak

Mange blinde børn snakker meget, det kan være som en form for beskæftigelse og leg, men barnet kan også forsøge at holde en samtale i gang for at sikre sig, at den voksne er til stede. Når barnet skal koncentrere sig om stokkeøvelserne, er det vigtigt, at barnet holder fokus og at samtalen handler om stokkens signaler, hvad stokken "finder" osv.. For nogle børn kan det være hensigtsmæssigt, at lave præcise aftaler med hensyn til snakkepauser og mødesteder.

Ekkolokalisering og brug af intakte sanser

Når det blinde småbarn skal orientere sig og lære at færdes med mobilitystok, skal der være fokus på alle de informationer, som barnet får via alle sine intakte sanser, dvs. alt det som barnet hører, dufter, fornemmer og mærker med hænder, fødder og hele sin krop.

Det er vigtige informationer, som instruktøren skal være opmærksom på, at barnet får mulighed for at anvende.

Mange blinde børn registrerer ekkolyde, dermed får barnet informationer om sine omgivelser. Nogle børn lærer at bruge ekkolokalisering ved at frembringe lyde som tilbagekastes, de benytter sig af at klappe eller måske lave ”klik-lyde”, dermed kan de bedre høre f.eks. en væg, en hæk, en døråbning, et halvtag, stolper, lygtepæle og lignende.

Mobilitystokken kan også anvendes til at frembringe og forstærke lyde, så lydene tilbagekastes og giver informationer om rum, retning, afstande og det som findes i omgivelserne, Eksempelvis ved at barnet banker med stokken mod underlag, og dermed hører f.eks. halvtaget.



Det er godt at stå stille og lytte

Som seende er synet vores stærkeste sans, så måske er vi ikke opmærksomme på alle de øvrige sanseindtryk, som barnet måske oplever. Blinde småbørn oplever f.eks. små niveauændringer, dufte, skiftende vinde og lyde som vi måske ikke bemærker. Ofte hører og udnytter blinde børn indtryk som vi seende ikke har lært at anvende.

At tage afsæt og holde retning

Når småbarnet skal orientere sig og holde en retning med sin mobilitystok, er det væsentligt med et godt afsæt. Mange blinde småbørn står jævnlige og vender sig og drejer rundt, dermed mister de nemt orienteringen. I vante omgivelser betyder det måske mindre, men når barnet skal lære at færdes selvstændigt i nye omgivelser, er det nødvendigt at barnet har et godt udgangspunkt og afsæt.

Et godt afsæt er f.eks., når barnet står med ryggen/hælene op ad en mur eller dør, hvor barnet kan læne sig lidt frem, og dermed får optimale betingelser for at kunne gå lige frem.

Barnet kan også holde en retning ved at lade stokken følge f.eks. en ledelinje, en fliserække eller en græskant. Barnet kan også gå langs en mur, væg eller andet, hvor barnet går med stokken og samtidig følger væggen med hånden (og senere hånddryggen).



Væggen kan også være god at "følges med"

Beskyttelsesteknikker

Selv om småbarnet færdes med sin mobilitystok, kan der være situationer, hvor det er relevant at barnet benytter beskyttelsesteknikker, f.eks. hvor der hænger grene eller andet ned foran barnet.

Til småbørn er det betegnelsen "høj arm" som bruges mest, formålet er at beskytte ansigtet. Barnet kan f.eks. lære teknikken ved at få instruktionen og anvist:

1. læg din hånd (med håndfladen) på panden
2. vend hånden om
3. hold hånden lidt foran dit ansigt

Når barnet kan teknikken, og reagerer når der bliver sagt høj arm eller f.eks. op med hånden, så kan barnet forhåbentligt undgå, at støde ind i noget med ansigtet.

Ledsagelse og brug af mobilitystok

Som hovedregel anvendes der ikke mobilitystok, når et blindt barn ledsages af en seende.

I nogle tilfælde, f.eks. hvor der skal skabes tryk, kan det være hensigtsmæssigt at den voksne holder småbarnet i en finger eller i hånden, mens barnet øver sig i at færdes med mobilitystokken.

Introduktion og præsentation af mobilitystokken

Når småbarnet får en mobilitystok, skal det begynde at lære sin stok at kende. En voksen skal instruere barnet i at undersøge stokken med alle sine sanser. Barnet skal have tid og mulighed for at:

- undersøge stokken fra håndtaget til spidsen
- mærke/fornemme tyngden af stokken
- folde stokken sammen og folde den ud
- måle stokken og tjekke længden fra armhulen eller brystbenet
- undersøge hvordan rullespidsen virker
- lytte til rullespidsen på forskellige underlag

- lave bankelyde med stokken
- lytte når stokken støder på forskellige materialer
- finde særlige taktile kendetegn/afmærkninger, så barnet kan genkende sin stok fra andre blinde børns

Når barnet introduceres for mobilitystokken, er det tillige vigtigt at lære barnet, hvor stokken skal være, når den ikke bruges, dvs. at stokken holdes lodret tæt til kroppen hvis den er foldet ud. Barnet skal desuden lære, hvor stokken har sin faste plads, når den ikke er i brug, som f.eks. på en knage, i en taske eller lignende, hvor barnet selv kan finde sin stok.



Stokken lyder forskelligt, når jeg banker med den på forskellige underlag

Stokkelege og ”at opdage forhindringer”

Når blinde småbørn skal instrueres og øve sig i brug af mobilitystok, er det vigtigt at seancen foregår som leg, hvor barnet motiveres og opmuntres. Det lidt større førskolebarn kan måske inspireres ved, at barnet oplever opgaverne skoleprægede, og seancen som noget særligt. Men det er vigtigt at barnet ikke presses, så barnet siger helt fra mht. til at bruge mobilitystok.

I forhold til småbørn kaldes mobilitystokken ofte for en ”tingfinderstok”, idet stokketræningen bl.a. handler om, hvilke forhindringer stokken finder både på kendte og ukendte steder.



Leg hvor stokken fungerer som en ”tingfinderstok”



Det er vigtigt at få lov til at undersøge og lege”

Eksempel på en ”stokkeleg” hvor barnet instrueres af en voksen

Et antal skåle, baljer eller lign. fordeles jævnt på f.eks. et let tilgængeligt gangareal, langs en væg eller lignende enten inde eller udendørs.

I hver skål placeres en seddel med en mobilityopgave, som den voksne skal læse op for barnet.

Barnet introduceres til legen, hvorefter den voksne skal guide barnet og sørge for, at stoken støder på de forskellige poster, så barnet oplever det er spændende og sjovt, hvad stoken finder. Benævn: højre - venstre – frem – til siden – ligeud - følges med osv.

Sørg for en gevinst/skat ved sidste post.

Ideer til mobilityopgaver ved posterne:

1. Hvordan skal du holde på din stok?
2. Vis hvordan du kan beskytte dig med ”Høj arm”.
3. Kravl op på bord/stol. Kan du nå loftet med din stok?
4. Hvor hurtigt kan du folde din stok?
5. Hvis ikke du kan holde en voksen i hånden, hvad kan du så følges med?
6. Nu skal du læse skilte (f.eks. navneskilte på punkt). Hvilket skilt er dit?
7. Kender du lydene fra trafikken? (f.eks. hverdags lyde fra en CD)
8. Hvilken mobilitystok er længst – din eller den anden?
9. Nu skal du rengøre din stok – (balje, sæbe, vand osv. er parat)
10. Slut af med at finde gevinsten.

Kendemærker, kendetegn, opmærksomhedsfelter og ledelinjer

Når det blinde småbarn skal lære at orientere sig og finde rundt med sin mobilitystok, benyttes forskellige kendemærker, kendetegn, opmærksomhedsfelter og ledelinjer, som barnet kan registrere med sin mobilitystok og sine intakte sanser.

Kendemærker er noget helt konkret som altid befinder sig samme sted, og som er så stabilt at det kan bruges ved ruteindlæring, hvor barnet f.eks. skal færdes fra kendemærke til kendemærke. Det kan f.eks. være en lygtepæl, en bænk, en kantsten, et brønddæksel, et hushjørne, en niveauændring og måske et halvtag som barnet kan høre.

Kendetegn er noget, som ofte findes på det pågældende sted. Kendetegn kan f.eks. være duften fra et bageri, skibe på fjorden, biler der kører, børn på legepladsen osv. Kendetegn kan være til rigtig god hjælp, når barnet skal orientere sig, men barnet kan ikke anvende kendetegn som et kendemærke ved bl.a. ruteindlæring, idet kendetegnet ikke altid er til stede.

Opmærksomhedsfelter er felter i belægninger/underlag, som barnet kan mærke med sin mobilitystok. Felterne kan være i forbindelse med ledelinjer, gangstier, flisegange osv., de kan bruges til at markere en ændring, en mulighed for at skifte retning, eller måske markere at her er f.eks. en butik, en vej, en gyngesov. Ved ruteindlæring anvendes opmærksomhedsfelter ofte som kendemærker.

Taktile ledelinjer er linjer som barnet kan føle med sin mobilitystok og sine fødder f.eks. linjer i en række fliser. En fliserække, en væg, en græskant, et rækværk m.m. kan også fungere som ledelinjer for barnet.



Døren med et kendemærke

Årstider og vejrforhold har stor betydning i forhold til orientering og færden. Det er vigtigt at være opmærksom på, at sanseindtryk kan opleves forskelligt. Kendemærker og kendetegn ændres, beklædning og fodtøj spiller ind, underlag kan føles anderledes, og de informationer som barnet får fra bl.a. mobilitystokken kan være forskellige og betyde ekstra udfordringer for barnet.

Grebet og mobilitystokkens placering

Når småbarnet skal instrueres i hvordan man holder på stokkens håndtag, skal barnet holde så pegefingeren peger fremad. På den måde kan stokken fungere som en forlænget pegefinger, der kan give informationer om de forhindringer, som barnet støder på.

Håndtaget skal holdes med en hånd midt på maven ud for navlen.

De fleste småbørn er ikke i stand til at bevare et korrekt greb ret længe. Ofte holdes stokken med begge hænder i starten og som regel skiftes der jævnligt hånd.

For børnene kommer stokken let ud til den ene side, hvilket ikke giver optimal beskyttelse. Der må underviseren indimellem korrigere og motivere, så barnet oplever fordelene ved at bruge stokken korrekt.

Stokken skal glide lige på eller over gulvet/overfladen, og må ikke svinges rundt, kastes eller lignende, da det kan være til fare for andre.

Der kan være situationer, hvor barnet kan have glæde af at få lov til at undersøge omgivelserne med sin stok, f.eks. når barnet skal finde ud af, hvor højt der er til loftet.



Stokken holdes fint foran navlen og med pegefingeren strakt på håndtaget

Pendul teknik og diagonal teknik

Når småbarnet skal lære at færdes selvstændigt med mobilitystok, skal der læres pendul teknikker og diagonal teknikker.

Pendul teknik giver den største beskyttelse, idet pendulsvinget skal beskytte i hele barnets kropsbredde.

Ved introduktion til pendul teknik vises barnet, hvordan håndleddet skal styre pendulsvinget.

Det kræver mange øvelser, at få et pendulsving som svarer præcist til barnets kropsbredde.

Barnet kan f.eks. øve bredden på pendulsvinget, ved at instruktøren står foran barnet, med fødderne spredt i en afstand som svarer til barnets kropsbredde. Barnet kan så øve ved at lade stokken svinge mellem instruktørens fødder, så barnet efterhånden får det indarbejdet.

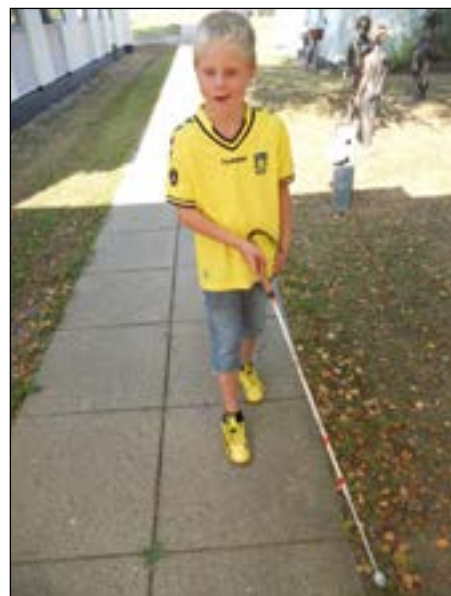
Når stokken svinges, skal den feje/glide ganske let over jorden, så den støder på eventuelle forhindringer.

Stokken skal svinges, så den er i modsatte side af den fod som er forrest, når barnet går. Det giver den største sikkerhed, men når det handler om småbørn, kan vi ikke forvente, at barnet kan gå og samtidig udføre pendulsvinget perfekt. Det vigtigste er, at barnet bevarer lysten til at bruge mobilitystokken.

Nogle småbørn har lettere ved at lære pendul teknik, når de får lov til at banke takter og lave rytmer med stokken. Brug af rim, remser, sang og musik er ofte også inspirerende.



Hov der kom stokken i den forkerte side i forhold til foden



Her går det fint, nu blev det rigtigt



Ved **diagonalteknik** holder barnet stokken skråt foran sig, med stokkespidsen mod jorden. Teknikken bruges til f.eks. at følge en væg, kantsten eller lignende. Det er vigtigt at være opmærksom på, at teknikken ikke beskytter i hele barnets bredde.



Diagonalteknik langs en væg

At kunne gå diagonalteknik hvor stokkespidsen følger f.eks. en væg, kræver også øvelse af småbarnet. I starten finder nogle småbørn diagonalteknik lettest, mens andre trives bedst ved at benytte pendul-teknik.



Her glider stokken dejligt let, uanset hvilken teknik der anvendes

Uanset hvilken teknik der skal arbejdes med, så er det en fordel at starte indendørs, på belægninger hvor stokken glider let, så barnet oplever, at det er nemt at få stokken til at svinge og glide hen over gulvet.

At gå lige over en vej

Når småbarnet skal øve sig i at gå lige over en vej med sin mobilitystok, skal barnet lære at tage et godt afsæt, ved at stå med let spredte fødder med tåspidserne på kantstenen. På den måde har barnet de bedste betingelser for at komme lige over vejen og kortest. Stokken skal holdes foran tæt ind til kroppen. Når barnet har lyttet efter biler og andre trafikanter, og når det er sikkert at gå over vejen, skal barnet begynde med at lave et bueslag med stokken, inden det fortsætter over vejen.



Parat til at gå over vejen, med ekstra lang stok for tempoet er hurtigt

At færdes på trapper

Der findes forskellige stokketeknikker i forhold til at færdes på trapper. Når det handler om blinde småbørn som skal lære at **gå op af trapper** med stokken som hjælpemiddel anbefales det, at lade barnet holde i gelænderet med den ene hånd, og samtidig holde stokken med den anden hånd udstrakt, så stokken holdes lodret foran barnets krop, og dermed støder på de enkelte trin. På den måde informeres barnet om næste trin.

Når småbarnet skal lære at gå **ned ad en trappe** med mobilitystokken, så skal barnet igen holde i gelænderet med den ene hånd og samtidig holde stokken i den anden hånd foran sin krop, så barnet kan mærke næste trin og hvornår trappen slutter.



Nu kan stokken glide på trappen, så trinene kan mærkes

Brug af mobilitystok ved ruteindlæring

Når småbarnet skal lære ruter, kan det foregå både med og uden mobilitystok. Det afhænger af om barnet har udbytte af at bruge stokken, samtidig med at det skal udforske og tilegne sig viden om det, der befinder sig på ruten. Barnet har måske brug for hyppigt at undersøge f.eks. underlag eller andet det passerer, så stokken måske er i vejen, omvendt kan stokken også være en god støtte.

Hvornår og hvordan stokken skal bruges er en individuel vurdering, som ofte hænger

sammen med, om barnet er vant til at gå langs med møbler, vægge, rækværk osv., og på forhånd har erfaringer med at undersøge sine omgivelser.

Efterhånden som barnet bliver ældre, vil behovet for at undersøge med hænder og fødder aftage, således at barnet efterhånden kender de signaler og informationer, som stokken giver.



Parat til at lære flere færdigheder



Brug af kort og modeller ved orientering og ruteindlæring

Nogle småbørn kan have glæde af at kombinere de praktiske stikkeøvelser med brug af forskellige typer oversigtskort og modeller,



f.eks. at lege med taktile modeller, som kan medvirke til at give barnet en større forståelse af ruter, kørselsretninger, placeringer m.m.



Ruteindlæring via oversigtskort/model af Synscenter Refsnæs



Leg med model af vejkryds til forståelse af placeringer, kørselsretninger og ruter

Jeg håber denne publikation kan være til hjælp og inspiration for jer som skal i gang.

En særlig tak til børnene som velvilligt stillede op til fotografering.

Lene Kreuter

