

Projekts
"Elise"

Tēma
Ceļošana ģimenēm
ar bērniem invalīdiem

Rīkkopa
Instruments vecākiem

Orīģināls projekts

"KOM"
"KORČAKA RŪPES PAR SAPŅIEM "

ELISE RĪKKOPA

Oriģināls Joannas Sikorskas projekts terapeitisko instrumentu veidā bērnu ar īpašām vajadzībām vecākiem, aizbildņiem un skolotājiem.

Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Ievērojot starptautiskā ES projekta “Elise”, kas veltīts bērnu invalīdu vecākiem, skolotājiem un aizbildņiem, vadmotīvu, piedāvāju atbalstošas terapijas, kuras var izmantot patīkamā veidā gan ceļojumos, gan brīvdienu braucienos.

Ceru, ka katrs no jums šajā terapijā radīs prieku un virzīs sava bērna attīstību.

Dizains ir sagatavots tā, lai, skatoties ar bērna acīm, tas būtu tiešs endorfīnu avots.

Rīkkopa ir saistīta ar vairāku specializētu terapiju kombināciju, piemēram, dzīvnieku terapija, aromterapija, fizioterapija, manuālā terapija, mūzikas terapija un fototerapija, kas stimulēs bērnus atvaļinājumā, brīvajā laikā sniedzot visai ģimenei vairāk pozitīvu iespaidu un emociju.

Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Vērts atzīmēt, ka bērnu ar invaliditāti atbalstošo terapiju priekšlikumi ir īpaši atlasīti un pielāgoti praksei skolas un mājas vidē, t.i., ikdienā un atvaļinājumā, plaši pieejami un ērti praktizēšanai dažādās vietās. Iedvesmojoties no Korčaka pieejas, kas bērnam saskata cilvēku, bet arī skatās uz pasauli ar bērna, nevis pieaugušā acīm, savu projektu nosaucu par "Korčaka rūpes par sapņiem" un ar prieku varu to prezentēt kā rīkkopu, ti, terapeitisku līdzekli bērnu ar īpašām vajadzībām vecākiem, aizbildņiem un skolotājiem.

Saite uz filmu "Sociālie šķēršļi ceļošanai ģimenēm ar bērniem invalīdiem":

<https://www.mamaniezawszebylamama.pl/index.php/film?lang=pl>

Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



DZĪVNIEKU TERAPIJA

Šī terapija ietver ciešu kontaktu ar dzīvniekiem un atbalsta sensoriku, emocionālo apziņu, labirintu, skeleta sistēmu, mazina muskuļu sasprindzinājumu, paaugstina pašvērtējumu, efektivitāti, sociālās attiecības, māca patstāvību, atbildību, atslābina, nodrošina endorfīnus, rehabilitē bērnus ar bērnu paralīzi un multiplo sklerozi, autismu, Aspargera sindromu, UDHS, paaugstinātu jutību un emocionālām problēmām, t.i., padošanos, bailēm, neuzticēšanos, depresiju, stimulāciju



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Mēs izšķiram vairākus dzīvnieku terapijas veidus, ņemot vērā saskarsmi ar dažādu sugu dzīvniekiem un to tiešo mijiedarbību ar cilvēkiem.

Hipoterapija - mijiedarbība ar zirgu

Suņu terapija - saskarsme ar suni

Felinoterapija - saskarsme ar kaķi

Alpakoterapija - saskarsme ar lamām

Avioterapija - saskarsme ar putniem

Onoterapija - saskarsme ar ēzeli

Lagoterapija - saskarsme ar trušiem

Rodoterapija - saskarsme ar grauzējiem

Kavioterapija - saskarsme ar jūrascūciņu

Delfīnterapija - saskarsme ar delfīniem

Boviterapija - saskarsme ar ragainiem mājdzīvniekiem (kazām, aitām, liellopiem)

Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Karols, zēns ar autismu, mācās Korčaka Sapņu skolas 5. klasē. Jau 4 mēnešus Karols regulāri apmeklē hipoterapiju, ko ik nedēļu izglītošanas stundu ietvaros organizē skola viņa pagalmā.



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Šādi 11 gadus vecais Karols redz hipoterapiju:

Laikam man visvairāk patīk ceturtdienas, vienmēr tās gaidu ilgi, veselu nedēļu, bet tikšanās ar Džeriju mani pilnībā atalgo, jo Džerijs ir vienkārši lielisks.

Vai jūs zināt, kas ir Džerijs? Viņš ir īsts draugs, ar kuru man patīk spēlēt indiešus un kovbojus; dažreiz es esmu Zorro vai vens no 3 musketieriem, vai žokejs, jo es vienmēr valkāju ķiveri pirms satikšanās ar viņu. Ar Džeriju viss ir iespējams, katra spēle ir izdevusies, tiklīdz aktivizēju savu fantāziju sēžot viņam mugurā, jo Džerijs ir mans mazais zirdziņš, īsts ponijs; manā brokastu uzkodā mamma vienmēr liek ābolus un burkānus, kurus viņam dodu mūsu tikšanās beigās, glāstot viņa garās, gaišās krēpes un pieglaužoties viņa brūnajam, mīļajam purniņam.

Es daru to pašu, kad apsēžos seglos, noliecos uz priekšu, apguļos un apskauju Džeriju, ar rokām apķerot viņa gludo kaklu un krēpes, un viņš mani lēnām nes uz muguras. Man ļoti patīk šie brīži.

Jāpalielās, ka nesen man izdevās vienam pašam nostāvēt seglos uz taisnām kājām ar paceltām rokām; es pat nepakustējos, kad mans ponijs sakustējās un veica veselu loku apkārt skolas pagalmam. Zināt, visi man aplaudēja, un es jutos tik lieliski, kā mans mīļākais varonis. Es mīlu ceturtdienas ar Džeriju uz visiem 300%!

Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Šādi hipoterapiju redz Karola māte Kaša Lefanoviča:
Saite uz Karola mammas stāstījumu:

<https://www.youtube.com/watch?v=BRrRYoBukVQ>

Citu vecāku viedokli par hipoterapijas ietekmi
brīvdienās var uzzināt filmā "Sociālie šķēršļi ceļošanai
ģimenēm ar bērniem invalīdiem". (Pirmā saite šajā e-
pastā)

Saite uz izglītojošu raidījumu bērniem par dzīvnieku
terapiju no bērna skatunkta un iepazīstinot viņus ar
dzīvnieku ārstu maģisko pasauli:

[https://www.polskieradio.pl/18/4775/Artykul/2707563
,Zooterapia-
Nazdrowie?fbclid=IwAR1gH5Upgb0qtfUphkJnow9BloG
7vq_ILkn5HVZhHZDYf0tlajOmiLgCXHQ](https://www.polskieradio.pl/18/4775/Artykul/2707563_Zooterapia-Nazdrowie?fbclid=IwAR1gH5Upgb0qtfUphkJnow9BloG7vq_ILkn5HVZhHZDYf0tlajOmiLgCXHQ)

Agrotūrisma piedāvājumā mūs ieskauj dzīvnieki, kas
pastiprina terapijas pozitīvo ietekmi. Salīdzinot ar
citiem tūrisma veidiem, te mums ir iespēja pavadīt
laiku kopā ar dzīvniekiem un izmantot zooterapijas
priekšrocības, piem., ņemot līdzi savu suni uz
viesnīcu, peldoties ar delfīniem, vērojot putnus vai
izpētīt apkārtni neatkarīgi no galamērķa, doties uz
staļļiem, lai bērniem būtu iespēja satikties ar zirgiem
un ponijiem, piedalīties hipoterapijā Jūsu
atvaļinājuma laikā un jautri pavadīt laiku.



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



AROMTERAPIJA

Tā atbalsta koncentrēšanos un imunitāti, dabiski iedarbojas uz imūnsistēmu un nervu sistēmu.

Tā arī uzlabo garastāvokli un pašsajūtu, mazina sāpju simptomus, attīra organismu no toksīniem, atbalsta visu imūnsistēmu, mazina agresivitāti, veicina koncentrēšanās, domāšanas un radīšanas procesu.

Aromterapija darbojas divās darbības jomās. Pirmā joma attiecas uz baktericīdām un virucīdām īpašībām. Otrā joma pozitīvi ietekmē mūsu emocijas un garastāvokli, stimulējot nervu sistēmu.



Kā to var panākt? Vietas, kur bērni uzturas mājās, skolā vai viesnīcas istabā, ir pareizi jāmitrina ar ūdens tvaikiem, kam pievienoti mūsu bērnu individuālajām veselības vajadzībām un smaržas vēlmēm atbilstoši dabīgu eļļu pilieni (koncentrēšanās, hiperaktivitātes, apātijas, agresijas, iesnu vai klepus mazināšanai izmantojam dažādas eļļas)

Pietiek arī uzpildināt dažus pilienus uz bērna drēbēm, piemēram, blūzes apkakle būs ideāla vieta, lai saostu smaržu un nodrošinātu smadzenēm impulsus un stimulus, kuriem ir pozitīva ietekme uz mūsu ķermeni.

Tas ir patiešām vienkārši un viegli izdarāms jebkuros apstākļos.



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Mūsdienās, pandēmijas laikmetā, veselības tēmai ir cita, lielāka un svarīgāka dimensija, līdz ar to pieaug aromterapijas nozīme antibakteriālo eļļu gadījumā.

Iemesls ir patogēno mikrobu nespēja imunizēties pret visām ķīmiskajām un organiskajām vielām, jo pat vienkāršākajā ēteriskajā eļļā ir 200 līdz 400 vielas, un dažas no tām ir tik zemā koncentrācijā, ka tās nav iespējams izšķirt. Sastāvā nav tikai viena aktīvā viela, bet gan milzīgs klāsts dažādu vielu.

Piemēram, antibiotikām, pretojas arvien vairāk mikroorganismu, jo tajās darbojas tikai viena viela, nevis visa armija.

Līdz pat mūsdienām nav identificēta neviena pret ēteriskajām eļļām izturīga baktērija, un aromterapija lieliski darbojas kā palīgterapija.

Speciāli bērniem ar īpašām vajadzībām paredzēto ēterisko eļļu saraksts ir šāds: lavanda, citrusaugļi, timiāns, rozmarīns, kanēlis, krustnagliņas, piparmētra, tējas koks, eikalipts.

Ir svarīgi vispirms sazināties ar savu aromterapeitu, lai saskaņotu smaržvielas un eļļas atbilstoši jūsu bērna individuālajām maņu vajadzībām un emocionālajai pieredzei.

Saite uz video no ģeogrāfijas stundām apvienojumā ar ievadu aromterapijā

<https://www.youtube.com/watch?v=5eyZP5Uv6qY>

Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Lavanda

Īpašības: paaugstina beta viļņu aktivitāti smadzenēs, nomierina, cīnās ar bezmiegu, papildus atbaida kukaiņus – kodes, odus, mušas.

Palīdz cīnīties pret: galvassāpēm, dzīstošām brūcēm, apdegumiem un čūlām, arī intīmās vietās un mutē, dezinficē saaukstēšanās, angīnas, iesnu un klepus, UDHS un hiperaktivitātes gadījumā



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Eikalipts - Īpašības; baktericīdas, pretvīrusu, pretiekaisuma un stimulējošas.

Palīdz cīnīties pret: biežām iesnām, sāpēm kaklā vai aizliktiem deguna blakusdobumiem, atbalsta asinsriti – sasilda nosalušas pēdas un sirdi, stimulē pelēko šūnu darbību.



Tējas koks - Īpašības: nomierina, palīdz kontrolēt šoku, histēriju, palielina garīgo un fizisko pretestību.

Palīdz cīnīties pret: sēnīšu, vīrusu, baktēriālām ādas problēmām, plaušu sinusa infekcijām (cīnās ar gļotām).

Rozmarīns - Īpašības: pretvēža, pretiekaisuma, antibakteriālas, antioksidanta, virucīdas un fungicīdas, uzlabo gremošanu.

Stiprina imunitāti, aizsargā pret UV starojumu.

Palīdz cīnīties pret: glikozes līmeņa pazemināšanos asinīs, gripas simptomiem; uzlabo lipīdu profilu.



Timiāns - Īpašības: palīdz atjaunoties pēc slimības, piemīt pretnovecošanās īpašības, uzmundrina prātu pēc garīgiem pārdzīvojumiem, palīdz Alcheimera sindroma gadījumā.

Palīdz cīnīties pret: sirds un asinsvadu sistēmas slimībām, ekstremitāšu pietūkumu, pārmērīgu svīšanu, hepatītu un citām kaitēm.

Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Piparmētra

Īpašības: attīra un stimulē prāta darbu, palīdz koncentrēties, atbaida kukaiņus, īpaši ērces.

Palīdz cīnīties pret: gremošanas, pārmērīgas apetītes, sliktas dūšas un citām kuņģa problēmām, muskuļu pārkaršanu, drudzi.
Paredzēts bērniem ar autismu un UDHS.



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Kanēlis – Īpašības: piemīt antiseptiskas, pretsāpju, baktericīdas un pretiekaisuma īpašības.

Palīdz cīnīties pret: novājinātu imunitāti, ādas problēmām un iekaisumiem.

Krustnagliņas – Īpašības: piemīt antibakteriālas, pretvīrusu un pretsēnīšu, pretalerģiskas un antiseptiskas īpašības.

Palīdz cīnīties pret: sliktu garastāvokli un pašsajūtu (motivē darboties), elpceļu slimību un saaukstēšanās simptomiem, angīnu, gripu, iesnām un klepu, astmu, kā arī neiralģiju, kuņģa darbības traucējumiem, meteorismu, caureju un sliktu dūšu.



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Citrons

Īpašības: uzlabo atmiņu, koncentrēšanās spējas, mazina trauksmi un stresu, sniedz pozitīvu noskaņojumu.

Palīdz cīnīties ar: aknu problēmām, pārmērīgu skābumu, novājinātiem matiem, nagiem un ādu, depresiju un apātiju, izklaidību. Ieteicams bērniem ar autismu.

Apelsīns

Īpašības: ienes sirdī prieku un optimismu.

Palīdz cīnīties pret: depresīviem un apikāliem stāvokļiem, asinsrites problēmām, pietūkumu, neveselīgu vai taukainu ādu. Ieteicams bērniem ar autismu.



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



FIZIOTERAPIJA

Tā palīdz atgriezties pie fiziskā vingruma, samazina muskuļu sasprindzinājumu, regulē limfātisko sistēmu, koriģē stāju, atslābina un atbalsta muskuļu sistēmu.

Nepieciešama vizīte pie fizioterapeita, kurš veiks diagnozi un sniegs vecākiem atbilstošus ieteikumus un vingrojumu kompleksu, ko var veikt 2 kvadrātmetros gan mājās gan esot atvaļinājumā.



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



MANUĀLĀ TERAPIJA

Veicina: roku terapiju, sensoriku, dziļo sajūtu, koncentrēšanos, pacietību, precizitāti, radošo domāšanu, telpisko iztēli, radīšanu.

Brīvdienās katru dienu spēlējam manuālās darbnīcas, kas pieskaņotas apmešanās vietai un vietējiem resursiem.

Piemēram, būdiņas, mājas no čiekuriem, skulptūras no koka gabaliem, ornamentu no gliemežvākiem, smilšu burkas, lietas veidotas no zariem, smilšu skulptūras pludmalē.

Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



MŪZIKAS TERAPIJA

Veicina relaksāciju, mazina muskuļu sasprindzinājumu un nomierina. Palīdz paaugstinātas dzirdes jutības problēmu gadījumos.

Terapija ietver relaksējošas, bērna iemīļotas mūzikas klausīšanos austiņās katru dienu, vismaz pusstundu, atpūšoties pēc vakariņām, vienalga, pludmalē vai uz dīvāna.



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



FOTONTERAPIJA

Tā veicina datorzinātņu, programmēšanas, emocionālās kontroles, attiecību veidošanas, maņu apmācību un radošās domāšanas izpēti.

Paņemti līdzī atvaļinājumā ar planšetdatoru vadāmu robo-suni Fotonu, kas aprīkots ar atbilstošu un bērna veselības stāvoklim pielāgotu programmatūru, patiesībā nevajadzētu būt problēmai; tas lieliski novērsīs uzmanību no spēlēm un telefona, vadot viņus cauri rotaļām ar regulāru izglītojošu, sensoru un arī stimulējošu terapiju.

Fotona priekšrocības, kas balstītas uz Polijas speciālistu izstrādātu inovatīvu tehnoloģiju, ir novērtētas 72 pasaules valstu tirgos.

Saite uz filmu "Mūsdienu tehnoloģijas izglītībā, ņemot vērā bērnu ar īpašām vajadzībām mācīšanos":

<https://youtu.be/czZUFNhBJAo>



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Saite uz mācību video vecākiem, skolotājiem un
aizbildņiem, kas izskaidro terapijas principus
bērnam ar robotu

<https://www.youtube.com/watch?v=LjFvqBL2Z1w>



Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



Pirms pēc iespējas efektīvāk izmantot KRS terapiju kā daļu no atvaļinājuma, ir jābūt apzinātai paša tūrisma veida izvēlei, lai ņemtu vērā visas tā priekšrocības un trūkumus paša bērna acīm.

Ģimenēm ar bērniem ar īpašām vajadzībām ieteicamais tūrisma veids ir agrotūrisms, jo tas ir viegli papildināms ar pilnu KRS terapiju.



Nobeigumā es vēlētos parādīt Korčaka Sapņu skolas audzēkņa, zēna ar UDHS un autisko spektru, pedagoģiskā un terapeitiskā darba ietekmi.

13 gadus vecajam Antekam ļoti patīk kalni, kā pats saka: “Katrs kalns”, bet visvairāk – Himalaji. Neskatoties uz slimību, viņam ir sapņi un ar vecāku palīdzību viņš tos realizē un izbauda, gluži kā tad, kad atradās Everestā.

Ģeogrāfijas stundai viņš sagatavoja prezentāciju, ko papildināja ar stāstiem par ģimenes brīvdienām Himalajos.

<https://www.youtube.com/watch?v=IBIUNm70YtE>

Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"



LAI VEICAS

ar

"KRS"!

Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"

Bibliogrāfija:

<http://www.animaloterapia.eu/6-polskie-stowarzyszenie-hodowcow-oslow/>

www.zwierzetaludziom.pl

www.kynoterapia.eu

www.pthip.org.pl

www.pettherapysociety.com

www.delfinoterapia.net.pl

<https://portalzdrowiadziecka.pl/index.php/video/terapia-poprzez-muzyke/>

Starptautiskais PROJEKTS "ELISE"

Bibliogrāfija:

Szczuciński, A. (2005). Przygotowanie psychologiczno-motoryczne i możliwości organizacyjne osób niepełnosprawnych oraz organizacji skupiających osoby o specjalnych potrzebach do udziału w ruchu turystycznym, In Międzynarodowa Konferencja Osób Niepełnosprawnych Krajoznawstwo i turystyka osób niepełnosprawnych – bez granic i barier.

Janusz Korczak "jak Kochać Dziecko" Data 1. wyd. pol.:1998-01-01 ISBN:9788366719064

<https://parenting.pl/autystyczny-chlopiec-w-podrozy-zachowanie-zalogi-wzrusza>

<https://portal.abczdrowie.pl/rehabilitacja-dzieci-z-autyzmem>

<https://cordis.europa.eu/article/id/123847-teaching-robots-how-to-interact-with-children-with-autism/pl>

<https://www.instytutaroma.pl/top-10-olejkow-eterycznych-dla-autystow/>