

Δυσπραξία

Αναπτυξιακή Διαταραχή Κινητικού Συντονισμού

Κάθε μας κίνηση-λειτουργία, αποτελείται από ένα συνδυασμό γνωστικών, αντιληπτικών και κινητικών διαδικασιών που συμβαίνουν παράλληλα και για τους περισσότερους από εμάς, αυτόματα. Όμως δεν συμβαίνει το ίδιο και σε ένα παιδί με Δυσπραξία το οποίο δυσκολεύεται στη μάθηση / κατάκτηση δεξιοτήτων που απαιτούν κινητικό συντονισμό και αυτό επηρεάζει άμεσα τη συμμετοχή του σε καθημερινές ή Σχολικές Δραστηριότητες καθώς και την ανάπτυξη των γλωσσικών του δεξιοτήτων.

Παιδί με τυπική ανάπτυξη	Παιδί με δυσκολία στο Συντονισμό των κινήσεων
<p>Ο Γιώργος, 4 ετών, σηκώνεται από το κρεβάτι του το πρωί, φοράει κουμπώνει μόνος του το τζιν παντελόνι με την καινούργια ζώνη. Τρέχει στη κουζίνα. Με το ένα χέρι σταθεροποιεί το μήλο και με το άλλο τσιμπάει το μήλο με το πιρούνι. Έτοιμος για το σχολείο κατεβαίνει τις σκάλες τρέχοντας, μπαίνει στο αυτοκίνητο και δένει τη ζώνη του. Φτάνοντας, βλέπει στο προαύλιο ένα καινούργιο ποδήλατο. Είναι λίγο μεγαλύτερο από το δικό του, αλλά αμέσως προσπαθεί να το οδηγήσει. Τεντώνει τα χέρια και τα πόδια του για να φτάσει το τιμόνι και τα πετάλια. Είναι πολύ χαρούμενος με το καινούργιο του κατόρθωμα.</p>	<p>Ο Νίκος, 4 ετών, σηκώνεται αργά απο το κρεβάτι του. Αγνοεί το παντελόνι με την καινούργια ζώνη που του έχει ετοιμάσει η μαμά και φοράει την αγαπημένη του φόρμα με την ελαστική μέση. Πηγαίνει στην κουζίνα, προσπαθεί να τσιμπήσει το μήλο με το πιρούνι, αλλά του γλιστράει και φευγει απο το πιάτο. Όταν είναι η ώρα για το σχολείο, κατεβαίνει προσεκτικά τις σκάλες: το δεξί πόδι πρώτα, ύστερα το αριστερό, σε κάθε σκαλί. Μπαίνει στο αυτοκίνητο και περιμένει τη μαμά του να δέσει τη ζώνη. Φτάνοντας στο σχολείο ψάχνει να βρεί το παλιό ποδήλατο. Ενώ τα άλλα παιδιά κάνουν κύκλους με τα ποδήλατα τους γύρω απο αυτόν, ο Νίκος απλά κάθεται εκεί με τα πόδια του κρεμασμένα κάτω.</p>

Γιατί υπάρχει αυτή η απόκλιση στις αντιδράσεις των δύο συνομήλικων παιδιών;

Τα αίτια που προκαλούν τις δυσκολίες στο Συντονισμό των Κινήσεων δεν είναι ξεκάθαρα.

Ωστόσο, είναι γνωστό οτι δυσκολίες που μπορεί να εμφανιστούν στη διαδικασία επεξεργασίας και μεταβίβασης μιας πληροφορίας απο τον εγκέφαλο στο σώμα, επηρεάζουν την ικανότητα του παιδιού να κινηθεί αποτελεσματικά. Για κάποια παιδιά, η ακριβής πληροφορία δεν θα περάσει τη "γέφυρα" μεταξύ εγκεφάλου και σώματος και έτσι δεν θα παράγει την αναμενόμενη αντίδραση για το συγκεκριμένο ερέθισμα.

Παράδειγμα

Το να κλωτσήσει ένα παιδί μια μπάλα φαίνεται πολύ εύκολο και απλό, στην πραγματικότητα όμως πρέπει να συμβεί η εξής διαδικασία:

1. Το παιδί συλλαμβάνει την ιδέα της δραστηριότητας και κάνει μια "σηματική" αναπαράσταση στο μυαλό του. Δηλαδή φαντάζεται να ισορροπεί στο ένα πόδι, να σηκώνει το άλλο σε κατάλληλο ύψος, ενώ έχει πάρει θέση κοντά στην μπάλα και τελικά την κλωτσάει.

2. Οργανώνει τις κινήσεις του με διαδοχικό τρόπο, δηλαδή φτιάχνει στο μυαλό του ένα σχέδιο δράσης. Το σχέδιο αυτό αποτελείται από τα εξής βήματα: 1. κοιτάει την μπάλα, 2. παίρνει θέση κοντά σε αυτήν, 3. σηκώνει το πόδι, 4. στοχεύει και 5. κλωτσάει την μπάλα.

3. Εκτελεί την δραστηριότητα. Σηκώνει το ένα πόδι ενώ το άλλο διατηρεί την ισορροπία. εκτείνει το πόδι μπροστά με ελεγχόμενη δύναμη, ώστε να κλωτσήσει την μπάλα στον επιθυμητό στόχο.

Η ικανότητα εκτέλεσης των τριών παραπάνω βημάτων ονομάζεται Πράξη.

Χαρακτηριστικά Δυσπραξίας

Μερικά από τα συμπτώματα που μπορούν να εμφανιστούν ανα τομέα λειτουργικής ενασχόλησης και ανάλογα με την ηλικία του παιδιού είναι :

- Αυτοεξηπρήτηση

- Ανήσυχος ύπνος. Το παιδί συχνά ξυπνά κατά τη διάρκεια της νύχτας και χρειάζεται καθησύχαση.

- Καθυστέρηση στην εκπαίδευση δεξιοτήτων χρήσης της τουαλέτας.

- Δυσκολία στην εκμάθηση δεξιοτήτων ένδυσης/απόδυσης. Καθυστερή να ντυθεί το πρωί. Μπερδεύει τη σειρά με την οποία βάζει τα ρούχα, δυσκολεύεται στην τοποθέτηση ρουχισμού (το μέσα-έξω, το μπρός-πίσω) και αξεσουάρ (κάλτσες, γάντια, σκούφοι) και με τα κουμπόματα των ρούχων.

- Αδεξιότητα κινήσεων κατά την σίτιση. Το παιδί δυσκολεύεται να χρησιμοποιήσει μαχαιροπίρουνα και λερώνεται συχνά.

- Αργή εκτέλεση δραστηριοτήτων προσωπικής υγιεινής, κυρίως όταν δεν βλέπει τα χέρια του (λούσιμο, χτένισμα, βούρτσισμα δοντιών κ.ά.)

- Παιχνίδι

- Υπερκινητικότητα ή αντίθετα αποφυγή κινητικών δραστηριοτήτων (π.χ. στην παιδική χαρά).

- Δυσκολία σε δραστηριότητες που περιλαμβάνουν τρέξιμο, πηδηματάκια, ισορροπία και παιχνίδια με μπάλα. Η κίνηση στο χώρο είναι ασυντόνιστη, με έλλειψη ρυθμού.

- Δυσκολία με κατασκευαστικά παιχνίδια, όπως τουβλάκια και τα παζλ, αδέξια χρήση των χεριών.

- Δυσκολία με το χειρισμό πεταλιού σε ποδήλατο. Προτιμά παιχνίδια που δεν απαιτούν συνεργασία χεριών και ποδιών ταυτόχρονα.

- Αποφεύγει την αναρρίχηση και το σκαρφάλωμα. Αγχώνεται με το ύψος.

- Δυσκολία στο συμβολικό και στο φανταστικό παιχνίδι.

- Λόγος και ομιλία

- Το παιδί μπορεί να αρθρώσει κάποια αποα τα φωνήματα αλλά δεν θα χρησιμοποιεί σωστά στην αυθόρμητη ομιλία.

- Παρουσιάζει μη σταθερά φωνολογικά λάθη, δηλαδή μπορεί π.χ. να παράγει το φώνημα /κ/ στη λέξη καπέλο αλλά να μην το παράγει στην λέξη "κότα" και ασυνέπεια στην παραγωγή λέξεων, πχ. μπορεί τώρα να παράγει τη λέξη "μήλο" σωστά και αργότερα να την παράγει λανθασμένα πχ. "πήλο".

- Δυσκολεύεται να μιμηθεί ήχους ή λέξεις.

- Στην αυθόρμητη ομιλία χρησιμοποιεί αυτοματοποιημένες λέξεις με σωστή εκφορά.

- Δυσκολία στην εκφορά πολυσύλλαβων λέξεων.

- Παρουσιάζει αναζήτηση αρθρωτών κατά την προσπάθεια παραγωγής μιας λέξης.

* 50% των παιδιών που έχουν διαγνωστεί με Δυσπραξία, έχουν δυσκολία στην κατάκτηση των γλωσσικών δεξιοτήτων.

- Σχολείο

- Φτωχή Οργάνωση:

- Δυσκολία να προσαρμοστεί στο πρόγραμμα του σχολείου

- Ξεχνά να πάρει απο το σπίτι το απαραίτητο υλικό και εξοπλισμό (τετράδια, μολύβια, χάρακα κ.α.)

- δεν μεταφέρει μυνήματα απο το σχολείο στο σπίτι (πχ διάβασμα για το σπίτι).

- Δυσκολία στην κατάκτηση χωρικών και χρονικών εννοιών

- Δυσκολίες στη χρήση σχολικών οργάνων (μολύβια, χάρακας, διαβήτης).

- Εξαιτίας των δυσκολιών στην ακουστική επεξεργασία και την οπτική αντίληψη επηρεάζεται η ικανότητα του παιδιού:

- να ενισχύσει την ακουστική και οπτική του μνήμη σε βαθμό αντίστοιχο της χρονολογικής του ηλικίας.

- να συγκρατήσει και να εκτελέσει σειρά από οδηγίες/εντολές.

- να τοποθετήσει και να γράψει τους αριθμούς στη σωστή σειρά
- να αντιγράψει από απόσταση/από τον πίνακα

*Προϋπόθεση

για την διάγνωση της δυσπραξίας αποτελεί η ύπαρξη φυσιολογικής νοημοσύνης και η απουσία νευρολογικών ή άλλων διαταραχών που θα μπορούσαν να προκαλέσουν αντίστοιχα συμπτώματα.

Πώς μπορεί να βοηθήσει ένα θεραπευτικό πρόγραμμα;

Το κατάλληλο πρόγραμμα πρώιμης παρέμβασης (εργοθεραπείας, λογοθεραπείας) μπορεί να κατευθύνει και να εκπαιδεύσει γονείς και εκπαιδευτικούς που έχουν παιδιά με δυσκολία στον Συντονισμό των Κινήσεων, στους κατάλληλους χειρισμούς και τεχνικές, οι οποίες θα αναδείξουν και θα προωθήσουν τον δυναμικό του παιδιού. Ένα κατάλληλο θεραπευτικό πρόγραμμα μπορεί να βοηθήσει το παιδί:

- είτε να εξαλείψει τέτοιου είδους δυσκολίες και να μάθει νέες δεξιότητες
- είτε να μειώσει τις δυσκολίες που παρουσιάζονται σε βαθμό που να μην έχουν λειτουργικό αντίκτυπο στη συμμετοχή του σε διάφορες δραστηριότητες
- είτε να βρει τρόπους να αντισταθμίσει τις δυσκολίες αυτές

Αντίθετα, παιδιά που δεν θα δεχθούν παρέμβαση, μπορεί εσφαλμένα να θεωρηθούν τεμπέληδες ή παιδιά χωρίς κίνητρα, που δεν προσπαθούν και δε συγκεντρώνονται. Πολύ σημαντικές θεωρούνται και οι δευτερεύουσες συμπεριφορές που απορρέουν από το αίσθημα αποτυχίας που συχνά αισθάνεται το παιδί και αφορούν δεξιότητες επικοινωνίας, προβλήματα συμπεριφοράς και μαθησιακές δυσκολίες.

Δυσπραξία, δυσλεξία και ΔΕΠ-Υ

Σε έρευνα που δημοσιεύτηκε στο tinsleyhouseclinic.co.uk, έδειξε ότι:

- Από τα παιδιά με αρχική διάγνωση ΔΕΠ-Υ, το 89% είχε επίσης δυσπραξία και το 30% είχε επίσης δυσλεξία.
- Από τα παιδιά με αρχική διάγνωση δυσλεξία, το 21% είχε επίσης ΔΕΠ-Υ και το 84% είχε επίσης δυσπραξία.
- Από τα παιδιά με αρχική διάγνωση δυσπραξία, το 36% είχε επίσης ΔΕΠ-Υ και το 50% είχε επίσης δυσλεξία.
- Η αναλογία μεταξύ αγοριών και κοριτσιών είναι 4/1

Συμβουλές

- Σταθερότητα. Όταν μαθαίνει το παιδί μια νέα δραστηριότητα προσπαθήστε να τη δουλεύετε στο ίδιο μέρος και με τα ίδια υλικά κάθε φορά.

- Επανάληψη. Ίσως χρειαστεί να επαναλάβετε τη δραστηριότητα πολλές φορές, για αρκετές μέρες. Διατηρείτε σταθερές συνθήκες σε κάθε επανάληψη.
- Ξεκάθαρες σύντομες οδηγίες. Δώστε μία εντολή κάθε φορά. Μην υπερφορτώνεται το παιδί με πλήθος λεκτικών οδηγιών που μπορεί να το μπερδέψουν. Χρησιμοποιήστε οπτική βοήθεια ή επίδειξη όπου είναι δυνατό.
- Σεβαστείτε το ρυθμό του παιδιού. Αν το παιδί δεν είναι έτοιμο ή πρόθυμο να μάθει μια νέα δεξιότητα, θα είναι εξαιρετικά δύσκολο να τη διδάξετε. Προχωρήστε ένα βήμα τη φορά, όταν είστε σίγουροι ότι το παιδί θα μπορέσει σε κάποιο τουλάχιστον βαθμό να υποστηρίξει το βήμα αυτό.
- Επιβράβευση. Συχνά το παιδί θα καταβάλλει γιγάντιες προσπάθειες και μεγάλο αριθμό επαναλήψεων και παλιό δεν θα καταφέρνει να ολοκληρώσει τη δραστηριότητα. Είναι σημαντικό για εκείνο να επιβραβεύετε κάθε του προσπάθεια ανεξαρτήτως αποτελέσματος.
- Ισορροπία μεταξύ βοήθειας και αυτονομίας. Ενθαρρύνετε το παιδί να εκτελέσει μία δραστηριότητα όσο καλύτερα μπορεί, χωρίς να έχετε μεγάλες προσδοκίες. Εμπλακείτε ενεργά σε κάθε δραστηριότητα προσφέροντας βοήθεια, ακόμη και αν χρειαστεί να την εκτελέσετε εσείς αντί γι 'αυτό.