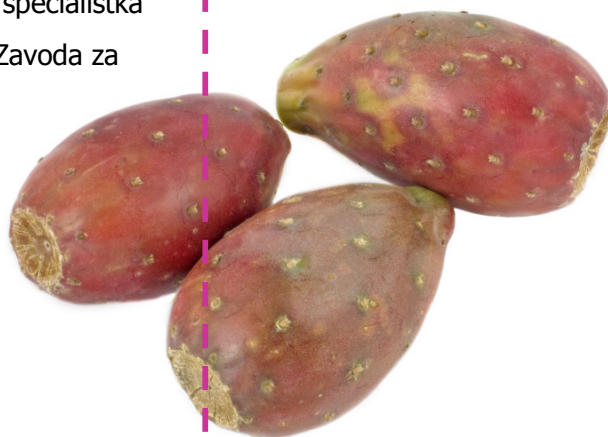


# E-UČITELJ

APRIL 2010

Aprilski E-učitelj je namenjen avtizmu ter pogovoru s strokovnjakinjo za klopni meningoencefalitis – pogovor s strokovnjakinjo Ondino Jordan Markočič, dr. med., specialistka epidemiologije, ki deluje v Centeru epidemiologije, Zavoda za zdravstveno varstvo Ljubljana.



## Založil:

MIB d.o.o.  
podjetje za svetovanje,  
izobraževanje in trgovino  
d.o.o.

Reška ulica 11  
1000 Ljubljana

Tel.: 0590 72 730  
Faks: 0590 72 739

E-pošta: [info@mib.si](mailto:info@mib.si)  
[www.mib.si](http://www.mib.si)

Urednici:  
Maruška Željeznov Seničar  
Edita Šelih

ISSN 1855-3397

Dogajanja v maju in juniju 2010 bodo zanimiva:

- 20. maj 2010 Strokovna konferenca z naslovom Alternativne metode poučevanja (Ljubljana)
- 26. maj 2010 Strokovna konferenca z naslovom Vedenjske in čustvene motnje pri otrocih in mladostnikih
- 2. junij 2010 Strokovna konferenca z naslovom Strategije obvladovanja stresa pri učiteljih (Ljubljana)
- 9. junij 2010 Strokovna konferenca z naslovom Senzorna integracija (Ljubljana)

Vse ostale informacije: [www.mib.si](http://www.mib.si)

## Avtizem – nevrološko biološka razvojna motnja

V letošnjem šolskem letu 2009/2010 smo izvedli že dve strokovni konferenci, ki sta obravnavali problematiko avtizma (v oktobru »Otroci z avtizmom« in v decembru »Strategije za razvijanje socialno čustvenega vedenja pri otrocih z avtizmom«), v mesecu februarju bomo konferenco z naslovom »Otroci z avtizmom v vrtcu« posvetili še vzgojiteljem in vsem ostalim pedagogom ter strokovnim delavcem, ki svoje poslanstvo uresničujejo med otroci v vrtcu. Konferenci sta bili precej odmevni, kar je znamenje, da je novo znanje, predvsem s praktičnega vidika, zelo dobrodošlo v pedagoškem kadru.

Na konferencah aktivno sodelujeta z nami strokovnjakinji za avtizem, defektologinji ga. Urška Petrič in ga. Mateja Zajec, ki sta na decemberski konferenci sami prevzeli predavateljsko mesto in odkrili udeležencem precej kvalitetnih praktičnih strategij za razvijanje socialno čustvenega vedenja pri otrocih z avtizmom.

Izjemno »povpraševanje« naših udeležencev je bilo po vedno ponovni obrazložitvi in pojasnjevanju simptomov tovrstne motnje. Definicije in teorije simptomatike se med seboj prepletajo in jih je precej, nastajale pa so v zadnjih šestdesetih letih ter vse označujejo motnjo avtizma s sledečimi znamenji in procesi:

- Nesposobnost vzpostavljati odnosa z ljudmi in situacijami od začetka življenja, deluje kot gluhi; otrok – kvalitativno oslabiljen razvoj socialnih reakcij;
- Odklanjanje poskusa, da bi otroka dvignili; otrok tudi ne pomaha z roko, ne kaže s prstom (lahko pa scelo roko);
- Motnje govornega razvoja – pri nekaterih se govor sploh ne razvije, pri drugih pa ne služi komunikaciji, ne zna povedati kaj želi, ne zna postaviti vprašanj, ne posnema ali pa zelo slabo
- Izjemen mehaničen spomin;
- Ponavljanje besed, vprašanj, zamenjava zaimka, ni komunikativnega brbljanja, ne mimike;
- Motnje pri hranjenju – barva, vonj, okus hrane;
- Pretirani strah pred določenimi zvoki, gibajočimi predmeti, na drugi strani pa obsedenost s tem;
- Obsesivna želja po istosti – enakosti, strah pred spremembami;
- Omejenost spontanosti aktivnosti;
- Odsotnost očesnega kontakta, indiferentnost do ljudi, izrazit in moten emocionalni odnos do drugih, težave pri druženju z vrstniki, zamaknjenost v svoj svet;
- Dobri kognitivni potencial, sicer večinoma odklanjajo učenje, ne sledijo navodilom;
- Motnja lastne identitete do stopnje ki je neprimerna za otrokovo starost, otrok se ne odziva na svoje ime;
- Patološka prezaposlenost z določenimi predmeti ali značilnostmi predmetov;
- Abnormalne perceptualne funkcije (brez vidnega organskega vzroka);
- Akutna ekscesivna in navzven nelogična anksiozna stanja, agresija ali avtoagresija, depresivne motnje, socialna fobija, motnje hranjenja; psihološki znaki tesnobe se velikokrat kažejo v slabostih, glavobolih, bruhanju, bolečinah v trebuhu. Dejstvo je, da je tesnoba primarno čustvo ljudi z avtizmom;
- Motnje motilitete (stereotipi, hiperkinezije...);
- Miselna retardacija, znotraj katere se pojavljajo elementi normalne inteligentnosti;

- Ne boji se realnih nevarnosti, če ga kaj boli, se udari, pade, ne išče tolažbe;
- Značilna je fizična hiperaktivnost, svoje potrebe izraža s kretnjami;
- Vztraja v nesmiselni in brezciljni igri, pogosto podira predmete, neprimerno drži predmete;
- Določene veščine osvoji zelo zgodaj, ponekod zaostaja (nesorazmerni razvoj);
- Motena higiena spanja;
- Kvalitativno oslABLJENA besedna in nebesedna komunikacija ter imaginacija;
- Nesposobnost imaginacije in fantazijske igre;
- Stereotipna hoja po prstih, mežikanje, nihanje glave, mahanje z rokami;
- Vztrajanje pri lastnih in stalnih dnevnih obredih.

Simptome avtizma je možno omiliti predvsem z zgodnjo obravnavo, pri čemer je smiselna pravočasna diagnoza. Pri tem se mora pri otroku zaznati motnjo v socialni interakciji, komunikaciji ter v zoženem spektru njegovih interesov in ponavljajoče se, stereotipno vedenje. Ta poseben vedenjski fenotip je večinoma delno prisoten do tretjega leta. Ob tem si strokovnjaki pomagajo s specifičnimi instrumenti na osnovi intervjuja in opazovanj. Pri otroku s sumom na avtizem je smiselno opraviti tudi določene presnovne in genetske preiskave, elektrofiziološke preiskave in slikovne preiskave možganov.

Čustvena zrelost otrok z avtizmom zaostaja v povprečju 3 leta za vrstniki. Doživljanje in izražanje ekstremnih čustev je zanje pogosta značilnost, vendar pa jih to vodi do stalnega stresa, tesnobe, frustracije in čustvene izčrpanosti. Večinoma imajo težave na področju pozitivne samopodobe. Pri delu z njimi je potrebno najprej ugotoviti oziroma oceniti »stopnjo« njihovega razumevanja in izražanja čustev – to je zrelost čustvenega izražanja, nivo besednega zaklada za čustva, sposobnost kontroliranja čustev. Pogosto otrok pokaže motnje vedenja, ko pride iz šole, v šoli pa tovrstnih motenj lahko ne kaže. Otrokova stiska se lahko izraža na različne načine neprimerne vedenja: hihitanje, izbruhi jeze, glasno govorjenje, motorični nemir. Otroci z avtizmom zelo težko razumejo čustvena stanja drugih (bodisi jezo, zaskrbljenost, razočaranje, itd.) in se večinoma neprimerno odzivajo na določena čustva. Pri strategijah za razvijanje socialno čustvenega vedenja so smiselne kreativne rešitve, npr. **albumi s čustvi**, ki nudijo ilustracije čustev iz vsakdanjega življenja, preko tega pa lahko speljemo proces izobraževanja o obraznih izrazih, situacijah, povezanih z določenimi čustvi in tonom glasu ter telesno govorico ter **alburne slik z besedilom**, ob katerem otroka sprašujemo, kaj vidi na sliki, kako se osebe na sliki počutijo, in zakaj se počutijo tako kot misli (vprašan) otrok. Sprašujemo dalje – ali se je tudi on kdaj tako počutil ter kaj je storil ob tem, itd. Primerna strategija so tudi tako imenovane **živalske zgodbe in domine s slikami**. V živalskih zgodbah se prikaže npr. 10 različnih živali in njihove dobre ter slabe lastnosti – vsaka žival pa ima tudi svoja specifična vedenjska stanja: na primer »se šopiri kot pav«, je čista kot mačka«, itd. Domine s slikami pa so struktura 4 kompletov z 12 šestkotnimi slikami, ki se lahko razvijejo v različne smeri. Otrok si izbere določeno sliko, nanjo pa se navezujejo vprašanja – »Izbral si to sliko. Zakaj? Kako se oseba počuti? Kaj razmišlja in kaj pravi? Katero čustvo kaže in kaj bi rada?« Po tem postopku se otroka vodi do razpoznavanja razumevanja in razvijanja čustvenega potenciala.

Učenje socialnih veščin strokovnjak prilagodi otrokovim zmožnostim. Nove situacije je smiselno učiti najprej individualno, nato pa postopno vključevati še ostale otroke. Nekaj učinkovitih metod pri učenju socialnih veščin lahko redno uporabimo pri vsakodnevnem delu z otrokom z avtizmom:

**Odrasla oseba, kot prijatelj:** otrok ima mentorja, ki ga vodi, usmerja, vzpodbuja, nauči ga igranja priljubljenih iger, itd.

**Učenje izmenjave pri igri:** otroka je potrebno naučiti, kdaj je sam na vrsti pri kakšni dejavnosti, učni aktivnosti, igri. Gre za to, da se uči čakanja, pa tudi sprejemanja svojih napak in napak drugih. Teh veščin se najprej uči individualno ali v skupini dveh ali treh

otrok.

**Uporaba videa pri učenju igre:** otroci z avtizmom uživajo pri gledanju istih, njim znanih oddaj, filmov, na ta način se učijo. Možnost je tudi, da posnamemo določeno igro otroka, ter mu omogočimo, da si jo večkrat ogleda in identificira primerno ali neprimerno vedenje. Pomembno je, da ga usmerimo na pozitivne vidike situacije, na tiste, ki jih je naredil dobro, ustrezno.

**Učenje domišljajske igre:** ti otroci sicer uporabljajo domišljajske igre, ki so največkrat bazirane na likih iz filmov ali igrice, vendar so pri tem precej nefleksibilni, ker jih vsaka nova situacija – vsaka sprememba zmede. Naučiti jih je smiselno, da ni narobe, če se kdaj naredi ali odreagira drugače. Postopoma jih učimo, da se lahko kakšna stvar naredi na več možnih načinov.

**Socialne zgodbe:** gre za posebno metodo učenja socialnih veščin s pomočjo zgodbe v prvi ali tretji osebi. Socialna zgodba opiše socialno situacijo s perspektive otroka z avtizmom ter razloži, zakaj je njegovo vedenje v določeni situaciji manj primerno. S socialnimi zgodbami lahko izjemno izboljšamo socialno razumevanje in vedenje otroka z avtizmom. Take zgodbe naj ima otrok spravljene v posebni mapi, kamor večkrat pogleda in si zgodbe prebira.

Koraki pisanja socialne zgodbe: določitev teme, natančno moramo opazovati situacijo, zato, da zberemo čimveč podatkov o situaciji; vsako zgodbo napišemo dvakrat; zgodbo - ki je sestavljenai iz 3-6 opisnih povedi na vsako usmerjevalno, perspektivno in vodeno poved – prilagodimo otroku, glede na njegove interese, sposobnost branja in njegovo razumevanje. Starejši otroci in mladostniki naj sodelujejo pri nastajanju zgodbe. Ni smiselno pričakovati, da bi socialna zgodba delovala po prvem in edinem branju. Pozorni pa moramo biti, da je zgodba otroku razumljiva, da je opisana socialna situacija tudi z vidika drugih oseb in, da se ne kritizira reakcij otroka z avtizmom v določeni situaciji.

**Učenje socialnih hierarhij:** s pomočjo risanja koncentričnih krogov lahko učence z avtizmom naučimo socialne hierarhije ter drugih pravil vedenja do oseb različnih družbenih položajev. Npr. kako uporabljati humor, dotike, osebni prostor, načine pozdravljanja in drugo. V prvi krog narišemo ožje družinske člane, v drugi krog pa učitelje, sošolce, sorodnike, sosede. V naslednjem krogu so tisti, ki jih pozna, vendar redkeje srečuje in v zadnjem tisti, ki so skoraj tuji in jih le redko sreča. Na ta način je omogočena vizualna predstava različnih socialnih situacij. S pomočjo tega mu približamo specifična vedenja, ki jih imamo do ljudi v posameznem krogu.

**Delavnice socialnih veščin:** otroke z avtizmom preko demonstracij, igre vlog, preko posnetkov na kameri, učimo o pomembnosti posameznih socialnih veščin. O izvedeni veščini mora otrok vedno dobiti povratno informacijo s strani vodje delavnice.

**Vzpodbujanje internetnega prijateljstva:** ta vidik je pri osebah z avtizmom zelo pomemben, saj zaradi težav pri razumevanju neverbalne komunikacije, mimike ter manjše pestrosti socialne komunikacije v virtualnem svetu, preko interneta lažje najdejo ali vzdržujejo stike.

Za otroke z avtizmom je izjemnega pomena, da se jim navodila za določeno delovanje ali ravnanje, ki je povezano z delom pri učni uri ali z dnevnim urnikom ali s čustvenim ravnanjem, upodobi v slikovni prikaz. Pri tej strategiji je zelo funkcionalna tako imenovana »strip komunikacija«. Otroku lahko v obliki stripa ponazorimo, kako naj se vede, kako naj kaj stori ali izvede po določenem postopku. Ta strategija je izjemno učinkovita, otrok se na vizualna sporočila dobro odziva in jih prav tako dobro tudi sprejme. Pri izdelavi slikovnih sporočil oziroma znakov je potrebno uporabljati preproste simbole, lahko se ustvari tudi slovar simbolov. Slikovni prikaz se kreira v komunikaciji z otrokom. Prav tako se dogovorimo z njim, na katerem mestu v prostoru (učilnici, sobi, kuhinji, hodniku, kopalnici,...) bo strip ali slikovna prezentacija pričvrščena.

Za otroke z avtizmom je zelo pomembno strukturirano poučevanje, ki vsebuje precej vizualnih informacij, saj jih lažje razumejo, to jim omogoča predvidljivost in jasnost, postanejo pa tudi bolj samostojnejši. Ob tem je smiselno ustrezno organizirati fizični prostor (učilnico) ter pripomočke, označen mora biti tudi miren kotiček. Potrebno je

sestaviti tudi dnevne, tedenske in mesečne urnike, ter potek posamezne ure in vse to slikovno podpreti, kar pa prilagodimo starosti otroka. Ko je naloga opravljena, jo otrok obkljuka, prečrta... Če delo v razredu, učne ure ali kašne druge dejavnosti strukturiramo ustrezno potrebam otroku z avtizmom, delo z njim obrodi zelo kvalitetne sadove.

Avtizem pa lahko »obvladujemo« tudi z umetniškimi strategijami. Imeli smo možnost spoznati specifično terapevtsko glasbeno terapijo, ki vnaša različno paleto instrumentov in upošteva njihov vpliv na različne dele našega integralnega organizma. Glasbena terapija je sicer moderna strokovna praksa, čeprav so zdravljenje z glasbo poznali že Stari Kitajci. V terapevtski metodi glasbene terapije, ki sta nam jo v oktobrski konferenci »Otroci z avtizmom« predstavili in izvedli Špela Loti in Claudia Knoll, pa smo spoznali nekaj primernih glasbenih pristopov za delo z osebami z motnjami avtističnega spektra. Delo je bilo predstavljeno s prosto glasbeno improvizacijo, znotraj nje pa tehnike za spodbujanje komunikacije, socialnih veščin in interaktivnosti med terapevtom in klientom. Poudarjeno je neverbalno razumevanje in sporočanje skozi glasbeno govorico, ki je za ljudi z avtizmom lahko globoko olajšujoča.

Tudi gibno – plesna terapija z ustvarjalnim gibom se izkazuje kot pomembna komponenta v strategijah dela z otroci z avtizmom. Asistentka za področje plesnega izražanja na Pedagoški fakulteti Vesna Geršak je udeležencem prav tako oktobrski konference približala praktične principe tovrstne psihoterapevtske metode, ki jo pogosto uporabljajo tudi pri delu z otroci z avtizmom, saj ugotovitve kažejo, da oblike gibno-plesne terapije pri otroku spodbujajo uporabo lastnih telesnih gibanj kot spodbudo pri komunikaciji, raziskovanju lastnega ritma, pomoč pri samostojnejšemu gibanju in sprejetju človeških kontaktov. Plesno gibalno izražanje omogoča celostno učenje, ki pozitivno vpliva na integralni razvoj otroka. Spoznali smo plesno gibalno izvajanje različnih plesnih iger z uporabo vseh čutil - preko gibanja otrok izrazi svoja čustva in različna razpoloženja ter domišljijo. Vse to pa vpliva na razvoj zavesti o lastnem telesu, o svoji zmogljivosti, kar posledično pogloblja občutek samozaupanja ter odkriva svet, v katerem smo lahko drug z drugim na prav prijeten način. Tovrstne delavnice pripomorejo, da se otroci z avtizmom lažje zblížajo z drugimi, se jih dotaknejo, jih po svoji zmogljivosti začutijo.

Pripravila: Edita Šelih, MIB d.o.o., e-pošta: edita.selih@mib.si

## Klopni meningoencefalitis – pogovor s strokovnjakinjo

### Uvodnik in predstavitev sogovornice

Ondina Jordan Markočič, dr. med., specialistka epidemiologije,  
Center epidemiologije, Zavod za zdravstveno varstvo Ljubljana

### *Kako nevarni so lahko na prvi pogled nedolžni klopi in katere bolezni prenašajo?*

Klopi, ki so razširjeni pri nas, prenašajo klopni meningoencefalitis, boreliozo, redko tudi erlihiozo.

### *Kaj je klopni meningoencefalitis in kako se z njim lahko okužimo?*

Klopni meningoencefalitis je virusna bolezen možganske ovojnice in centralnega živčnega sistema. Okužimo se ob vbodu klopa, ki je lahko nosilec virusa klopnega meningoencefalitisa. Na mestu vboda klopa pri okužbi z virusom klopnega meningoencefalitisa praviloma ni opaznih sprememb na koži.

### *Kakšni so znaki okužbe, na katere bi morali biti pozorni učitelji in starši?*

Bolezen običajno poteka v dveh fazah. Začne se približno 7 dni po vbodu klopa in poteka v **prvi fazi** podobno kot pri gripi (slabo počutje, bolečine v mišicah, glavobol). Pri večini bolnikov sledi po prostem intervalu (nekaj dni do tri tedne) **druga faza** bolezni s visoko temperaturo, močnim glavobolom in lahko celo z nezavestjo.

Starši in učitelji naj bi bili pozorni na vsako vročinsko obolenje, še posebej, če se pojavi nekaj dni po bivanju v naravi ali izletu v naravo in/ali smo imeli vbod klopa.

### *Kako poteka bolezen in kakšne posledice lahko KME pusti na zdravju otrok?*

Bolezen običajno poteka v dveh fazah. Začne se približno 7 dni po vbodu klopa in poteka v **prvi fazi** podobno kot pri gripi (slabo počutje, bolečine v mišicah, glavobol). Pri večini bolnikov sledi po prostem intervalu (nekaj dni do tri tedne) **druga faza** bolezni s visoko temperaturo, močnim glavobolom in lahko celo z nezavestjo.

Bolezen lahko pusti trajne posledice, kot so glavobol, zmanjšana delovna sposobnost, zmanjšana sposobnost koncentracije, pareze pa tudi ohromelost. Klopni meningoencefalitis je le redko smrtna bolezen (1-2 odstotka odraslih bolnikov).

### *Kaj naredimo, če na otroku opazimo prisesanega klopa oziroma kako ga odstranimo?*

Klopa odstranimo s pomočjo posebne pincete za odstranjevanje kloпов. S pinceto ga primemo čim bližje koži, zavrtimo in počasi izvlečemo. Kožo na mestu vboda nato razkužimo. Če se pojavi vročinsko obolenje moramo takoj k zdravniku. Kožo na mestu vboda in v okolici opazujemo še več tednov. Če se pojavi rdečina, ki je značilna za lymsko boreliozo, je ravno tako potrebno čim prej obiskati zdravnika, saj je pomembno, da bolezen začnemo pravočasno zdraviti, ker s tem preprečimo nadaljnji razvoj bolezni, kasnejše oblike in zaplete.

### *Kje v Sloveniji se nahajajo okuženi klopi?*

Po oceni jih je največ v gozdnih in obgozdnih predelih Koroške, Gorenjske, Celjske in Osrednje-slovenske regije. Področje se iz leta v leto širi.

### *Kako lahko starši otroke zaščitijo pred KME?*

Za zaščito pred klopnim meningoencefalitisom je cepljenje najbolj učinkovit ukrep. Zaradi drugih bolezni, najpogostejša je lymška boreliosa, ki jih klopi prenašajo, pa se za izlete v naravo priporoča primerna obleka, repelent, ki ga naneseemo na kožo, ki ni pokrita z oblačilom ter pregled celotne kože telesa, ko se vrnemo domov.

*Kdaj je po vašem mnenju primerno obdobje za zaščito otrok pred KME s cepljenjem?*

Cepljenje proti klopnemu meningoencefalitisu priporočamo vsem, ki živijo in/ali se gibljejo v območjih, kjer se pojavlja klopni meningoencefalitis. Cepimo lahko že po dopolnjenem prvem letu starosti. S cepljenjem je priporočeno pričeti v zimskih mesecih leta.

*Kako poteka postopek cepljenja proti KME?*

S prvima dvema odmerkoma, v razmiku enega meseca, je zelo priporočljivo, da cepimo že v zimskih mesecih, zato da se vzpostavi zadostna zaščita, še preden postanejo klopi aktivni. Za dokončanje bazičnega cepljenja sledi še tretji odmerek čez 6-12 mesecev po prvem, nato pa so potrebni poživitveni odmerki, prvi čez 3 leta, vsi nadaljnji pa na 5 let.

*Kako varno je cepljenje proti KME oziroma katera opozorila morajo starši upoštevati, preden se odločijo za cepljenje otrok?*

Cepljenje je varno in učinkovito. Neželjeni stranski učinki so možni, pojavljajo pa se zelo redko, v obliki in pogostosti kot po vseh ostalih cepljenjih, ki jih otrok opravi v predšolski in šolski dobi. To so utrujenost, slabo počutje, zvišana telesna temperatura, glavobol. Pojavijo se v prvih dveh dneh po cepljenju in trajajo nekaj ur do dva dni. Kontraindikacija za cepljenje je alergija na jajčne beljakovine ali na učinkovine oziroma sestavine cepiva. Ob akutnem obolenju, ki ga spremlja povišana telesna temperatura, pa cepljenje odložimo.

*Za katere otroke je cepljenje proti KME priporočljivo?*

Cepljenje proti klopnemu meningoencefalitisu priporočamo vsem, ki živijo in/ali se gibljejo v območjih, kjer se pojavlja klopni meningoencefalitis. Če smo bolezen preboleli, smo do konca življenja zaščiteni in cepljenje ni potrebno. Cepimo lahko že po dopolnjenem prvem letu starosti.

*Ali je cepljenje osnovnošolcev proti KME obvezno?*

Cepljenje ni obvezno, ampak je priporočeno.

*Ali se cepljenje proti KME izvaja na vseh slovenskih osnovnih šolah?*

Cepljenje se izvaja na Zavodih za zdravstveno varstvo po Sloveniji in tudi v nekaterih ambulantah splošnih zdravnikov, družinskih zdravnikov, pediatrov in šolskih zdravnikov.

*V katerem razredu osnovno šole se predvidoma otroke zaščiti pred KME?*

Ni opredeljeno, priporočeno pa je čim prej. Kdaj naj bi se zaščitili ni vezano na razred šolanja, ampak na dejavnosti v naravi, ki jih imamo ali jih planiramo.

*Ali je smiselno, da starši cepijo otroke proti KME že pred vstopom v osnovno šolo oziroma ali je cepljenje priporočljivo tudi za predšolske otroke?*

Še enkrat. Cepljenje proti klopnemu meningoencefalitisu priporočamo vsem, ki živijo in/ali se gibljejo v območjih, kjer se pojavlja klopni meningoencefalitis, ne glede na to ali so predšolski ali šolski otroci. Ker je v šoli in tudi v predšolskem obdobju vedno več dejavnosti, ki se odvijajo v naravi, bi cepljenje priporočili čim prej.

