

Il ragazzo ipovedente alla Scuola Media



Suggerimenti pratici per genitori,
insegnanti e terapisti

Unitas

Associazione ciechi e ipovedenti della Svizzera italiana

Prima edizione, maggio 2012

Opuscolo informativo curato da Raffaella Crivelli, Servizio giovani ciechi e ipovedenti della Unitas

Impaginazione: Studio Boneff, Lugano

Cari genitori, Cari docenti e Cari terapisti,
l'80% delle informazioni sul nostro ambiente è ottenuto tramite il senso della vista. La fase sensibile per questo apprendimento si situa principalmente durante la prima infanzia. Per questa ragione è molto importante accompagnare il bambino cieco o ipovedente e la sua famiglia fin dall'inizio.

Il personale specializzato aiuta a valutare la situazione di un bambino o di un adolescente, i suoi bisogni concreti e dà consigli utili, durante le varie tappe della sua vita, sulle misure da prendere.

La consulenza rivolta anche ai giovani, che Unitas svolge dal 2006, vuole essere un'antenna sul territorio ticinese volta a sostenere praticamente genitori, docenti e terapisti che si trovano a lavorare con bambini e ragazzi.

Questo opuscolo informativo può quindi essere un primo approccio per affrontare più serenamente un lavoro efficace a beneficio dei giovani.

Dal 1946 la Unitas dedica le sue energie al miglioramento delle condizioni di vita delle persone cieche e ipovedenti della Svizzera italiana. Con la loro diretta partecipazione, essa ha saputo istituire in questi decenni un'importante rete di strutture, servizi e iniziative per rispondere alle esigenze di chi è affetto da un handicap visivo. Perché i suoi sforzi risultino efficaci, la Unitas ha costantemente bisogno del sostegno finanziario della popolazione e della collaborazione dei molti volontari che offrono il loro tempo prezioso a questa causa.

A tutti i nostri amici, un grazie di cuore per quanto continuano a fare per noi.

Tenero, maggio 2012

Le difficoltà visive

Il nostro occhio vede un oggetto e ne proietta l'immagine sulla retina, la quale, attraverso le varie cellule retiniche, la decodifica. Le informazioni necessarie vengono poi inviate, attraverso il nervo ottico, al cervello. Il cervello le elabora formandone una rappresentazione mentale e immagazzina la rappresentazione dell'oggetto nella memoria.

A volte però questo percorso viene deviato o distorto da disfunzioni nelle varie parti dell'occhio, nella trasmissione o nell'elaborazione a livello cerebrale.

Con deficit visivi quali miopia, ipermetropia, astigmatismo, che si situano unicamente nella parte ottica dell'occhio, l'oculista stabilisce la traiettoria del fascio luminoso e corregge con lenti adeguate la messa a fuoco dell'immagine sulla retina. L'immagine diventa nitida e riconosciuta nella sua globalità.

Queste persone hanno sì delle difficoltà visive, ma non rientrano nella casistica degli ipovedenti.

Parliamo di ipovisione, o Low Vision, quando, malgrado una correzione ottica della vista, la visione della persona rimane ridotta.

Tra la cecità e l'ipovisione esiste una quantità di forme tutte diverse di deficit visivi, che sono generate da svariati fattori; il deficit può essere congenito o acquisito, avvenuto precocemente o tardivamente.

Le difficoltà visive che possono entrare in gioco a diversi livelli generano una complessità di lettura e comprensione dell'ambiente, tale che l'azione pedagogica da mettere in atto diventa strettamen-

te individualizzata alla persona. L'aspetto sociale ed emotivo di ognuno impedisce poi una generalizzazione della presa a carico.

Al momento della scoperta di un'ipovisione, **la tempestiva segnalazione è estremamente importante**, non è mai troppo presto.

Il bambino necessita di una speciale educazione per un'evoluzione adeguata alla sua età.

Una percezione parziale delle "cose", causata da un'ipovisione, porta a una conoscenza cognitiva dell'ambiente non corretta, perché **non completa**.

Grazie alla plasticità del sistema nervoso centrale dei bambini (ossia l'adattamento che permette ai neuroni di modificarsi e di organizzarsi in base alle esperienze vissute), a una precoce stimolazione visiva e a un apprendimento di forme suppletive alla vista (quali tatto, udito, olfatto, ecc.) nei primi mesi/anni di vita, si possono migliorare le possibilità di apprendimento di tecniche e di strategie necessarie per conoscere al meglio l'ambiente e sviluppare le adeguate competenze motorie. La percezione visiva non è quindi solamente il risultato fisiologico di un processo di maturazione della funzione visiva, ma un **processo di apprendimento**.

Cosa significa avere un allievo ipovedente

Bisogna partire dall'idea che ipovisione non significa deficit delle capacità intellettive e quindi non impedisce un normale apprendimento. Ma, se non si interviene in maniera adeguata, può avere un influsso sull'evoluzione del ragazzo e sull'apprendimento.

Ogni ragazzo ipovedente reagisce diversamente e ha bisogno di aiuti e consigli adeguati alla realtà nella quale vive, perciò ognuno è comparabile solo a se stesso; generalizzare delle strategie è quindi quasi impossibile.

I fattori che entrano in gioco in un'ipovisione sono molteplici. La nostra vista dipende dall'acuità visiva, dalla sensibilità ai contrasti, dalla capacità di accomodazione (zoom), dalla convergenza binoculare, dal campo visivo, dal funzionamento neurologico e dall'intelligenza del ragazzo.

a) Cosa fare con un allievo ipovedente in classe ?

Nella maggior parte dei casi, il ragazzo ipovedente arriva alla scuola media dopo essere già stato visto o seguito da una terapeuta Low Vision e/o da un docente d'appoggio. Il docente titolare della Scuola Elementare, il docente d'appoggio se c'è e il docente di sostegno organizzano il passaggio fra i due tipi di scuole, informando il docente di sostegno della Scuola Media, che a sua volta trasmette le informazioni alla direzione e al consiglio di classe.

Il docente di classe, assieme al docente d'appoggio se c'è, in collaborazione con il docente di sostegno s'incarica del coordinamento, informando i vari interessati, per quanto riguarda il tipo di deficit, il materia-

le e i mezzi necessari. Assieme impostano un progetto pedagogico e valutano le situazioni che si vengono a creare.

L'autonomia, la partecipazione, l'autostima e il benessere generale dell'allievo dipendono molto dall'organizzazione e dalla sensibilità del corpo docenti.

Nelle scuole dell'obbligo, l'allievo ipovedente deve poter seguire i programmi scolastici e raggiungere gli stessi obiettivi dei suoi coetanei, eventualmente anche con percorsi formativi individualizzati.

L'organizzazione della Scuola Media è diversa da quella della Scuola Elementare e per un ragazzo ipovedente il cambiamento necessita di alcuni accorgimenti importanti:

- mantenere il più possibile la stessa aula per evitare troppi spostamenti
- organizzare la classe per i mezzi utilizzati dal ragazzo come computer, stampante, scanner, ecc.;
- organizzare l'orario in funzione di terapie e/o docente d'appoggio;
- valutare eventuali esoneri da materie.

b) Proposte didattiche

La presenza di un docente d'appoggio può essere preziosa nel realizzare compiti molteplici quali:

- aiutare a conoscere e muoversi nella scuola e nella classe;
- aiutare a trovare le strategie di studio;
- sostenere nell'utilizzo del computer (possibilmente già appreso alle scuole elementari);

- preparare il materiale personalizzato collaborando con i vari docenti (materiale in anticipo);
- valutare con i docenti l'alternanza delle verifiche orali e scritte;
- riprendere lezioni o argomenti in modo individuale;
- sostenere emotivamente il ragazzo.

L'integrazione di un allievo ipovedente alla scuola media necessita di una particolare attenzione verso il suo stato emotivo/psicologico.

L'adolescenza implica già un periodo di cambiamento evolutivo del ragazzo e la diversità non fa che complicare le cose.

La consapevolezza di un problema fisico non è facile da sopportare.

Il dimostrare agli amici la propria diversità implica la paura del rifiuto, a volte l'emarginazione e il ridimensionamento delle proprie aspettative di vita (futuro); tutto questo può generare una scarsa stima di sé e l'isolamento.

Di conseguenza il ragazzo tende a nascondersi e dimostrare che ci vede e qualsiasi mezzo ausiliario di sostegno alla propria visione non viene utilizzato per evitare il giudizio degli altri.

È utile spiegare all'allievo ipovedente tutto ciò che comporta il suo deficit, l'utilità dei mezzi ausiliari ed è altrettanto importante chiarire la sua situazione con i compagni.

Una buona definizione dei suoi limiti e la creazione di una corretta sensibilità con i suoi amici, potrebbero risolvere una parte delle incomprensioni e rendere la vita scolastica un po' più serena.

c) L'illuminazione

Per le persone ipovedenti un'illuminazione adeguata, adatta ai loro bisogni, può incrementare la percezione visiva e il loro orientamento nell'ambiente.

La visione è legata alla luce, infatti viene convertita, attraverso la retina, in impulsi elettrici che vengono poi trasportati al cervello dal nervo ottico. La vista non esiste senza la luce.

Vedere è la possibilità di poter percepire l'ambiente grazie ad un'illuminazione adeguata. Perciò un'azione efficace necessita di un'illuminazione efficace. Modificando l'illuminazione, o utilizzando delle fonti luminose, si possono correggere le azioni e il comportamento dell'individuo.

Grazie ad una buona illuminazione si può ottenere:

- l'aumento dell'acuità visiva;
- un contrasto più netto dell'immagine e quindi una migliore percezione;
- una buona postura;
- un benessere psico-fisico del ragazzo (buon umore e rilassamento).

Consigli per una buona illuminazione (valutare individualmente la collaborazione con uno specialista):

- illuminare in maniera diretta o indiretta a seconda del locale e del suo utilizzo;
- avere una luce omogenea in tutto il locale è molto importante;
- evitare le lampade alogene come lampade da tavolo, perché scaldano troppo;

- analizzare la temperatura della lampadina, scegliendo quella più congeniale al ragazzo ipovedente.

Per convenzione le fonti luminose vengono suddivise in tre gruppi:

- 3300K toni caldi
 - da 3300 a 5300K luce diurna
 - oltre 5300K luce fredda;
- sfruttare la luce naturale (luce delle finestre) modulata da tende a lamelle (regolabili) o in tessuto chiaro. Le piante, le decorazioni e i tendoni possono diminuire la luce naturale. La luce del giorno è di qualità superiore a quella artificiale, è importante utilizzarla in maniera adeguata alle esigenze dell'allievo. Le finestre si devono trovare a lato e mai di fronte al ragazzo (abbagliamento); posizionare correttamente il tavolo, il banco, la sedia, ecc.;
 - orientare la fonte luminosa: la luce illumina solo la zona utile ed è posta all'altezza degli occhi o sopra la testa (il fascio luminoso rifletterà sul foglio e devierà verso l'esterno e non verso gli occhi);
 - fare attenzione alle superfici lucide e riflettenti. Un ripiano opaco conviene maggiormente (tovaglia, sottomano, ecc.).

Mezzi ottici e didattici utilizzati dall'allievo



Monocoli



Lenti diverse



Tastiera con lettere ingrandite



Forno ad infrarossi per disegni in rilievo



Ingranditori di lettura



Braccio ergonomico per monitor



Programma d'ingrandimento



Scanner per testi

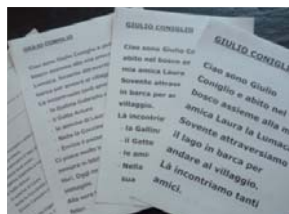
Mezzi ottici e didattici utilizzati dall'allievo



Postazione informatica



Banco con ripiano inclinato in prima fila



Ingrandimenti personali



Scale con bordi visibili



Libri scolastici ingranditi e su CD



Materiale scolastico

Lettera di un ragazzo ipovedente ai suoi insegnanti

Adesso che sapete quali potrebbero essere le mie difficoltà, eccovi alcuni consigli.

1. Se non vi guardo è perché vi sto ascoltando.
2. Quando vedete che mi lacrimano gli occhi e continuo a sfregarli, permettetemi di fermarmi a riposare. Le materie sono tante, datemi il tempo di organizzarmi e memorizzarle.
3. Lasciatemi alternare attività visive con attività d'ascolto. Alternate le verifiche tra scritte e orali.
4. Se vedete che i miei occhi si muovono continuamente, vuol dire che fatico a mantenere lo sguardo su ciò che mi mostrate. Permettetemi di avvicinarmi e indicatemi esattamente dove devo guardare.
5. Se la mia testa è tesa in avanti quando scrivete alla lavagna, vuol dire che fatico a leggere da lontano. Permettetemi di avvicinarmi e verbalizzate ciò che scrivete.
6. Attenzione al colore del gesso. Chiedetemi il colore che preferisco o quelli che fatico a percepire.
7. Se notate che piego la testa da un lato per guardare, potrebbe voler dire che da un occhio non ci vedo bene.
8. Datemi delle fotocopie pulite e non già fotocopiate più volte: sono più chiare e riesco a leggerle meglio.
9. Se mi avvicino troppo al libro, aiutatemi con un leggio o con un ripiano inclinabile, così non mi viene mal di collo o mal di schiena.
10. Una lampada sul mio banco potrebbe aiutarmi a percepire meglio lo scritto.
11. Leggo molto adagio perché il mio sguardo non scorre sulla riga e continuo a perdere il posto. Ingranditemi quanto basta i testi, o date in anticipo, al mio docente d'appoggio, il materiale necessario per le lezioni, in modo che possa prepararmeli. Sarei più tranquillo e pronto per le lezioni.
12. Se non riconosco degli oggetti, aiutatemi con una lente o con un ingranditore oppure permettetemi di poterli toccare, in modo che le mie mani possano capire ciò che non vedo.
13. Se fatico a ritrovare le aule di scuola, datemi delle indicazioni precise con dei punti di riferimento, così posso dirigermi nel luogo indicato senza perdermi.
14. Se preferisco restare in classe senza uscire a ricreazione con i miei compagni, è perché ho paura di trovarmi in uno spazio aperto e fatico ad anticipare i movimenti degli altri e sovente mi scontro con loro. Aiutatemi a superare queste mie difficoltà.
15. Durante le uscite scolastiche ho bisogno di aiuto per potermi muovere con maggior sicurezza.
16. Aiutatemi a spiegare il mio deficit visivo ai miei compagni: mi sentirei più capito e potrebbero aiutarmi meglio.
17. Datemi la possibilità di utilizzare il mio computer e i suoi accessori, in modo che possa essere indipendente in una scuola superiore e sul posto di lavoro.

La buona osservazione e la segnalazione, da parte dell'adulto, di eventuali disagi, permettono al ragazzo di non instaurare altri disturbi associati (per es. comportamentali e relazionali).

Il ragazzo ipovedente deve continuamente gestire la sua situazione conflittuale: l'ambiguità tra vedere e non vedere, il voler fare ma non riuscirci pienamente, dover ammettere di possedere dei limiti ma cercare di dimostrare anche le proprie capacità, voler essere autonomo con la consapevolezza che a volte ha bisogno di aiuto, ecc.. Tutto questo non facilita il suo percorso evolutivo e la stima di sé.

Come già detto in precedenza, al momento dell'integrazione di un allievo ipovedente in una classe, gli aspetti emotivi e relazionali devono essere considerati.

Il ragazzo adolescente va sostenuto e capito.

L'implicazione psicologica legata all'ipovisione è molto importante.

Troppo sovente il ragazzo si nasconde dietro la sua falsa "normalità" visiva, modificando il suo atteggiamento ed evitando tutte quelle situazioni che lo mettono in difficoltà.

Una buona integrazione getta le basi per un'evoluzione positiva del curriculum scolastico dell'allievo e determina il suo futuro.

Non esiste un solo percorso formativo in quanto non esiste un solo tipo di alunno.

Se il docente riesce a creare un ambiente classe dove ognuno è rispettato con le proprie particolarità, difficoltà e capacità, non si avrà più bisogno di parlare di integrazione.

Tabella riassuntiva delle difficoltà visive

CECITÀ		
	Difficoltà della proiezione dell'immagine sulla retina	Difficoltà oculo-motorie
<ul style="list-style-type: none"> - percezione della luce - assenza di luce 	<ul style="list-style-type: none"> - bassa acuità visiva - difficoltà nella percezione dei rilievi - problemi di rifrazione - abbagliamento o cecità notturna - visione annebbiata, mascherata, "flash" luminosi, scotomi - difficoltà con i bassi contrasti e con la percezione dei colori - difficoltà del campo visivo 	<ul style="list-style-type: none"> - mancanza della visione binoculare - l'acuità visiva è debole - difficoltà di fissazione
<p>Mezzi di sostegno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - mediatore - aiuti per gli spostamenti esterni (bastone bianco) - sistemi sonori, informatici e/o Braille - mediatore costante in tutte le attività 	<p>Mezzi di sostegno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aiuti per gli spostamenti - ingrandimenti di lettura - avvicinarsi per vedere - filtri per l'abbagliamento - illuminazione - netti contrasti - occhiali e lenti ingrandenti - allenamento visione non centrale (scotomi) 	<p>Mezzi di sostegno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - netti contrasti - esercizi di stimolazione visiva - conoscenza della percezione di profondità

IPOVISIONE		
Difficoltà del campo visivo		Difficoltà neurologiche
Difficoltà centrale	Difficoltà periferica	
<ul style="list-style-type: none"> - macchia al centro - visione periferica migliore (utilizzo dei bastoncelli) - abbagliamento - migliore la visione notturna e crepuscolare - bassa acuità visiva - difficoltà con i bassi contrasti e con la percezione dei colori - migliori gli spostamenti 	<ul style="list-style-type: none"> - campo visivo ristretto - visione centrale migliore (utilizzo dei coni) - migliore la visione da vicino - cecità notturna - percezione buona dei colori e dei bassi contrasti - difficoltà di spostamento - difficoltà a seguire con lo sguardo 	<ul style="list-style-type: none"> - disprassie visuo-spaziali - agnosie visive - disturbi nella funzione dello sguardo - difficoltà di apprendimento - apparato visivo normale - capacità intellettive
<p>Mezzi di sostegno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aiuti per la lettura - aiuti per la scrittura - aiuti per lavori di motricità fine - filtri per l'abbagliamento - netti contrasti - lenti ingrandenti 	<p>Mezzi di sostegno:</p> <p>aiuti per gli spostamenti e l'orientamento esterno</p>	<p>Mezzi di sostegno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ergoterapia (scrittura), - ortottista (procedure oculomotorie corrette; ricerca, esplorazione, saccadi) - lavoro centrato sulla verbalizzazione - strategie didattiche e pedagogiche appropriate

Appunti



A series of horizontal dotted lines for writing notes, arranged in a grid pattern across the page.



Prefazione	3
Le difficoltà visive	4
Cosa significa avere un allievo ipovedente	5
a) Cosa fare con un allievo ipovedente in classe?	5
b) Proposte didattiche	5
c) L'illuminazione	6
Mezzi ottici e didattici utilizzati dall'allievo	8
Lettera di un ragazzo ipovedente ai suoi insegnanti	10
Conclusioni	11
Tabella riassuntiva delle difficoltà visive	12
Appunti	14



Associazione ciechi e ipovedenti della Svizzera italiana

UNITAS

Associazione ciechi e ipovedenti
della Svizzera italiana

6598 Tenero

E-mail: info@unitas.ch

www.unitas.ch

La Unitas è sezione per la Svizzera italiana
della Federazione svizzera dei ciechi e
deboli di vista

Servizio giovani ciechi e ipovedenti

servizio.giovani@unitas.ch

Tel. 091 735 69 00