

شیوه های درمان در حیظه اختلالات دیداری

تهیه و تدوین:

مریان مرکز آموزش و توانبخشی مشکلات ویژه یادگیری شماره ۲ مشهد

تمرینات مربوط به حیظه دیداری

با توجه به آزمون و کسلر و نتایج آزمون ادراک بینایی فراستینگ و با توجه به نوع و تشخیص نقص در هر زمینه تمرینات مختلف را از کتاب (همه می تونن زرننگ باشن) انتخاب کرده و با دانش آموز کار می کنیم.

علاوه بر تمرینات بالا از تمرینات زیر استفاده می کنیم.

الف - تمرینات حرکتی ظریف:

- تمرینات پرتاب کردن و گرفتن

(۱) پرتاب کردن: پرتاب اشیاء به سوی هدف، مربی یا کودکان دیگر را می توان با اشیاء زیر انجام داد: بادکنک، اسفنج مرطوب، گلوله های نخی و توپ های پلاستیکی در اندازه های مختلف.

(۲) گرفتن: گرفتن مهارتی است مشکل تر از پرتاب کردن و کودک می تواند این بار همان اشیاء مذکور را که از سوی مربی یا کودکان دیگر به سوی او پرتاب می شود بگیرد.

(۳) بازی های با توپ: بسیاری از بازی های با توپ به رشد هماهنگی های حرکتی کمک می کنند.

بازی والیبال با بادکنک، غلتاندن توپ به سوی یک هدف، زدن توپ به سوی زمین و بالا رفتن و گرفتن آن، پرتاب توپ به سوی هدفی بر روی دیوار از جمله مثال های مربوط به این قسمت است.

۴) بازی های با تیوپ تایر: تیوپ های کهنه اتومبیل ها از جمله ابزار مفیدی هستند که می توانند در غلتاندن و انداختن و گرفتن مورد استفاده قرار گیرند.

تمرینات هماهنگی چشم و دست:

۵) ترسیم با ردگیری: کودک باید با ردگیری خطوط، تصاویر، طرح ها، حروف و یا اعداد، آنها را روی کاغذ پوست پیازی یا استنسیل ترسیم کند. برای کمک به طفل گذاشتن فلش، نشانه های رنگی و اعداد ضروری است تا بتواند بخوبی از عهده این کار برآید.

۶) کنترل آب: ریختن آب به مقدار معین و حمل آن در کوزه یا ظروف مدرج از تمرینات مفید در این زمینه است. برای مشکلتر کردن کار می توان از اندازه های کوچکتر و دقیق استفاده کرد. با استفاده کردن رنگ به آب این فعالیت جالب تر می شود.

۷) بریدن با قیچی: با انتخاب فعالیت هایی مناسب می توان از کودک خواست که با قیچی چیزهایی را برد. مثلاً آسان ترین راه علامت گذاری حاشیه کاغذ است تا کودک در امتداد خطوط تعیین شده آنرا برد. برخی کودکان ممکن است نیاز به الگوی مقوایی داشته باشند که با قرار دادن آن روی کاغذ بهتر بتوانند قیچی را بکار گیرند. بریدن و درآوردن اشکال هندسی مشخص نظیر مربع، مستطیل و مثلث آسانتر است. برای بهتر بریدن می توان از علایم هدایت کننده رنگی سود برد تا جهت برش بهتر مشخص شود. برش از روی خطوط منحنی و دایره در ادامه مرحله قبل صورت می گیرد و پس از آن برش تصاویر و نیز الگوهایی که با نقطه چین یا خطوط کمرنگ مشخص شده اند انجام می گیرد. در اینجا باید به این نکته توجه داشت که نحوه گرفتن قیچی و کاربرد آن از سوی کودک بسیار اهمیت دارد.

۸) **نمونه سازی:** به کودک بگویید طرحهایی از انواع شکل‌های هندسی را ترسیم و بعد آنها را روی مقوا، چوب، پلاستیک، یا فیلم های رادیوگرافی بلااستفاده و ظروف نایلونی غذاها ببرد. کودک می تواند هم از قطعه بریده شده و هم از ورق سوراخ شده به عنوان کلیشه استفاده کند.

۹) **بند بستن:** استفاده از مقوا که روی آن نقاشی با منگنه سوراخ شده و یا پگ برد (تخته میخ دار) منقوش برای این کار مناسب است. کودک با استفاده از بند بلند کفش، نخ، رشته سیم یا زه و با گذراندن آن از داخل این سوراخ ها یا قلاب کردن آن به دور میخ ها به یک شکل معین دست می یابد.

۱۰) **بازی وردنه یا نورد:** نوارهای باریکی را روی یک نورد یا وردنه بچسبانید. تویی را با یک نخ در تیررس چشم آویزان کنید و در پشت آن مقوایی با نوارهای رنگی نصب کنید توپ با یک قسمت از وردنه که نوار رنگی خاصی دارد زده می شود و به نقطه معینی در روی مقوا برخورد می نماید. برای مثال به کودک گفته می شود که با قسمت قرمز وردنه توپ را به نحوی باید بزنی که توپ به قسمت سبز مقوا برخورد نماید.

۱۱) **بازی های ابتدایی:** بسیاری بازی های ابتدایی و پیش از دبستان، نظیر کوبیدن میخ چوبی با چکش، بازی های چکش و میخ معمولی، و انداختن اشکال به داخل سوراخ ها می تواند برای کنترل حرکتی ظریف تمرینات مفیدی باشد.

۱۲) **تمرینات مداد و کاغذ:** رنگ آمیزی کتب، کتاب های آمادگی، کتاب هایی با اشکال نقطه چین و کتاب های کودکانی، بهترین ابزار تمرینات مداد و کاغذی برای رشد اعمال حرکتی ظریف و هماهنگی چشم و دست می باشد.

۱۳) آدمک خیمه شب بازی. آدمک گردانی و به حرکت درآوردن آنها: فرصتی برای رشد هماهنگی چشم و دست فراهم می آورد. حرکات موزون و حرکات ظریف انگشتان و دست ها را توسعه می دهد.

۱۴) گیره لباس: تعدادی گیره لباس معین می کنیم که باید به یک بند و یا دور یک شکل هندسی چسبانده شوند. از کودکان می خواهیم که هر یک به این کار اقدام کنند و وقت مشخصی برای آن تعیین می کنیم، تعداد گیره های چسبانده شده از سوی هر کودک شمرده می شود.

۱۵) کپی طرحها: کودکان به یک طرح هندسی توجه کرده و بعد آن را روی یک قطعه کاغذ کپی می کنند.

۱۶) تا کردن کاغذ: تمرینات تا کردن کاغذ معمولی برای رشد و هماهنگی چشم و دست می تواند مفید باشد مشروط بر آنکه براساس راهنمایی های دقیق و برنامه ریزی شده باشد. در اینصورت کنترل حرکتی ظریف حاصل می شود.

۱۷) تمرین نقطه، نقطه: در این تمرین کودک نقطه های روی تخته سیاه را با کشیدن خط به هم متصل می کند. نقطه ها ممکن است در وضعیت ها و تعداد مختلفی باشد و کودک باید خطوط اتصال را به صورت گوناگون ترسیم نماید.

۱۸) ترسیم دو دایره: کودک می تواند دوایر بزرگی را با یک دست، دو دست در جهت عقربه های ساعت و یا بالعکس روی تخته سیاه ترسیم کند.

۱۹) اشکال هندسی: کودک می تواند تمرینات مشابه مورد فوق را با خطوط (افقی، عمودی، مایل) انجام داده و اشکال مختلف هندسی (مثلث، مربع، مستطیل، لوزی) را روی تخته سیاه رسم کند. در ابتدا وی می تواند از الگوهای بریده شده ای استفاده کند و بعد اشکال را از روی مدل کپی کند.

۲۰) حروف و اعداد: کودک روی تابلو به تمرین حروف و اعداد دست می زند. حروف را می تواند به دو صورت جدا از هم و یا چسبیده به هم بنویسد.

۲۱) بازآموزی تعقیب چشمی: در این تمرین کودک باید یک هدف متحرک را با چشم های خود تعقیب کند. هدف ممکن است مداد پاک کن، ته یک مداد، نور یک چراغ قوه ظریف، یا انگشت آزمایشگر باشد. هدف در یک قوس افقی می تواند حرکت کند که میدان تحرک آن به چپ و به راست می تواند حدود چهل سانتیمتر باشد. همچنین هدف می تواند به صورت عمودی از بالا به پایین و بالعکس و نیز به طور مایل و یا حرکت چرخشی و دورانی باشد. تمرینات مشابهی را نیز می توان با یک چشم بسته انجام داد.

۲۲) انگشت و نور چراغ قوه: کودک می تواند نور یک چراغ قوه را با چشم و انگشت خود تعقیب کند و یا نوری را که مربی او از یک چراغ قوه روی دیوار می اندازد را با چشم و انگشت خود تعقیب کند و یا نوری را که مربی او از یک چراغ قوه روی دیوار می اندازد با نور چراغی که در دست خود اوست تعقیب کند.

۲۳) توپ متحرک: کودک را وادارید که به جنبش های یک توپ توجه کند. مربی ابتدا توپ بزرگی را به حرکت در می آورد. سپس توپ های کوچک و کوچکتر به حدی که بتوان کوچکترین آن را با یک قلاب از سقف آویخت و همینطور به این تمرین ادامه داد.

۲۴) تمرکز سریع: کودک را وادارید به قلمی که در فاصله حدود سی سانتیمتری در مقابل او گرفته شده توجه کند، سپس توجه خود را سریعاً به هدفی که روی دیوار قرار گرفته متمرکز سازد، و باز سریعاً توجه خود را به مداد برگرداند، و این تمرین را به تکرار عمل کند. می توانید هدف ها را تغییر دهید و نقاط دیگری را در اتاق انتخاب نمایید.

۲۵) ردیابی با چشم: فراگیر باید مسیری را بر روی کاغذ با بکار بردن مدادرنگی دنبال کند، سپس همان مسیر را با انگشت ردیابی کند و در ادامه تمرین منحصرأ این کار را با چشم انجام دهد. این مسیرها می تواند رفته رفته پیچیده تر شده به نحوی که خطوط همدیگر را قطع کرده و یا روی هم بیفتند و یا مسیرها تغییر مکرر داشته باشند.

ب- تمیز دیداری

الف) تفاوت ها

ب) تشابهات

از شیء شروع به حروف و کلمات می رسد، با استفاده از کتاب (پرورش توانایی های ذهنی و یادگیری، نوشته دکتر تبریزی از صفحه ۱۰۹ تا صفحه ۱۷۹).

دانش آموز بایستی بتواند اشیاء را از لحاظ رنگ، شکل، نوع، اندازه، حالت یا وضوح آنها تمیز دهد.

علاوه بر تمرینات بالا برای بالا بردن ادراک دیداری از تمرینات زیر استفاده می کنیم:

ج- تمرینات مربوط به ادراک بینایی

۱- طرح تخته های سوراخ دار: طرح هایی با قطعات رنگی بر روی تخته سوراخ دار بسازید و از کودک بخواهید مشابه آن طرح را درست کند.

۲- **تخته های پارکت:** طرح هایی را با استفاده از تخته پارکت یا سرامیک و مانند آن درست کنید و از کودک بخواهید مشابه آنها را درست کند.

۳- **طرح مکعب ها:** مکعب هایی از جنس چوب یا پلاستیک که یک رنگ یا چند رنگ باشند تهیه کنید و با آنها طرح هایی بسازید که کودک از روی آنها مشابه سازی کند.

۴- **پیدا کردن شکل در تصویر:** از کودک بخواهید در یک تصویر مثلاً تمام چیزهای گرد، یا مربع و مانند آن را پیدا کند و آنها را رنگ بزند.

۵- **جورچین:** جورچین های آماده و یا دست ساز تهیه کنید و از کودک بخواهید آنها را جور کند. تصاویری از اشخاص، حیوانات، حروف، اعداد، اشکال هندسی و مانند آن را به قطعات کوچکتر تقسیم کند و از کودک بخواهید آنها را کنار هم بگذارد. داشتن الگوی مشابه یا کشیدن طرح خطوط در صفحه زیر قطعاتی که باید با هم جور شوند یا قطعاتی که بخشی از آن در حاشیه صفحه باقی مانده است و مانند آن برای راهنمایی کودک در اوایل تمرینها مورد استفاده قرار می گیرد.

۶- **دسته بندی:** از کودک بخواهید شکل های هندسی با اندازه و رنگ های متفاوت را که از تخته یا مقوا بریده شده یا بر روی کارتهایی رسم شده است با هم جور کند.

۷- **جور کردن:** شکل های هندسی با تعداد زیاد را بر روی کارتهایی رسم کنید و از کودک بخواهید با پیدا کردن مشابه هر کدام آنها را با هم جور کند.

۸- **دومینه:** کارت هایی از مقوا به صورت دومینه با نقطه هایی به صورت رنگی و از جنس آهن ربایی، کاغذ چسبی، یا کاغذ سمباده ای بسازید و از کودک بخواهید آنها را بر روی تخته با هم جور کند.

۹- **کارت بازی:** مجموعه ای از کارت های بازی که در آن تصاویر، اعداد، مجموعه ها و مانند آن به

کار رفته است به کودک بدهید و بخواهید که آنها را با همدیگر جور کند.

۱۰- **اعداد و حروف:** بازیهایی به شکل نام بردن، جور کردن، جدا کردن و مانند آن را برای کودک در

زمینه اعداد و حروف ترتیب دهید تا درک و تمیز او رشد یابد.

۱۱- **کارت حروف:** حروفی را بر روی کارت بنویسید و از کودک بخواهید هر کدام را که می خوانید

مشخص کند و روی آن را بپوشاند.

۱۲- **ادراک دیداری کلمات:** کلمات و حروف معینی را روی کارت بنویسید و از کودک بخواهید

آن ها را دسته بندی کند، جور کند، جدا کند و یا با انگشت ردیابی کند.

۱۳- **مجموعه ای از ابزار:** مجموعه ای از ابزار را به کودک نشان دهید. آنگاه روی آن ها را بپوشانید

یکی از وسایل را بردارید. از نو مجموعه را نشان دهید. از کودک بخواهید وسیله گمشده را پیدا کند.

۱۴- **تعدادی طرح هندسی یا حروف و اعداد** را به کودک نشان دهید. از کودک بخواهید پس از

توضیح شما قطعه موردنظر را از بین قطعات مختلف پیدا کند. در مورد دیگر پس از ارائه طرح های هندسی

و حروف و اعداد می توانید روی آنها را بپوشانید و از کودک بخواهید که آنها را روی کاغذ بیاورد.

۱۵- **مجموعه محدودی از اشکال - طرح ها یا اشیاء** را به کودک نشان دهید. به کودک بگویید

که مشابه همان قطعات را از بین وسایل پیدا کرده و با همان نظم بچیند. ورق های بازی - قطعات رنگی -

قطعات منقوش یا انواع کاشی و سرامیک برای این چنین تمریناتی می تواند مفید باشد.

۱۶- **ارائه تحریکات بینایی** به وسیله تاجیستوسکوپ یا کارت های آموزشی می تواند برای یادآوری

طرح ها- اعداد- حروف یا کلماتی که دیده می شوند مورد استفاده قرار گیرند.

د- تمرینات مربوط به حافظه دیداری

۱- پیدا کردن چیزی که کم است: مجموعه ای از اشیاء را به کودک نشان دهید. سپس یکی از آنها

را بردارید. دوباره مجموعه را به او نشان دهید و بپرسید کدام یکی کم شده است.

۲- پیدا کردن شکل صحیح: یک شکل هندسی یا حرف یا عدد را به کودک نشان دهید و بخواهید

طرح مشابه صحیح آن را از بین چند گزینه انتخاب نماید یا بر روی کاغذ رسم کند.

۳- ترتیب حفظی: تعدادی از اشکال، طرح ها و یا چیزهایی همچون کارت بازی رنگی، مکعبهای

رنگی، مکعب های شکل دار، طرح ها و یا چیزهایی همچون کارت بازی رنگی، مکعب های رنگی،

مکعب های شکل دار، سرامیک، دومینه و مانند آن بسازید و از کودک بخواهید مشابه آنها را از روی این

طرح بازسازی کند.

۴- به یاد آوردن آنچه که دیده شده است: یک اسباب بازی، کلمه، حرف، عدد و مانند آن را به

کودک نشان دهید و سپس از او بخواهید آنچه را که دیده است به یاد بیاورد.

۵- داستان از روی تصویر: بر روی تخته ماهوتی فعالیت هایی را که بیان کننده یک داستان کلی است

نصب کنید. سپس از کودک بخواهید داستانی را که تصاویر بیان کننده آن است بگوید.

۶- به یاد آوردن چیز کم شده: تعدادی طرح، حرف یا عدد به مدت چند ثانیه به کودک نشان دهید.

سپس با مقواروی یکی از آنها را بپوشانید و از کودک بخواهید آن را معین کند.

۷- تکرار طرح ها: طرح معینی را با مهره چوبی، دانه تسیح، دکمه و مانند آن بسازید. به مدت چند ثانیه

آن را به کودک نشان دهید و سپس از او بخواهید آن را بازسازی کند. همچنین می توانید این کار را به

صورت دوبعدی بر روی کاغذ بسازید و از او بخواهید آن طرح را مثلاً با مکعب هایی که در اختیارش می گذارید بسازد.

توجه:

(کاستی های حافظه دیداری بیشتر اوقات از طریق شیوه های چندحسی درمان می شود.)
ولی گرامی:

فرزند شما با توجه به نتیجه ی تست های انجام شده در حوزه دیداری- حرکتی نیاز به تمرین بیشتر دارد. خواهشمند است جهت رفع مشکل فرزند خود تمرینات زیر را در منزل انجام دهید:

- ۱- از فعالیت های تاکردن کاغذ استفاده کنید.
- ۲- فعالیت های رنگ کردن با انگشت را به کار ببندید.
- ۳- تمرین های نقطه به نقطه را انجام دهید.
- ۴- تمرین های برش با قیچی را به کار ببرید. (استفاده از مجموعه کتاب های من می توانم)
- ۵- تمرین های نوشتن در فضا را به کار ببرید.
- ۶- از کودکتان بخواهید مهره ها را به صورت الگوهای مختلف به نخ بکشد.
- ۷- از طرح های جاناندازی قطعه ها استفاده کنید.
- ۹- از کودکتان بخواهید که یک ماز را حل کند.
- ۱۰- از کودکتان بخواهید با حرکات هماهنگ چشم یک شیء متحرک را تعقیب کند.
- ۱۱- تمرین های ردیابی را بکار ببرید. (مانند ردیابی با کشیدن اثر دست، اشکال جغرافیایی و حروف.)
- ۱۲- از کودکتان بخواهید دایره ها و خطوط بزرگ را با گچ روی تخته بکشد.

www.kandoo.cn.com

۱۳- از کودکان بخواهید که از روی طرح ها یا الگوها بکشند.

۱۴- از کودکان بخواهید اشکالی را از حفظ بکشند.

همچنین اجرای پیشنهادات زیر جهت رفع مشکل فرزندتان توصیه می گردد:

- استفاده از کلاس های نقاشی در اوقات فراغت

- شرکت در کلاس های ورزشی مثل ووشو

- خرید کتاب (همه می تونن زرننگ باشن) و استفاده از تمرینات آن

- خرید کتاب (تقویت مهارت های روان خوانی و درمان اختلال در خواندن) و استفاده از تمرینات آن

همکار محترم

با توجه به نتایج آزمون های به عمل آمده از دانش آموز ایشان جهت تقویت مهارت های لازم در حیطه دیداری نیاز به تمرین و تکرار بیشتر دارند. لذا جهت همسو نمودن فعالیت های کلینیک، منزل و مدرسه انجام تمرینات ذیل در کلاس پیشنهاد می گردد. لازم به توضیح است که فعالیت ها به صورت بازی ارائه شده است که می توانید این بازیها را جهت تقویت مهارت های کل دانش آموزان کلاس و با توجه ویژه به دانش آموز انجام دهید.

۱- بازی بگرد و پیدا کن. دانش آموز به دقت به وسایل داخل کلاس و جای نشستن دوستانش را نگاه کند سپس بیرون از کلاس برود. یکی از وسایل یا جای یکی از دانش آموزان تغییر داده شود. دانش آموز پس از ورود به کلاس باید بتواند تغییر را حدس بزند.

۲- مجموعه ای از اشیا را بچیند و از دانش آموز بخواهید ترتیب آن ها را به خاطر بسپارد. سپس وسایل را از روی میز جمع کنید دانش آموز باید قادر باشد ترتیب آن ها را بیان کند.

www.kandoo.cn.com

- ۳- خصوصیات ظاهری شخص یا شیء بیان شود. دانش آموز بایستی نام مورد را بگوید.
- ۴- مربی یک تصویر را به دانش آموزان نشان دهد. سپس تصویر را پنهان و در مورد آن سئوالاتی از دانش آموزان بنماید. دانش آموز بایستی نام مورد را بیان کند.
- ۵- مربی دو تصویر را به دانش آموزان نشان دهد. سپس در مورد تفاوت های آن سئوالاتی از دانش آموزان بنماید.
- ۶- معلم شکلی را پای تابلو کشیده سپس به دانش آموزان چند دقیقه وقت می دهد. تصویر پاک می شود. دانش آموزی در مسابقه برنده خواهد شد که شبیه ترین تصویر را به تصویر مربی ترسیم نماید.
- ۷- دانش آموزان نور چراغ قوه را در فضایی تاریک دنبال نمایند.
- ۸- یکسری اشکال هندسی در هم روی تابلو رسم شود و از دانش آموزان بتواند به فرمان مربی تصاویر موردنظر را پیدا کنند.
- ۹- اجرای بازی حرکت دادن تایلر چرخ به وسیله چوب و بازی غلطاندن- انداختن و گرفتن تیوپ های کهنه اتومبیل از جمله ابزار مفیدی هستند که در حیطه درمان ادراکی- حرکتی به دانش آموزان یاری می رساند.