

Projekt LT-PL-2S-149

„Oswoić autyzm”

Realizowany w okresie 1.03.2018 – 30.11.2018.

Zaangażowani partnerzy:

- 1. Powiatowy Ośrodek Rozwoju Edukacji
w Giżycku (PORE)**
- 2. Alytuskie Centrum Pomocy Pedagogicznej
i Psychologicznej (Centrum)**

Budżet projektu 49 156,48 euro



1. Dlaczego chcieliśmy realizować ten projekt (uzasadnienie projektu)

Oprócz rozwiązywania licznych istniejących wcześniej problemów, każdy okres rozwoju cywilizacji ludzkiej powoduje, odkrywa lub ujawnia nowe zagrożenia. Dzisiaj nie jest inaczej. W odniesieniu do edukacji dzieci i młodzieży, która jest bardzo ważnym obszarem odpowiedzialności obu partnerskich samorządów, zarówno w powiecie giżyckim, jak w Mieście Alytus, zagrożenia/problemy obejmują między innymi:

- 1) Autyzm wśród dzieci i młodzieży.
- 2) Zagrożenia stwarzane przez telewizję i inne media.
- 3) "Euro-sieroctwo"
- 4) Intensywna współpraca między regionami przygranicznymi Polski i Litwy.

Autyzm jest to problem, który pojawił się w powiecie giżyckim nie więcej niż 20 – 30 lat temu. Przyjmuje się iż jego ujawnienie dokonało się dzięki postępowi medycyny i rzeczywiście pierwsze osoby autystyczne na terenie powiatu wykryła lekarka z odpowiednimi kwalifikacjami, która podjęła tu pracę. Dawniej osoby ze spektrum autyzmu były traktowane jako dziwne, opętane lub szalone. Niemniej, istnieją sugestie iż za rozpowszechnienie autyzmu odpowiada degradacja środowiska i współczesny styl życia. Są również osoby obwiniające za rozpowszechnienie autyzmu masowe szczepienia (<https://prawdaoszczepionkach.pl/dr-hubert-czerniak-szczepionki-powoduja-autyzm-i-uszkodzenia-mozgu,62,290.htm>).

Przyjmując na podstawie przeprowadzonych badań autyzmu przez Eric Fombonne w roku 2009, że liczba osób ze spektrum autyzmu wynosi 60 do 70 na 10 000 osób, z przewagą chłopców w proporcji 4,8:1, to przy liczbie 10 582 osób dzieci i młodzieży (0 -18 lat) mieszkającej na terenie powiatu (dane GUS), uzyskamy od 64 do 75 osób ze spektrum autyzmu w wieku 0-18 lat, przy czym w tej grupie może być od 52 do 63 chłopców i od 11-13 dziewcząt.

Liczba osób ze spektrum autyzmu, znajdujących się pod opieką Giżyckiej jest następująca:

W roku szkolnym 2015/2016 wynosiła 39 osób z autyzmem, w tym z zespołem Aspergera oraz 53 dzieci w grupach wczesnego wspomagania, w następnym roku 2016/2017 liczebność tych była następująca: 48 + 80 i taka sama liczba była w kolejnym 2017/2018 roku.

Zagrożenia stwarzane przez telewizję i inne media były nieznane w czasach, gdy telewizja była nudna i nieprzyjemna (do 1990 r.). Każdego dnia dzieci i młodzież spędzają godziny oglądając telewizję i każdego dnia, nadawcy telewizyjni pokazują setki obrazów przemocy i zniszczenia nawet w kreskówkach dla dzieci. Zaburza to postrzeganie świata w oczach dzieci i młodzieży, niszczy pozytywny system wartości i znaczeń. Podobne zagrożenia stwarza Internet i gry komputerowe. Ponadto media tworzą kult piękna i stylu życia, które są nieosiągalne dla zwykłych ludzi i dlatego często są przyczyną prób samobójczych nastolatków (w Giżycku, zdarzają prawie co roku).

"Euro-sieroctwo" to zjawisko, w którym rodzice wyjeżdżają za granicę do pracy, pozostawiając dzieci. W przeprowadzonych badaniach opisanych w pracy "[Rodzina w sytuacji rozłąki migracyjnej](#)", D. Gizicka, J. Gorbaniuk, M. Szyszka, Lublin 2010 dorosłe dzieci wymieniły następujące niekorzystne skutki migracji rodziców:

- a. brak opieki i nadzoru ze strony nieobecnego rodzica - 76,6%,
- b. rozluźnienie więzi z nieobecnym rodzicem - 64,1%,
- c. problemy z uczeniem się - 40,8%,
- d. częste używanie alkoholu i/lub narkotyków - (33,8%),

- e. nadmierne obciążenie pracą 32,2%,
- f. tęsknota za nieobecnym rodzicem 90%,
- g. rozpad małżeństwa 72,3%,
- h. brak wsparcia dla pozostawionego współmałżonka 70,4%.

Intensywna współpraca między regionami przygranicznymi Polski i Litwy zaowocowała wieloma wymianami młodzieży. Czasami osoby z określonymi problemami osobowości również biorą udział w takich wymianach. Znajdują się wtedy w nowym środowisku, często nie znając podstaw języka i obowiązujących zwyczajów. Mogą się zdarzyć sytuacje trudne i niebezpieczne. Dlatego konieczne jest udzielenie szybkiej i profesjonalnej pomocy.

Oba samorządy powołały specjalne placówki oświatowe utworzone w celu zapobiegania/zmniejszania wymienionych wyżej zagrożeń. W powiecie giżyckim jest to **Powiatowe Centrum Rozwoju Edukacji (PORE)**, składające się z trzech placówek: Poradni Psychologiczno –Pedagogicznej (Poradnia), Biblioteki Pedagogicznej i Ośrodka Doskonalenia Nauczycieli. PORE zatrudnia 15 osób: 12 osób pracuje w Poradni (pedagodzy, psychologzy, logopedzi), 2 osoby pracują w Bibliotece Nauczycieli, a jeden pracuje w Centrum Szkolenia Nauczycieli. Poza stałymi pracownikami są zatrudniane inne osoby do wykonywania doraźnych działań. Główna działalność PORE prowadzona jest przez Poradnię, która wykonuje następujące zadania: diagnozowanie dzieci i młodzieży; zapewnienie dzieciom i młodzieży oraz ich rodzicom poradnictwa edukacyjnego i doradczego; realizacja zadań profilaktycznych i wspierających funkcje edukacyjne przedszkoli, szkół i instytucji, w tym udzielania pomocy nauczycielom w rozwiązywaniu problemów wychowawczych i behawioralnych; zapewnienie wsparcia przedszkolom, szkołom i instytucjom w zakresie ich zadań edukacyjnych, wychowawczych i opiekuńczych.

Miasto Alytus powołało **Centrum Pomocy Pedagogicznej i Psychologicznej (Centrum)**, którego misją jest udzielanie pomocy osobom o szczególnych potrzebach psychologicznych, problemach osobistych i rozwojowych oraz trudnościach w nauce, tak aby były akceptowane przez społeczeństwo, odzyskiwały równowagę psychiczną, są w stanie żyć pełne życie, ucz się, a także odkrywaj i rozwijaj ich potencjał; i zapewnić niezbędną poradę, pomoc oraz informacje dla rodziców (opiekunów) i nauczycieli pracujących z takimi dziećmi.

Centrum zatrudnia 12 specjalistów, w tym dyrektora, zastępcę dyrektora, pedagogów, psychologów, logopedy i pracowników biurowych.

2. Cele projektu

Sformułowano następujące cele projektu

- 1)Poprawa kwalifikacji personelu obu instytucji i wymiana skutecznych metod pracy;
- 2)Poprawa wyposażenia edukacyjnego wykorzystywanego w pracy z dziećmi i młodzieżą;
- 3)Przygotowanie instytucji (PORE i CENTRUM) do udzielania pomocy dzieciom i młodzieży uczestniczącym w programach wymiany.

3. Działania zrealizowane w ramach projektu

Cel pierwszy był realizowany poprzez następujące działania:

- 1)Organizację staży 12 pracowników Powiatowego Ośrodka Rozwoju Edukacji w Giżycku w Centrum Pomocy Pedagogicznej i Psychologicznej w Alytus i 12 pracowników Centrum z Alytus w PORE Giżycko.
- 2) Organizację wspólnych szkoleń dla pracowników obu placówek tj:
 - a. BOFIDBACK w Giżycku,

- b. VERIM w Alytus,
 - c. Trening Umiejętności Społecznych w Giżycku.
- 3) Spotkanie w Alytus rodziców dzieci autystycznych z terenu obu samorządów.
- 4) Wycieczki dydaktycznej do działającej pracowni hortiterapii w Brodzie Nowym k. Suwałk.

Cel drugi był realizowany poprzez następujące działania

- 1) Budowę pracowni hortiterapii przy Powiatowym Ośrodku Rozwoju Edukacji.
- 2) Zakup sprzętu Verim i EVS przez Centrum Pomocy Pedagogicznej i Psychologicznej w Alytus.

Cel trzeci został zrealizowany w wyniku wartości dodanych powstałych przy organizacji staży, szkoleń i spotkań projektowych, zakończonych podpisaniem umowy o współpracy. W wyniku tych działań poznanie stosowanych metod pracy z uczniami w obu placówkach, panujących zwyczajów w obu regionach, umiejętności komunikacyjnych i wzrostu samooceny pracowników. To wszystko razem powoduje, iż pracownicy giżyckiej Poradni mogą się zaopiekować uczniami z Alytus przebywającymi na terenie powiatu giżyckiego w większym stopniu, niż to było przed realizacją projektu. To samo twierdzenie można sformułować w stosunku do pracowników Centrum w Alytusie.

Organizacja staży pracowników PORE i Centrum

Cel stażu

Zwiększenie kwalifikacji pracowników obu placówek i transfer pozytywnych metod pracy stosowanych w partnerskiej placówce.

Organizacja staży pracowników Poradni i Centrum

Pracownicy Centrum Pomocy Psychologiczno Pedagogicznej miasta Alytus będą realizowali staże w Poradni Psychologiczno –Pedagogicznej Powiatowego Ośrodka Rozwoju Edukacji w Giżycku a pracownicy PORE w Giżycku w partnerskiej placówce w Alytus. Celem stażu jest przeniesienie pozytywnych doświadczeń w placówce partnerskiej do swojego zakresu pracy. W stażu wzięło udział po 12 osób z każdej placówki, w tym dyrektorzy tych placówek. Staż trwał 5 dni roboczych, obejmował poznanie pracy w całej placówce partnerskiej. Ponadto stażyści poznawali pracę pracowników PORE i Centrum w szkołach, przedszkolach i innych placówkach objętych współpracą z partnerami projektu. Każdy stażysta prowadził raport, notując przebieg zajęć i uwagi. Ze swoimi spostrzeżeniami zapoznawał placówkę, w której realizował staż i placówkę macierzystą. W czasie wolnym stażyści poznawali miasto partnera.

Całościowy raport dotyczący tego działania, składający się z raportów poszczególnych pracowników jest jednym z produktów projektu i został opublikowany na stronach internetowych partnerów.

Ze względów organizacyjnych (staże nie mogły zakłócić podstawowej pracy obu placówek, uzgodniono, że jednorazowo mogą wyjechać dwie osoby) całe działanie zostało podzielone na 6 części, w następujących terminach:

- 1) 9.04 – 13.04.2018
- 2) 16.04 - 20.04.2018
- 3) 23.04 – 27.04.2018
- 4) 10.09 – 14.09.2018
- 5) 17.09 - 21.09.2018
- 6) 24.09 – 28.09.2018

Schemat raportu stażysty z Giżycka

Dzień stażu.....

Realizowane zadania - opis

Spostrzeżenia

Do zastosowania w Powiatowym Ośrodku Rozwoju Edukacji

Do doskonalenia pracy Ałtusa miasto pedagoginę psychologinę taryba (Ałtuskim Centrum Pomocy Pedagogiczno -Psychologicznej)

Galeria zdjęć ze stażów





Szkolenie EEG BOFIDBACK w Giżycku

Biofeedback EEG (ElektroEncefaloGrafia) lub neurofeedback – wykorzystuje właściwość, że mózg ludzki w ramach swojej aktywności wytwarza różne zakresy fal elektromagnetycznych, charakterystycznych dla różnych rodzajów tej aktywności. Nazwano je alfa, beta, delta, gama, theta. Fale gamma powyżej 30 Hz, do 80–100 Hz towarzyszą działaniu i funkcjom motorycznym. Fale beta od 12 do ok. 28 Hz, o małej amplitudzie, charakteryzują zwykłą codzienną aktywność, percepcję zmysłową i pracę umysłową. Fale alfa od 8 do 13 Hz, o zmiennej amplitudzie są charakterystyczne dla stanu relaksu i odprężenia. Fale theta o częstotliwości 4–7 Hz. są najczęściej występującymi falami mózgowymi podczas medytacji, transu, hipnozy, intensywnego marzenia, intensywnych emocji. Fale delta od ok. 0,5 do 3 Hz, wysoka amplituda – występują w stanie najgłębszego snu, podczas głębokiej medytacji. Najczęściej mózg funkcjonuje przy pewnym stosunku poszczególnych fal.

W niektórych dysfunkcjach mózgu występuje zarówno niedobór jak i nadmiar fal o pewnych częstotliwościach, co uniemożliwia pacjentowi wykonywanie pewnych czynności (np. dzieci z ADHD mają problem ze skupieniem się na wykonaniu konkretnego zadania lub kontrolowaniem emocji).

Urządzenie do neurofeedbacku to wzmacniacz fal EEG (tzw. głowica) z odpowiednim oprogramowaniem. Elektrody podłączane w różnych miejscach na skórze czaszki i uszach zbierają dane o występowaniu poszczególnych pasm fal, oprogramowanie zamienia te informacje w zrozumiałe dla pacjenta obraz. Pacjent ma tak sterować aktywnością swojego mózgu, aby np. widziany na ekranie samochód wyścigowy przyspieszył. Neurofeedback jest stosowany w terapii dzieci z ADHD (zespół nadpobudliwości psychoruchowej), u ludzi z zaburzeniami procesu uczenia się, po urazach czaszki, wspomaga leczenie padaczki. Jest również polecany osobom zdrowym dla poprawy koncentracji, pamięci, w leczeniu nerwicy natręctw, redukcji stresu i poprawy kreatywności.

Powiatowy Ośrodek Rozwoju Edukacji w Giżycku/Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna posiada taki system, ale brakowało środków finansowych i okazji do solidnego przeszkolenia pracowników, Ałtuskie Centrum Pomocy Pedagogiczno –Psychologicznej planuje uruchomić ten rodzaj terapii. Dlatego logicznym następstwem współpracy było zorganizowanie szkolenia, które kończyło się certyfikatem uprawniającym do stosowania terapii przy pomocy takich urządzeń.

Zapytanie ofertowe na wybór instytucji szkoleniowej do przeprowadzenia szkolenia w Giżycku dla trzech pracowników PORE i dwóch pracowników Centrum, zakończyło się podpisaniem umowy z firmą BIOMED z Wrocławia, która zaproponowała następujący program:

Program szkolenia Biofeedback II stopnia

Dni	Tematyka
I dzień	Postępowanie diagnostyczne w terapii EEG-Biofeedback: - Warsztat praktyczny z obsługi programu zarządzającego terapią - diagnoza wstępna z sesji skryptowej – zajęcia praktyczne, - analizy otrzymanych zapisów sesji diagnostycznej: usuwanie artefaktów, interpretacja zapisów – normy.
	Trening EEG-Biofeedback: - protokół Theta/Beta w lokalizacji C3, - protokół Theta/SMP w lokalizacji C4.
	Praca z bazą danych: - raport z sesji otwartej, - raporty trendu – porównywanie wyników z sesji otwartej
	Standardy Biofeedback
II dzień	Wprowadzenie do QEEG w neuroterapii. Podstawowe pojęcia, bazy normatywne, procedura diagnozowania
	Mini QEEG. Planowanie terapii w oparciu o analizę wyników ilościowych EEG wykonanych techniką jedno- i dwukanałową. Zalety i wady metody
	Zajęcia praktyczne. Diagnoza dwukanałowa: montaż elektrod, zapis i analiza danych – cz.1
	Zajęcia praktyczne. Diagnoza dwukanałowa: montaż elektrod, zapis i analiza danych – cz.2
III dzień	Warsztat dla neuroterapeutów. Projektowanie skryptu diagnostycznego (funkcja Developer Tools – Edytor Skryptów)
	Psychofizjologia. Przewodność skóry i temperatura obwodowa jako markery aktywacji wegetatywnej
	Psychofizjologia. Powierzchniowe EMG w diagnostyce i terapii
	EEG-Biofeedback: trening alpha/theta w relaksacji
	Zajęcia praktyczne - EEG-Biofeedback a fizjologia. Trening z wykorzystaniem pomiarów: EMG, przewodności skóry i temperatury
IV dzień	Profesjonalne projektowanie (edycja) ekranów diagnostycznych.
	Wprowadzenie do HRV-Biofeedback
	Terapia lęku i depresji metodą Neurofeedback.
	Hemoencefalografia (HEG) – nowa forma treningu mózgu. HEG-Biofeedback w terapii ADD, autyzmu
	Fizjologiczny profil reakcji na stres. Diagnoza wielokanałowa: przewodność skóry, EMG, EEG, temperatura, rytm serca, oddychanie

Szkolenie zostało przeprowadzone w dniach 8 -11 maja 2018 w Powiatowym Ośrodku Rozwoju Edukacji w Giżycku. Zajęcia prowadził Dariusz Tuchowski, na język litewski tłumaczył Roman Juchniewicz, dyrektor Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej Rejonu Wileńskiego

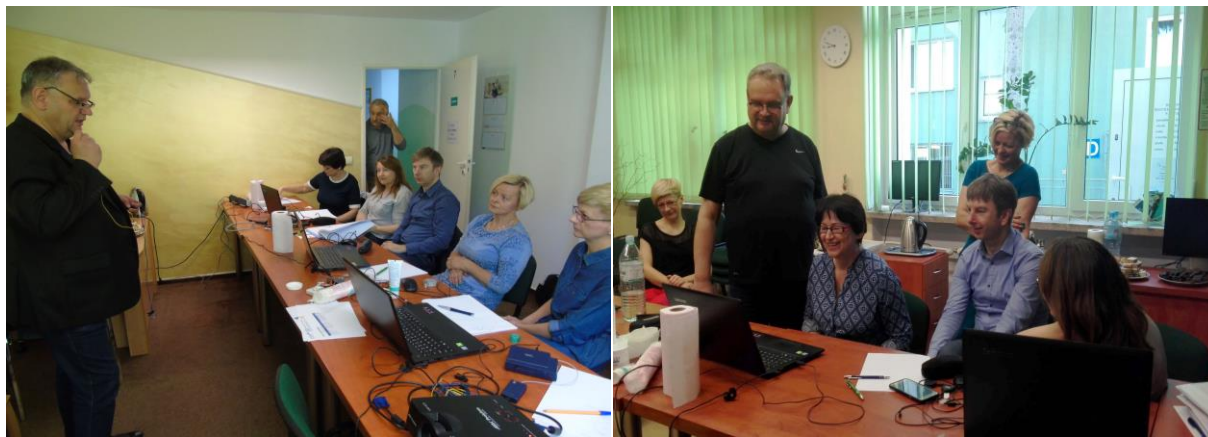


Foto . Obrazki ze szkolenia



Foto . I po szkoleniu EEG Biofeedback. Absolwenci kursu z certyfikatami.

Wycieczka dydaktyczna do działającej pracowni hortiterapii w Brodzie Nowym k. Suwałk.

Ze względów organizacyjnych tą wycieczkę zorganizowano 7 maja 2018 przed szkoleniem Biofeedback. Po dotarciu na miejsce przeprowadzono krótkie szkolenie przybyłych osób, które poprowadziła Pani Zofia Wojciechowska, prowadząca taką pracownię w Mrągowie.

Program szkolenia:

- 1) Hortiterapia jako metoda terapeutyczna.
- 2) Znaczenie hortiterapii dla polepszenia zdrowia fizycznego i psychicznego dzieci z zaburzeniami i dzieci niepełnosprawnych.
- 3) Rodzaje hortiterapii i korzyści dla rozwoju dzieci z zaburzeniami i dzieci niepełnosprawnych w różnych obszarach.
- 4) Ustalenie zasad w zakresie podejmowanych z dziećmi ze specyficznymi potrzebami edukacyjnymi prac w ogrodzie.
- 5) Przykładowe scenariusze zabaw ogrodniczych dla dzieci.



Foto. Obrazki z wycieczki dydaktycznej

Szkolenie Biofeedback Verim

Aparat **Biofeedback Verim** wykorzystuje czujnik oporności skóry, dzięki któremu zbiera informacje o wewnętrznym pobudzeniu pacjenta na bardzo głębokim poziomie. W trakcie treningu urządzenie przesyła pozyskany sygnał do gry komputerowej. Zadaniem dziecka jest rozpoznanie, jak jego stopień pobudzenia lub wyciszenia wpływa na to co dzieje się na ekranie – w ten sposób uczy się ono jak osiągnąć i kontrolować pożądany stan.

Dzięki terapii przy pomocy urządzeń Biofeedback Verim możliwa jest praca nad zdolnością koncentracji, umiejętnością relaksacji, a także kształtowaniu cierpliwości i rozwijaniu łatwości samooceny. System znajduje zastosowanie m.in w terapii ADHD czy też pokonywaniu trudności w nauce.

Program szkolenia VERIM (30 godzin)

1. Część teoretyczna

- 1) Nowoczesne neurotechnologie (biofeedback, neurofeedback, stymulacje audiowizualne).
- 2) Koncepcja wykorzystania neurotechnologii w procesie edukacji i terapii terapeutycznych.
- 3) Historia metod biofeedback.
- 4) Typy metod biofeedback i opcje aplikacji.
- 5) Opis własności parametru oporności elektrycznej skóry człowieka.

2. Część praktyczna

- 1) Instalacja sprzętu.

- 2) Praktyczne szkolenie z oprogramowaniem Biofeedback Verim "Verim Lab".
- 3) Praktyczne szkolenie z programem "ProNet" Biofeedback Verim.
- 4) Działanie segmentu programu „Energia”, gier komputerowych: Saldo, labirynty, chmury, Luna Park i windy.
- 5) Działanie segmentu programu „Zasoby”, gry komputerowe: Stamina, biathlon, koła Rozwiązywanie problemów owadów.
- 6) Działanie segmentu Program Intelligence Rooms „(Insight), gry komputerowe: Musical Etudes, aspiracja, regulacja.
- 7) Warsztaty z segmentem programu Pokoje sieciowe, gry komputerowe: Delfiny, Pierścienie.
- 8) Trening praktyczny ze sprzętem AVS (audiowizualna stymulacja).

Szkolenie zostało zrealizowane w dniach 11-15 czerwca na Litwie w Alytuskim, Centrum Pomocy Pedagogiczno –Psychologicznej. Wzięli w nich udział dwie nauczycielki z Giżycka i nasi trzej psycholodzy Centrum. Szkolenie zostało przeprowadzone przez dyrektora Wileńskiej Pedagogicznej Służby Psychologicznej (psychologa) Romana Juchniewicza.

Uczestnicy nauczyli się korzystać z metodologii VERIM, którą Centrum zakupi w ramach projektu.



Foto: Obrazki ze szkolenia

Szkolenie Trening Umiejętności Społecznych (TUS)- terapia grupowa dzieci ze spektrum autyzmu

Celem szkolenia było przekazanie wiedzy, umiejętności i narzędzi umożliwiających prowadzenie skutecznej terapii pomocnej w rozwijaniu umiejętności społecznych i komunikacyjnych osób ze spektrum autyzmu oraz zaburzeniami pokrewnymi. TUS jest jedną z form terapii skierowaną szczególnie do osób z Zespołem Aspergera. Zgodnie z projektem, szkolenie to przeprowadziła polska instytucja szkoleniowa, co powodowało transfer wiedzy stosowanej w Polsce do pracowników litewskiej placówki (realizacja projektu wzajemny transfer wiedzy), zatrudnienie na wszystkich szkoleniach tłumacza pana Romana Juchniewicza – dyrektora Poradni w rejonie wileńskim, osoby o wielkiej wiedzy zawodowej umożliwił transfer wiedzy stosowanej na Litwie.

Poprzez zapytanie ofertowe została wyłoniona firma szkoleniowa - Fundacja Pomoc Autyzm z Warszawy.

Uczestnicy szkolenia zapoznali się z modelem kształtowania umiejętności wg Arnolda Goldsteina, poznali metody planowania przebiegu zajęć grupowych, zasady doboru grup treningu umiejętności społecznych, zapoznali się z dostępnymi na rynku pomocami potrzebnymi podczas zajęć. W ciekawy sposób omawiane były również praktyczne sposoby radzenia sobie z trudnymi zachowaniami w trakcie zajęć oraz ważne aspekty, na które należy zwracać uwagę podczas terapii osób ze spektrum autyzmu.

Odbiorcami szkolenia prowadzonego przez Agnieszkę Łucjanek z Fundacji Pomoc Autyzm była 15 osobowa grupa pedagogów z litewskiego Alytus.

Uproszczony program szkolenia

- 1) Kształtowanie umiejętności wg Arnolda Goldsteina
- 2) Prowadzenie treningu umiejętności społecznych – ogólne zasady
- 3) Zasady doboru do grup terapeutycznych – praktyczne wskazówki
- 4) Planowanie przebiegu zajęć grupowych – dostosowanie planu do potrzeb i możliwości uczestników
- 5) Formy pracy oraz materiały dydaktyczne wykorzystywane w pracy z uczniami
- 6) Trudne sytuacje na zajęciach, sposoby reagowania w sytuacjach problemowych
- 7) Kształtowanie motywacji- dobór systemów motywowania
- 8) Kształtowanie nawyków celowej aktywności
- 9) Rola współpracy z rodziną podczas terapii dziecka.
- 10) Grupa docelowa zajęć TUS
- 11) Opracowanie adekwatnego do grupy TUS systemu motywacji
- 12) Przygotowanie programu zajęć TUS na semestr / rok szkolny
- 13) Planowanie scenariuszy
- 14) Dobór aktywności do różnych grup wiekowych (przedszkole, szkoła podstawowa, młodzież)
- 15) Przygotowanie pomocy do zajęć
- 16) Egzamin/ zakończenie szkolenia



Foto. Obrazek ze szkolenia

Budowa pracowni hortiterapii

Hortiterapia to dziedzina wiedzy która opiera się o interdyscyplinarne działanie medycyny, ogrodnictwa i terapii w celu poprawy stanu zdrowia ludzi. Hortiterapia może być stosowana jest w leczeniu dzieci autystycznych, otyłych, dzieci które mają trudności w szkole (w tym dzieci z ADD, tj. zespołem zaburzeń koncentracji uwagi bez nadpobudliwości ruchowej, ADHD, tj. zespołem nadpobudliwości psychoruchowej z zaburzeniami koncentracji uwagi), depresji, osób starszych, niepełnosprawnych ruchowo i intelektualnie, z problemami sensorycznymi np. wzroku, słuchu, a także alkoholików i narkomanów.

Terapia ogrodami obejmuje dwa typy leczenia, czynny, podczas którego pacjenci biorą udział w pracach związanych z roślinami, terapię bierną, która polega na samym przebywaniu pośród zieleni.

Hortiterapia łączy w sobie elementy: arteterapii- przebywanie wśród roślin dostarcza wrażeń estetycznych a także zasoby ogrodu wykorzystywane są do tworzenia obrazków i innych artystycznych dzieł; ergoterapii – przez pracę w ogrodzie i pielęgnowanie roślin, psychoterapii – przez bezpośrednie stymulowanie procesów emocjonalnych, poznawczych i decyzyjnych w czasie biernego lub aktywnego obcowania z roślinami, rehabilitacji – zwłaszcza osób ciężko poszkodowanych na zdrowiu – w tym osób z niepełnosprawnością np. chodzenie po dróżkach stymulacyjnych, sztucznych górkach, torach przeszkód itp., florystyki- tworzenie bukietów, wiązanek, stroików z zasobów ogrodu (niniejszy opis wykonano na podstawie informacji pracowni hortiterapii w Brodzie Nowym).

Do budowy pracowni wykorzystano teren przy budynku PORE stanowiący nieużytek po zdemontowaniu istniejących fundamentów.

Zadanie polegało na:

1. Przygotowaniu terenu do utworzenia pracowni hortiterapii tj:
 - 1) rozebraniu istniejących ogrodzeń,
 - 2) rozbiórce pozostałych elementów konstrukcji betonowych starych fundamentów oraz zniszczonej opaski betonowej,
 - 3) wykonaniu nowej opaski betonowej o szerokości na podłożu gruntowym przy budynku,
 - 4) przygotowaniu terenu do wykonania nawierzchni utwardzonych - mechaniczne wykonanie koryta na całej szerokości przyszłych chodników,
2. Wykonaniu nawierzchni utwardzonych czyli:
 - 1) wykonaniu obrzeży betonowych na podsypce piaskowej z wypełnieniem spoin piaskiem
 - 2) wykonaniu nawierzchni z kostki brukowej betonowej na podsypce cementowo-piaskowej.
3. Przygotowaniu terenu pracowni pod nawierzchnie zielone tj:
 - 1) wykonanie podsypki piaskowej z zagęszczeniem mechanicznym
 - 2) wykonanie warstwy wzmacniającej grunt pod warstwy technologiczne z geowłókniny
 - 3) wykonanie kolejnej warstwy podsypki piaskowej z zagęszczeniem mechanicznym
 - 4) położenie kolejnej warstwy wzmacniającej grunt pod warstwy technologiczne z geowłókniny,

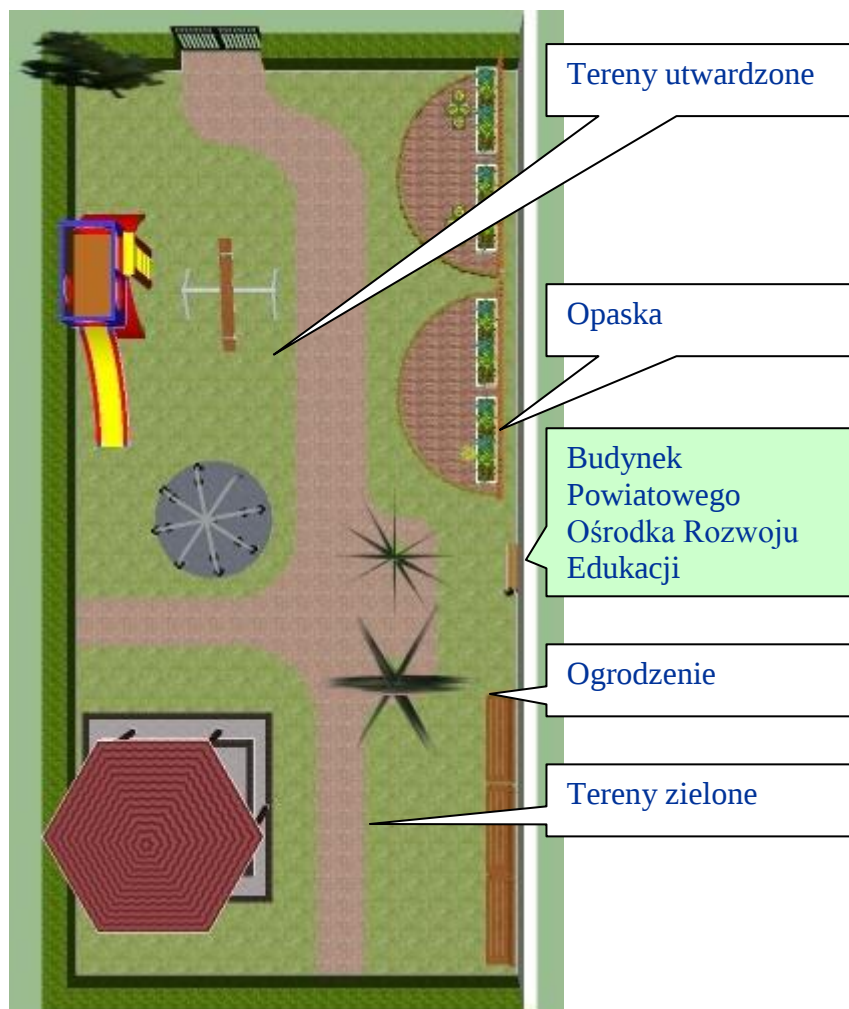
- 5) położenie następnej warstwy podsypki piaskowej z zagęszczeniem mechanicznym
 - 6) położenie mieszanek do budowy nawierzchni trawiastych z torfu, ziemi żyznej, pospółki,
 - 7) przygotowanie i rozścielenie warstwy roślinnej z mieszanki na terenie rozścielania i mechanicznym wymieszaniem o grubości warstwy po zagęszczeniu,
 - 8) wysiew nawozów mineralnych granulowanych i pylistych mechanicznie
 - 9) Jednokrotne zagęszczanie podłoża lub warstwy roślinnej walcem gładkim.
4. Ogrózeniu terenu na słupkach stalowych (fi 50, wysokość słupków 2,4 m, zgłębienie słupków 0,8m) mocowanych w cokole. Wypełnienie w ramce stalowej z siatki stalowej powlekanej gr 3,5mm, oczko 60*60mm. Rozstaw słupków 2,4 m. Wysokość ogrodzenia 1,5m, kolor zielony. Górna krawędź ogrodzenia nie może posiadać ostrych i niebezpiecznych elementów. Furtka o wym. 100x200 cm z boku przeszła ogrodzenia kortów tenisowych.



Foto 1. Początek budowy pracowni hortiterapii w PORE



Foto 2. Obecny wygląd pracowni hortiterapii



Dalszy rozwój pracowni nastąpi w oparciu o środki własne PORE, pracę wolontariuszy i granty z instytucji lokalnych. Docelowy stan techniczny i „roślinny” planowany jest po dwóch latach, gdy posadzone rośliny (w tej chwili w ziemi tkwią np. cebulki kwiatowe) osiągną zauważalną wielkość. **Niemniej, już w tej chwili pracownia może spełniać niektóre zaplanowane funkcje.**

Zakup sprzętu Verim i AVS przez Centrum Pomocy Pedagogicznej i Psychologicznej w Alytus.

Opis zakupionego sprzętu i sposób wykorzystania wykonano na podstawie oferty firmy Uždaroji akcinė bendrovė „Eurocorp“ – dostawcy sprzętu

1)System Biofeedback Verim

Metoda Biofeedback (biologiczne sprzężenie zwrotne) jest zalecane dla dzieci i dorosłych z zaburzeniami emocjonalnymi i uwagi, doskonale nadaje się do treningu relaksacyjnego i zarządzania reakcją na stres. W zależności od rodzaju i poziomu stresu zmienia się stan fizjologiczny organizmu. Aparat **Biofeedback Verim** wykorzystuje czujnik oporności skóry, dzięki któremu zbiera informacje o wewnętrznym pobudzeniu pacjenta na bardzo głębokim poziomie. W trakcie treningu urządzenie przesyła pozyskany sygnał do gry komputerowej.

Zadaniem dziecka jest rozpoznanie, jak jego stopień pobudzenia lub wyciszenia wpływa na to co dzieje się na ekranie – w ten sposób uczy się ono jak osiągnąć i kontrolować pożądany stan.



Foto. Aparat **Biofeedback Verim** oraz wykorzystanie tego systemu ich podczas terapii w **AMPPT**

Dzięki terapii przy pomocy urządzeń Biofeedback Verim możliwa jest praca nad zdolnością koncentracji, umiejętnością relaksacji, a także kształtowaniu cierpliwości i rozwijaniu łatwości samooceny. System znajduje zastosowanie m.in w terapii ADHD czy też pokonywaniu trudności w nauce.

Zakupiony pakiet oprogramowania Biofeedback Verim ProNet składa się z 4 modułów „Energy” (Energia), „Ressource” (Zasoby), „Intelligence Rooms (Kanały inteligencji) oraz dodatkowy segment „Network” (Sieć) i bazę danych dla nieograniczonej liczby użytkowników. Jest przeznaczony do użytku profesjonalnego.

Zakupiony zestaw sprzętu składa się z:

- Dekodera Mind-Reflection (wymagane 2 baterie AA);
- Oprogramowania VERIM (nagrane na DVD lub USB) (14 gier komputerowych);
- kabla USB do podłączenia do komputera osobistego;
- GSR - czujnik rezystancyjny skóry;
- Instrukcji użytkowania;
- Kodu PIN.

Podczas pracy Zestaw współdziała z komputerem (nie były zakupione w ramach projektu) .

- Minimalne wymagania dotyczące sprzętu komputerowego:
- PC Pentium 4/1 GB RAM,
- min 1,5 GB miejsca na dysku twardym
- karta dźwiękowa, wejście USB, CD / DVD-ROM.
- Windows XP, VISTA, 7

2) AVS - Audiowizualne okulary stymulujące "Mind Enchander".



Stymulacja audiowizualna to pobudzanie mózgu i wzroku (koloru) z odpowiednią częstotliwością. W nowoczesnym sprzęcie AVS mózg jest stymulowany przez odpowiedni program relaksacyjny, który pomaga organizmowi odpocząć, zmniejszyć stres lub zwiększyć koncentrację uwagi.

Działanie AVS PSIO polega na jednoczesnym stymulacji świetlnej z okularów i dźwiękowej z odtwarzacza mp3 (muzyka lub głos o odpowiedniej modulacji). Kombinacje kolorów i terapia światłem z wibracjami oddziałują na mózg, prowadząc do określonych efektów terapeutycznych np. *poprawienia pamięci, kreatywności, koncentracji i zwiększenia energii*. Sesje relaksacyjne trwają średnio około 20-30 minut. Twórcy tej metody, podkreślają, iż nie powoduje ona efektów ujemnych.

Centrum będzie je wykorzystywało zakupione aparaty do terapii depresji, zmniejszenia stresu, nadpobudliwości, zespołu ADHD (nadpobudliwości psychoruchowej i zaburzenia koncentracji uwagi).

W zakupionych pakietach znajduje się:

- Dekoder;
- Okulary i słuchawki,
- Stereofoniczny kabel audio,
- DVD z nagraniami relaksacyjnymi;
- Instrukcje użytkowania;
- 10 audiowizualnych programów stymulacyjnych;
- diody LED emitujące białe, czerwone i zielone kolory, tworząc widmo tęczy;

Do działania urządzenia niezbędny jest komputer lub smartfon i odtwarzacz mp3.

Spotkanie w Alytus rodziców dzieci autystycznych z terenu obu samorządów

Na zlecenie litewskiego partnera projektu tj. Alytuskiego Centrum Pomocy Pedagogiczno –Psychologicznej spotkanie organizowała Alytuska Szkoła Podstawowa Dzūkija, w strukturze której są oddziały specjalne, w tym dla dzieci ze spektrum autyzmu. Wydarzenie zorganizowano w formie dwudniowej konferencji, którą poprowadziła wicedyrektor tej szkoły *Jolanta Savukyniene*.



W spotkaniu uczestniczyło 15 rodziców dzieci autystycznych z Giżycka (14 mam i 1 tata) oraz Zespół Projektowy z panią dyrektorką PORE Bożeną Giedziuszewicz na czele. Ze strony litewskiej uczestniczyła 15 osobowa grupa rodziców dzieci autystycznych i nauczycieli. Jako gości honorowych na spotkaniu można wymienić: głównego specjalistę Wydziału Edukacji Miasta Alytus panią Daivę Pasařaviciene, głównego specjalistę - koordynatora współpracy międzyinstytucjonalnej panią Rimę Mockevičienę i panią Viliję Sušinskienę dyrektorkę szkoły podstawowej Alytus Dzūkija.

Pierwszego dnia konferencji uczestnicy zapoznali się z możliwościami leczenia zaburzeń wśród dzieci i młodzieży ze spektrum autyzmu w Alytusie i Giżycku. Psychiatra z Centrum

Zita Pupkienė mówiła o pomocy udzielanej w Alytusie, a Bożena Giedziuszewicz, dyrektor PORE w Giżycku, przedstawiła system opieki nad dziećmi w swoim regionie. Wydarzeniem dnia była prezentacja działalności stowarzyszenia rodziców Giżycka, wychowujących dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, prezentowanymi przez Anetę Furmaniak i Annę Kowalczyk.



Foto: Pani Aneta Furmaniak i pani Anna Kowalczyk podczas wystąpienia

Drugiego dnia nauczyciele szkoły Dzūkija Nijolė Amšiejienė i Danguolė Balčiūnienė i Tomas Gurskis przedstawili projekt "Zastosowanie metody ciepłego piasku do poprawy stanu fizycznego i emocjonalnego uczniów o specjalnych potrzebach", który może pomóc w rozwoju dzieci autystycznych i wyzraniach, przed którymi stoją ich rodzice.

Ostatnie wystąpienie "Znaczenie współpracy rodzina-szkoła w rozwoju dzieci z zaburzeniami spektrum autyzmu" – przedstawiła Loreta Grikainienė, ekspertka zajmująca się logopedami z wileńskiego przedszkola pediatrycznego "Chowiskutis". Jej zdaniem ścisła współpraca i wzajemne wsparcie i pomoc stanowią ważny warunek pomyślnego rozwoju dziecka.



Dalsza dyskusja skupiła się na możliwościach komunikacji i współpracy między rodzicami z Alytusa i rodzicami z Giżycka, którzy wychowują dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, aspektami kształtowania pozytywnego nastawienia do tych dzieci oraz możliwością tworzenia przez rodziców organizacji jednoczącej rodziny dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu w Alytusie.

Uznano, że dalsza współpraca jest możliwa i celowa, jej formy znajdują się w umowie o współpracy, jaką zawrą PORE I Centrum. Dyskusja trwała długo i przeniosła się w kuluary, dlatego tylko niewiele czasu pozostało delegacji z Giżycka na spojrzenie na samo miasto Alytus i jego atrakcję – most dla pieszych nad Niemnem. Na zdjęciu – rodzice na moście w Alytus.



4) Rezultaty i produkty projektu

Rezultaty

We wniosku aplikacyjnym jako rezultat podano wskaźnik 4.1.R.1 określony w Programie Interreg V-A Litwa Polska tj:

Udział instytucji korzystających ze współpracy transgranicznej (Share of institutions benefiting from crossborder cooperation).

Realizacja projektu była dobrą szkołą współpracy transgranicznej. Można dodać, iż bardzo trudną szkołą, szczególnie w przypadku partnera litewskiego. z uwagi na pierwszy raz realizowany projekt samodzielnie (dotychczas Centrum uczestniczyło w projektach w większych grupach) oraz z uwagi na komplikacje przy obsadzie dyrektora placówki.

Organizacja działań wymagała współpracy między zaangażowanymi instytucjami. Uległy zwiększeniu kwalifikacje pracowników mierzone w sposób formalny – certyfikaty ze szkoleń, jak również nieformalne uzyskane podczas staży, spotkań. Poprawiło się wyposażenie dydaktyczne obu placówek. Śmiało można potwierdzić, iż jakość usług publicznych świadczonych przez instytucje partnerskie poprawiła się w wyniku wymiany dobrych praktyk, wspólnych szkoleń i poprawy infrastruktury. Beneficjenci są również lepiej przygotowani do wzajemnej pomocy i opieki nad dziećmi i młodzieżą podczas wymian organizowanych przez inne szkoły w mieście i powiecie.

Produkty

Uzyskane następujące produkty (numer wskaźników są określone w Programie):

1)2.1.0.2. Liczba osób uczestniczących we wspólnych szkoleniach i wydarzeniach (Number of persons having participated in joint trainings and events)

Na wartość tego produktu składają się:

- 12 pracowników PORE uczestniczących w stażu w Centrum,
- 12 pracowników Centrum uczestniczących w stażu w PORE,
- 5 uczestników szkolenia EEG Biofeedback w Giżycku (3 PORE i 2 Centrum), jednocześnie te same osoby uczestniczyły w wycieczce dydaktycznej do pracowni hortiterapii,
- 5 uczestników szkolenia VERIM w Alytusie (2 PORE i 3 Centrum),
- 15 uczestników szkolenia Trening Umiejętności Społecznych (TUS)- terapia grupowa dzieci ze spektrum autyzmu
- 15 uczestników spotkania rodziców dzieci autystycznych (rodzice dzieci autystycznych z Giżycka), przy czym nie uwzględniono w tej liczbie obecności uczestników litewskich na tym spotkaniu oraz Zespołu Projektowego.

Razem są to 64 osoby.

2)3.1.0.3. Liczba nowych lub zmodernizowanych usług opieki zdrowotnej i programów profilaktycznych (3 sztuki).

Produkt ten tworzą:

- a. zmodernizowany program terapeutyczny dla dzieci autystycznych opracowany w PORE,
- b. zmodernizowany program terapeutyczny dla dzieci autystycznych opracowany w Centrum,
- c. opracowany program terapeutyczny w pracowni hortiterapii.

Programy te są dostępne na stronach internetowych partnerów.

3)4.1.0.1. Liczba instytucji zaangażowanych we współpracę transgraniczną (*Number of institutions involved in the cross border cooperation*)

We wniosku aplikacyjnym wartość tego wskaźnika określono na „2”, którymi są formalni partnerzy projektu czyli Powiatowy Ośrodek Rozwoju Edukacji oraz Alytuskie Centrum Pomocy Pedagogiczno –Psychologicznej. W rzeczywistości liczba zaangażowanych podmiotów była znacznie większa. Były to: instytucje samorządowe – Powiat Giżycki i Administracja Miasta Alytus, 4 instytucje szkoleniowe, co najmniej dwa hotele, dwie firmy transportowe, dostawca sprzętu, firma budowlana. To zestawienie ilustruje, iż fundusze unijne, tylko w niewielkim stopniu są bezpośrednio konsumowane przez partnerów projektu. Przede wszystkim korzysta z nich otoczenie gospodarcze partnerów.

4) 4.1.0.2. Liczba osób uczestniczących we wspólnych szkoleniach lub wymianie personelu (*Number of persons having participated in joint trainings or exchange of Staff*)

Wskaźnik ten w znacznym stopniu jest tożsamy z 2.1.0.2. Nie obejmuje tylko 15 uczestników szkolenia Trening Umiejętności Społecznych (TUS), ponieważ nie było to wspólne szkolenie oraz 15 uczestników spotkania rodziców dzieci autystycznych, ponieważ to nie było szkolenie. Ogółem są to 34 osoby.

5)Wykonanie pracowni hortiterapii (*Horticultural therapy garden*) 1 szt. Wykonano tą pracownię w stopniu zakładanym w projekcie przy Powiatowym Ośrodku Rozwoju Edukacji.

6)Liczba zakupionych egzemplarzy sprzętu (*Number of units of the equipment*). Centrum zakupiło 5 zestawów Biofeedback Verim ProNet oraz dwie sztuki AVS Mind Enhancer.

7)Liczba przygotowanych i opublikowanych raportów stażowych. Opracowano 2 raporty pracowników uczestniczących w stażu (jeden pracowników giżyckich i drugi pracowników alytuskich), które zostały opublikowane w formie elektronicznej na stronach internetowych.

8)Liczba podpisanych umów o współpracy. Została opracowana i podpisana umowa o współpracy w okresie trwałości projektu Powiatowego Ośrodka Rozwoju Edukacji w Giżycku i Alytuskiego Centrum Pomocy Pedagogicznej.

9) Liczba zorganizowanych wydarzeń: Są to:

- a. Staż w PORE,
- b. Staż w CENTRUM,
- c. szkolenie EEG BIOFEEDBACK (LB),
- d. podróż dydaktyczna do pracowni hortiterapii
- e. szkolenie metody VERIM (B2),
- f. szkolenie dla pracowników, nauczycieli i rodziców dzieci autystycznych (LB),
- g. 2 spotkania rodziców autystycznych dzieci (1 LB, 1 B2)

W realizacji projektu nie mogło zabraknąć produktów związanych z promocją. Zostały wykonane:

- 1) Dwa artykuły prasowe – jeden opublikowany w Giżycku, drugi w Alytus. Są one dostępne na stronach internetowych partnerów.
- 2) Dwie audycje radiowe – jedna w radiu internetowym w Giżycku, druga w lokalnej rozgłośni radiowej w Alytus. Linki do tych audycji są również dostępne na stronach internetowych partnerów.
- 3) Wykonano dwa plakaty informujące o projekcie umieszczone w biurach partnerów.
- 4) Zakupiony sprzęt przez Centrum został oznakowany naklejkami informującymi o dofinansowaniu z funduszy Unii Europejskiej a przy pracowni hortiterapii umieszczono tablicę pamiątkową.
- 5) Zredagowano niniejszy „Newsletter” który został powielony w 20 egzemplarzach przez partnerów projektu, wysłany do podobnych placówek w subregionie ełckim i apskritis Alytaus.

5) Oczekiwany wpływ projektu

Działania realizowane w ramach projektu spowodowały znaczne zmiany we instytucjach partnerów. Pokonanie problemów organizacyjnych i merytorycznych występujących przy realizacji projektu transgranicznego, współfinansowanego ze środków unijnych wzmocniło organizacyjne obie placówki. Będzie to wpływało pozytywnie na inne obszary działalności związane z realizacją usług publicznych. W szczególności, będzie pozytywnie wpływało na jakość terapii dzieci i młodzieży ze spektrum autyzmu. Działania w projekcie pokazały, iż partnerzy mają się czym dzielić, transfery pozytywnych metod mogą odbywać się w obie strony. Z działań realizowanych przez partnerów skorzystały również podmioty współpracujące, które na ogół pierwszy raz organizowały działania międzynarodowe. Po drugie, została rozwinięta infrastruktura niezbędna do świadczenia usług i został zakupiony zostanie sprzęt do użytku na obszarze transgranicznym. Projekt spowodował wyższy poziom współpracy między instytucjami partnerskich samorządów Powiatu Giżyckiego i Administracji Miasta Alytus.

Wartością dodaną było nawiązanie współpracy obu placówek z instytucjami szkoleniowymi ze znakomitą specjalistą w zakresie terapii Panem Romanem Juchniewiczem. Nie jest wykluczone, podjęcie współpracy w znacznie szerszej sieci placówek świadczących usługi w zakresie terapii pedagogicznej i psychologicznej.

Natomiast najcenniejszą wartością, dzięki uczestnictwu w jednym działaniu rodziców dzieci autystycznych, jest zrozumienie roli tych rodziców w wychowaniu dzieci autystycznych. Ich determinacja i kwalifikacje są równie/bardziej cenne jak kompetencje zawodowych terapeutów zatrudnionych w partnerskich placówkach. Dlatego udzielenie im pomocy w wychowaniu tych szczególnych dzieci jest równie ważne jak budowanie infrastruktury i zwiększanie kwalifikacji pracowników zatrudnionych w partnerskich placówkach. Dlatego inicjatorzy projektu postanowili, że w codziennych działaniach zwrócą większą uwagę na współpracę z rodzicami,

a w następnym projekcie dotyczącym tego problemu udział rodziców będzie znacznie większy.

Dziękujemy za zapoznanie się z naszym projektem



Autorzy
Zespół Projektowy

<https://www.poregizycko.pl/>

<https://www.ppt.alytus.lm.lt/>