

untuk anak *low vision & tunanetra total*
**BANTU SAYA UNTUK MEMPELAJARI
BENDA & PENGALAMAN BARU**



Gambarkan pengalaman saya dengan benda-benda dan kejadian-kejadian di masa lalu untuk membantu saya memahami hal-hal baru. Ingat, suatu benda atau kejadian baru bisa jadi sesuatu yang menakutkan pada awalnya. Cobalah untuk menerka apa yang mungkin mengganggu saya dan bantulah saya untuk memahami hal itu. Ini adalah sebuah cerita mengenai bagaimana keluarga saya membantu saya belajar.



Ketika kemarin Ayah pulang ke rumah, ada sesuatu yang mengeluarkan suara aneh dan menderum dengan keras di luar. Saya takut dan berdiri diam agak jauh. Saudara-saudara saya gembira dan memberitahu saya bahwa ayah membeli sebuah sepeda motor. Benda itu sepertinya menakutkan dan saya tak ingin mendekatinya.

Saudara laki-laki saya berkata bahwa suara itu hanyalah sebuah motor, sama seperti benda yang menarik air dari dalam tanah ke atas tangki air kami (pompa air). Ia duduk di dekat saya karena saya masih takut, dan membiarkan saya merabanya sendiri. Ia menunjukkan roda motor dan tempat meletakkan kaki. Kemudian ketika saya menyadari bahwa hal itu hanyalah seperti sebuah sepeda besar dan gemuk, saya tidak begitu takut lagi.



Mereka membantu saya duduk di atasnya dan meminta Appa untuk menyalakan mesinnya ketika saya berada di atasnya, sehingga saya dapat merasakan dan mendengar suaranya. Meskipun agak menakutkan, tapi juga menyenangkan! Saya dapat merasakan seluruh motor menggetarkan tubuh saya ketika mesinnya menderum. Pada malam harinya, kami bertiga menghitung motor yang lewat di depan rumah kami melalui suaranya. Appa berjanji kepada kami untuk mengajak kami mengendarainya suatu hari nanti. Saya berharap sayalah yang pertama diajak!

Ingatlah:

- Bantu saya memahami apa yang saya dengar atau rasakan.
- Jelaskan benda-benda baru dengan cara menceritakan seperti apa benda itu dan perbedaannya dengan benda yang sudah saya ketahui.
- Saya mungkin memerlukan waktu sejenak sebelum saya berkeinginan mencoba sesuatu yang baru. Sabarlah! Saya akan belajar dengan lebih baik jika saya mencoba sesuatu karena kemauan saya sendiri daripada karena desakan orang lain.



Buatlah saya tertarik pada dunia

Dunia penuh dengan berbagai kegiatan, tetapi tanpa dibantu untuk menemukannya, bagaimana saya dapat mengetahuinya? Apabila Anda tidak menunjukkannya pada saya, saya tidak akan tahu apa yang ada di sekeliling saya. Ceritakan pada saya tentang suara-suara yang saya dengar dan benda-benda yang Anda lihat. Anda dapat memandu tangan saya dengan lembut ke berbagai benda, atau biarkan saya memegang tangan Anda saat Anda menyentuhnya, apabila saya takut untuk mencoba sendiri. Jangan paksa saya, atau saya tidak akan pernah membiarkan Anda memegang tangan saya lagi.



Tunjukkan pada saya tentang bagaimana cara menemukan benda

Tunjukkan pada saya dari mana benda-benda berasal, bagaimana saya bisa mendapatkannya dengan aman dan apa yang bisa saya lakukan dengan benda tersebut. Dengan selalu menyimpan benda-benda di tempat yang sama akan membantu saya mendapatkannya di saat saya membutuhkannya. Karena saya tidak dapat melihat, saya tidak akan mengerti tentang bagaimana sesuatu terjadi apabila Anda tidak menunjukkan keseluruhan prosesnya kepada saya. Jangan hanya meletakkan suatu mainan di tangan saya. Tunjukkan pada saya di mana Anda menyimpannya dan bagaimana cara mengambilnya. Setelah itu saya akan belajar melakukannya sendiri.

Bantulah saya menjadi mandiri

Tunjukkan pada saya bagaimana caranya mengerjakan segala sesuatu dan dorong saya agar melakukannya sendiri. Ingatlah, mengerjakan segala sesuatunya dengan cara yang selalu sama dan menggunakan petunjuk yang sederhana dan jelas, dapat membantu saya untuk mempelajari sesuatu lebih cepat. Jangan terlalu cepat untuk membantu saya – saya mungkin perlu berpikir sebelum memulainya. Ketika saya menjadi lebih mahir, kurangi bantuan Anda. Suatu hari nanti saya akan melakukannya sendiri!





Banyak bayi dengan gangguan penglihatan tetap pasif di tempat mereka diletakkan, tidak tertarik untuk mengeksplorasi atau bergerak bebas. Eksplorasi dan gerakan pada tahap ini adalah cara bayi untuk belajar dan berkembang. Membuat mereka merasa aman, mendekatkan benda-benda yang ada di sekelilingnya dan mendorong mereka untuk mencoba berbagai posisi yang berbeda akan membantu meningkatkan minat dan aktivitas mereka.

Menciptakan pembatas

Saat bayi tidak dapat melihat dengan baik, sulit bagi mereka untuk mengetahui seberapa jauh mereka dapat bergerak tanpa jatuh atau terluka, atau tanpa membuat mereka takut menyentuh sesuatu yang tak terduga. Menciptakan suatu pembatas yang dapat mereka rasakan atau lihat adalah langkah pertama untuk membantu mereka menentukan “ruang aman mereka”. Bagi beberapa anak, mungkin cukup hanya dengan membuat suatu garis pembatas dengan warna yang sangat kontras pada alas bermain mereka; yang lain mungkin membutuhkan suatu pembatas yang jelas dan dapat disentuh. Anda mungkin dapat mencari sesuatu yang membuat mereka dapat menyandarkan setidaknya salah satu bagian tubuhnya agar mereka merasa aman. Untuk anak-anak yang sangat pasif atau penakut, gunakan pembatas setiap saat – bahkan saat anak ada di pangkuan Anda, gunakan tubuh Anda untuk melakukannya – sampai Anda lihat mereka mulai mengabaikan pembatas dan ingin bereksplorasi keluar pembatas.



Membawa dunia menjadi lebih dekat

Adanya sesuatu yang dapat mereka rasakan dan eksplorasi akan membantu anak memahami perbedaan antara tubuh mereka sendiri dan apa yang ada di luar sana. Usahakan selalu ada sesuatu yang menarik dekat anak untuk didengar, dicium, dirasakan atau dilihat, di mana ia dapat meraihnya bila ia menginginkannya. Akan sangat membingungkan bila benda-benda yang mereka sentuh atau raih selalu berganti posisi atau menggelinding jauh, jadi ingatlah untuk mengikatnya atau menjahitnya secara aman pada sesuatu di dekatnya. Jangan lupa bahwa pakaian, wajah dan tangan Anda sangat menarik bagi bayi untuk dieksplorasi.



Mendorong untuk mencoba berbagai posisi yang berbeda

Ketika kita bermain dengan berbagai posisi yang berbeda, kita akan memahami tubuh kita dengan lebih baik karena kita harus menggunakan cara yang berbeda-beda untuk menjaga keseimbangan atau meraih benda-benda. Untuk bayi yang masih sangat muda, penemuan pertama adalah tubuh mereka sendiri. Membantu mereka merasakan berbagai posisi yang berbeda sangatlah mudah untuk dilakukan sehari-hari.





Perubahan-perubahan sederhana pada benda-benda yang digunakan anak atau pada lingkungan di mana anak tersebut melakukan tugasnya, dapat mendorong penggunaan penglihatan secara efisien. Doronglah anak untuk selalu menggunakan penglihatan mereka sepanjang hari dan dalam segala hal. Mendorong mereka untuk menggunakan penglihatan dalam aktivitas sehari-hari akan lebih efektif dalam membantu anak-anak mengembangkan keterampilan visual yang baik dibandingkan dengan berbagai sesi “latihan melihat”. Berikut adalah beberapa saran untuk membantu anak perempuan ini merangkai manik-manik.

Memodifikasi Benda

Menemukan ukuran yang tepat

Pertama, pertimbangkan terlebih dahulu apa yang perlu dilihat si anak agar dapat melakukan tugasnya. Mungkin tidak perlu mengubah ukuran semua benda yang digunakan. Dalam tugas ini, kita dapat menyediakan manik-manik yang lebih besar atau hanya lubangnya yang diperbesar. Dapat juga menggunakan benang yang lebih tebal atau hanya ujungnya saja yang ditekankan.

INGAT! Beberapa anak melihat lebih baik dengan menggunakan benda-benda yang lebih kecil. Memperbesar benda-benda tidak selalu membantu semua anak!

Menggunakan kontras dan warna

Amatilah dia dan lihat masalah apa yang dia hadapi saat mengerjakannya.

- Apakah kesulitan dalam mencari manik-manik? Cobalah untuk memilih warna-warna terang atau menempatkannya di atas sebuah kain yang berwarna kontras di lantai sehingga ia dapat menemukannya dengan mudah.
- Apakah kesulitan dalam menemukan lubang? Catlah lubangnya dan warnai garis luarnya dengan warna yang kontras dibandingkan maniknya.
- Apakah kesulitan untuk tetap dapat melihat benang? Buatlah ujung benangnya berwarna terang, sehingga ia dapat melihatnya dengan mudah.



Memodifikasi Lingkungan

Cahaya

Beberapa anak dapat melihat lebih baik jika kita mengubah cahaya dalam ruangan atau pada tempat mereka beraktivitas atau bermain.

Cobalah untuk menggunakan berbagai jenis cahaya yang berbeda – cahaya matahari, neon, cahaya kuning (lampu pijar).

Lihatlah jika hal itu membantu, apakah cahaya sudah terfokus pada area aktivitas mereka, atau hanya membuat ruangan menjadi lebih terang saja.

Apakah si anak mengernyitkan mata? Mungkin itu karena terlalu banyak cahaya yang terpantul ke mata. Dalam hal ini, menggunakan warna-warna gelap pada lantai atau meja mungkin dapat membantu.

Posisi anak dan benda

Jika si anak membungkuk selama mengerjakan sesuatu, perlu memutar kepalanya agar dapat melihat lebih baik atau harus menahan posisi untuk menjaga keseimbangannya, akan sangat sulit baginya untuk menggunakan penglihatannya secara efisien dan dalam jangka waktu lama. Ubahlah ketinggian dan sudut meja atau kursi sedemikian rupa sehingga ia dapat bekerja tanpa hambatan, dan Anda akan melihat kemajuan anak dalam mempergunakan penglihatannya.

Peletakan benda secara tak beraturan

Terkadang, dengan membiarkan beberapa benda berada di sekitar area kegiatan atau bermain, atau meletakkan alas bermain di lantai secara tak beraturan, kita dapat membantu anak menemukan benda-benda yang ia butuhkan dengan lebih baik.

Memodifikasi Aktivitas

INGATLAH! Membiarkan anak bermain atau bekerja tanpa bantuan adalah penting. Tidak pernah terlalu dini untuk membuat mereka merasa mampu melakukan sesuatu.

Jika tugasnya terlalu sulit, lakukan sedikit penyesuaian, sehingga ia dapat melakukannya sendiri. Sebagai contoh, selain benang, biarkan ia menggunakan sebuah kawat yang kaku atau suatu tongkat tegak pada kubus kayu agar lebih mudah.