

Učenci s skotopičnim sindromom v šolski knjižnici

Pupils with Scotopic Sensitivity Syndrome in School Library

Mag. Nina Čelešnik

Izvleček

V članku so na kratko predstavljeni skotopični sindrom (kaj je to, kako pogost je ta sindrom, dednost) in težave, s katerimi se osebe, ki ta sindrom imajo, soočajo (težave z branjem, popačenja črnega besedila na belem listu pri branju, občutljivost na svetlobo, težave s koncentracijo, utrujenostjo itd.). V nadaljevanju pa so nanizani ideje in predlogi, kaj lahko naredijo knjižničarji, da bi osebe s skotopičnim sindrom raje brale in pogostejše zahajale v knjižnico (prilagoditev svetlobe, svetovanje pri izbiri knjig, sodelovanje z založbami in učitelji slovenščine, spodbujanje k branju, vživljanje v otroka).

Ključne besede: skotopični sindrom oz. sindrom Helen Irlen, knjižnica, spodbujanje branja

UDK 028:376

Abstract

The article briefly presents Scotopic Sensitivity Syndrome (what it is, how common it is, heritability) and the problems faced by people with this syndrome (reading problems, the blurring of black text on white paper when reading, sensitivity to light, difficulty concentrating, fatigue, etc.). The article then provides ideas and suggestions on what librarians could do to get people with Scotopic Sensitivity Syndrome to want to read more and to come to the library more often (adjusting the light, advising them which books to read, collaborating with publishing houses and Slovene language teachers, promoting reading, empathizing with the child).

Keywords: Scotopic Sensitivity Syndrome or Irlen Syndrome, library, reading promotion

Uvod

Glede na statistiko naj bi bila v vsakem razredu najmanj 2 učenca s skotopičnim sindromom, glede na naše izkušnje pa 4 do 6. Če oseba ne nosi očal z barvnimi filtri Irlen, lahko skotopični sindrom povzroča nemalo težav, predvsem osebam, ki sindrom imajo, pa tega ne vedo, in osebam, ki za branje uporabljajo le barvne folije Irlen. V prvem delu članka skušamo sindrom na kratko predstaviti: kaj je, kako je z njegovo pogostostjo in kako z dedovanjem sindroma, nanizamo nekaj njegovih ključnih značilnosti, po katerih je možno posameznika, ki skotopični sindrom ima, tudi prepoznati. V drugem delu pa nanizamo nekaj idej in predlogov, kaj lahko naredijo knjižničarji, da bi osebe s skotopičnim sindrom raje brale in pogostejše zahajale v šolsko knjižnico.

Skotopični sindrom na kratko

Skotopični sindrom oz. sindrom Helen Irlen (v nadaljevanju skotopični sindrom) je motnja vizualnega procesiranja. Možgani oseb, ki imajo skotopični sindrom, so pri vsakem posameznem opravilu (npr. branje, prepisovanje s table, poslušanje, šport itd.) bistveno bolj obremenjeni s procesiranjem vizualnih informacij, kot je za to posamezno opravilo običajno. To povzroča utrujenost, nelagodje in napatost. Poleg občutljivosti na svetlobo ima lahko oseba težavo pri delu pod fluorescentnimi lučmi, močnim soncem, v megli in ob oblačnem vremenu (Irlen, 2005, str. 32).

»Posamezniki, ki imajo skotopični sindrom, zaznavajo svet okoli sebe na popačen način, kar je posledica občutljivosti na določene valovne dolžine svetlobe« (Irlen, 1991, 2005, 1), zato morajo ti posamezniki vlagati »več energije in napora v proces branja, saj so neučinkoviti bralci, ki natisnjeno besedilo vidijo drugače od dobrih bralcev. Stalno prilagajanje popačenjem tiska ali ozadja besedila povzroča utrujenost, neugodje ter omejuje dolžino časa, ko so ti posamezniki sposobni brati in vzdrževati razumevanje. /.../. Sindrom lahko soobstaja z drugimi učnimi težavami, ki jih je še vedno treba obravnavati, čeprav smo uspešno odpravili skotopični sindrom. Na fizični ravni se kaže kot glavoboli, napetost v očeh, zaspanost, utrujenost in/ali nesposobnost koncentracije in razumevanja prebranega.« (Irlen in Lass, 1989, 414; Irlen in Robinson, 1996).

Pogostost in dednost skotopičnega sindroma

Različni avtorji odstotek pogostosti pojavljanja skotopičnega sindroma, glede na opravljene raziskave in njihove izkušnje, ocenjujejo različno. Tukaj navajamo ugotovitve Helen Irlen (2005, 50) ter Loew, Marsh in Watson (2014), ki ocenjujejo, da ima težave z vizualno percepcijo 12–14 % celotne populacije in 46 % oseb z disleksijo, motnjo pozornosti in učnimi težavami.

Skotopični sindrom prizadene oba spola enako (Irlen, 2005, str. 58) in je lahko deden (prirojen) (Robinson, Foreman in Dear, 1996; Robinson, Foreman in Dear, 2000) ali pa pridobljen; največkrat po poškodbah glave, kot posledica udarca v glavo, pa tudi po nekaterih posegih (Irlen, 2010).

Kaj lahko za učence, ki imajo skotopični sindrom, naredijo knjižničarji?

Če želimo, da se bodo učenci, ki imajo skotopični sindrom, v naši knjižnici dobro počutili, jim lahko pomagamo na različne načine. Na primer:

- zmanjšamo umetno svetlobo;
- luči prižemo le, ko je zunaj res temno;
- luči prižgemo le v enem delu knjižnice;
- v delovnem prostoru namestimo namizne lučke, kjer si lahko vsak sam prilagaja svetlobo;

RIPPLE

When Sampler CPU 1 boots up "Code Meter" automatically loads. This is a Wibu application (free online from Wibu.com). This is essential to recognize the DVZ-RT/Space/Library authorization USB key (dongle). This may be immediately visible because it's in the Windows Task Tray. This runtime program is actually installed on all the DVZ-RT computers (Control and Samplers).

If the Code Meter task Tray icon is green, this means the authorization key is present on the computer being viewed. On those computers where the key is not installed, the icon will be gray, but it will work because the program accesses the valid key over the network.

Also, On all Samplers, you will see an AI Crypt VST Host (Helix) icon. That also loads automatically upon boot up. This AI Crypt info pertains only to beta turn-key systems, and will change later.

If the icon is not present, launch it from the desktop icon, or look in the Start Menu - Programs/Audio Impressions/AI Strings and launch AI Crypt. If it isn't there, it failed to load or the Wibu key is not connected so please make sure it's present on one of the computers, that they're all networked correctly together, etc.

If it's loaded, right-click on the icon and a context menu will come up. The first item will be Dismount if all loaded correctly. Don't select this. If the first item is "Mount" then select this (this mounts the library). If you Mount, you have to choose the image, and that's located on the sample drive and named "aisi" (Audio Impressions Symphonic Image). You select it and mount it to x (using the dropdown menu). No letter other than x will function correctly. Note: All this will occur automatically in the final release and even in beta you shouldn't have to do the mounting if the boot process works correctly.

SWIRL

As the various interest groups, providers, and professional associations become more complex, the more complex the public is to present. The public is a complex of many different groups, each with its own set of needs and interests. The public is also a complex of many different groups, each with its own set of needs and interests. The public is also a complex of many different groups, each with its own set of needs and interests.

Various agencies, for example, the United States and the United Kingdom, have established various agencies to deal with the various needs and interests of the public. These agencies are established to deal with the various needs and interests of the public. These agencies are established to deal with the various needs and interests of the public. These agencies are established to deal with the various needs and interests of the public.

Various agencies, for example, the United States and the United Kingdom, have established various agencies to deal with the various needs and interests of the public. These agencies are established to deal with the various needs and interests of the public. These agencies are established to deal with the various needs and interests of the public. These agencies are established to deal with the various needs and interests of the public.

Various agencies, for example, the United States and the United Kingdom, have established various agencies to deal with the various needs and interests of the public. These agencies are established to deal with the various needs and interests of the public. These agencies are established to deal with the various needs and interests of the public. These agencies are established to deal with the various needs and interests of the public.

Various agencies, for example, the United States and the United Kingdom, have established various agencies to deal with the various needs and interests of the public. These agencies are established to deal with the various needs and interests of the public. These agencies are established to deal with the various needs and interests of the public. These agencies are established to deal with the various needs and interests of the public.

Sliki 1 in 2: Ripple in swirl

– dva primera možnega popačenja, kako nekatere osebe, ki imajo skotopični sindrom, vidijo črno besedilo na beli podlagi.

Vir fotografij: Priročnik za presojevalce skotopičnega sindroma po metodi Irlen: Helen Irlen. Irlen Reading Perceptual Scale, IRPS. 11th edition. 2010. Perceptual Development Corporation, California.

- preprečimo bleščanje s pravilno postavitvijo polic;
- vse zapise v knjižnici pripravimo v brezserifni pisavi z večjimi presledki (npr. Arial, velikost 14 +, na mat papirju, v primeru plastifikacije uporabimo mat folijo);
- smo jih veseli, vsakič ko pridejo;
- jih pohvalimo za vsako prebrano knjigo;
- jim predlagamo (tudi starejšim učencem) knjige raznih zvrsti: slikanice, stripe, romane z velikimi črkami na mat papirju, knjige na nebelih in nebleščečih listih;
- spodbujamo jih, da berejo, kar želijo;
- učitelje slovenščine prosimo, da za domače branje izbirajo knjige, ki imajo mat papir in dovolj velik font črk, kjer se da, tudi kakšne slike;
- pri založbah prednostno naročamo knjige (tudi učbenike), ki so prijazne osebam, ki imajo skotopični sindrom (saj jim take knjige bistveno olajšajo branje, oseb, ki pa skotopičnega sindroma nimajo, take knjige ne motijo);
- učitelje slovenščine prosimo, da učencem, ki imajo težave z branjem, omogočijo dlje časa za branje domačih branj, mogoče jih spodbudimo, da takim otrokom celo že ob koncu leta povejo, katere knjige jih čakajo v prihodnjem letu, da jih učenci lahko preberejo že med počitnicami;
- jim predlagamo, da knjige za bralno značko preberejo že med poletnimi počitnicami,
- jim po potrebi podaljšamo čas izposoje;
- jih spodbujamo k branju – npr. za njih pripravimo izziv (npr. Lahko prebereš 20 knjig v šolskem letu?), majhne nagrade (bonbon, čokolada, knjižno kazalo, avtogram ali sporočilo kakšnega pisatelja, knjižna nagrada itd.);
- predlagamo v branje slikanico Aksinje Kermauner: V vrtincu črk (2021), kjer ima glavna junakinja ta sindrom in se odloči za testiranje ter kasneje za očala z barvnimi filtri Irlen – knjiga je prevedena tudi v angleščino in jo je IBBY (The International Board on Books for Young People/Mednarodni odbor za mladinske knjige) prepoznal kot izjemen primerek knjig za otroke s posebnimi potrebami;



Slika 3: Očala z barvnimi filtri Irlen niso čudežna, na določenih področjih pa vseeno tako delujejo.
Foto: Nina Čelešnik.



Slika 4: Raje nosim* kot prenašam**.

* očala z barvnimi filtri Irlen

** breme težav, ki jih prinaša skotopični sindrom

Foto: Nina Čelešnik.

- jih skušamo razumeti: Posamezniki, ki so šele dobili barvne folije Irlen se morajo na njih še navaditi, poleg tega pa je branje s folijami nekoliko nepraktično; tisti, ki pa že imajo očala z barvnimi filtri Irlen, pa se morajo »natrenirati« v sedenju pri miru, morajo sprejeti, da zdaj zmorejo videti besedilo pri miru, da jih svetloba ne moti več, a morajo »natrenirati« sposobnost dela in vztrajnosti – ta pa ne pride čez noč. Ravno zato bi bilo nujno, da bi se otroke diagnosticiralo, kot priporoča tudi Helen Irlen (Irlen, 2005, str. 37), v starosti 8 let, ko se učijo branja, ko začnejo razvijati delovne učne navade. Kasneje kot otrok dobi pomoč, več mora nadoknaditi;
- prisluhnemo njihovim težavam – mogoče prav mi prepoznamo značilnosti skotopičnega sindroma pri njih ali njihovih družinskih članih, prijateljih, ki nam jih opisujejo (npr. ne marajo brati, se razjezijo vsakič, ko je treba brati, besede zaključujejo po svoje, začnejo tožiti, da jih boli glava, da jim je slabo, da jih pečejo oči, da se jim oči solzijo, da imajo občutek kot bi imeli v očeh pesek, iglice, da med branjem vedno zaspijo, da jih med branjem hitro kaj zmoti, da ne razumejo, kaj so prebrali, da se jim črke premikajo, izginjajo itd.), in jih usmerimo na naslov šolske svetovalne službe ali na presojevalca skotopičnega sindroma po metodi Irlen.

Poslanstvo knjižničarjev

Naj bo šolska knjižnica kraj, kamor bodo radi prihajali vsi otroci: tisti, ki veliko in dobro berejo, in tisti, ki malo in slabo berejo, zato ker bodo vedeli, da smo jih mi vedno veseli in da opazimo njihov trud in voljo za napredek.

Naj sklenem z besedami, ki so obešene tudi v naši šolski zbornici, z besedami Maye Angelou, ameriške pesnice, pevke in aktivistke za državljanske pravice: »Naučila sem se, da bodo ljudje pozabili, kar ste rekli, ljudje bodo pozabili, kaj ste naredili, vendar ljudje nikoli ne bodo pozabili, kako so se zaradi vas počutili.«

Naj se otroci pri vas počutijo dobro in naj zaradi vas postanejo boljši ljudje.

Viri in literatura

Irlen, H. (1991/2005). *Reading by the colors. Overcoming dyslexia and other reading disabilities through the Irlen method*. Revised edition July 2005. Penguin Group.

Irlen, H. (2010). *The Irlen revolution*. SquareOne Publishers.

Irlen, H., Lass, M. J. (1989). Improving reading problems due to symptoms of scotopic sensitivity syndrome using Irlen lenses and overlays. *Education*, 109(4), str. 413–418.

Irlen, H., Robinson, G. L. (1996). The effect of Irlen coloured filters on adult perception of workplace performance. Preliminary survey. *Australian Journal of Learning Disabilities*, 1(3), str. 7–15.

Loew, S. J., Marsh, N. V., Watson, K. (2014). Symptoms of Meares-Irlen/Visual Stress Syndrome in subjects diagnosed with Chronic Fatigue Syndrome. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 14(2), str. 87–92.

Robinson, G. L., Foreman, P. J., Dear, K. B. G. (2000). The Familial Incidence of Symptoms of Scotopic Sensitivity/Irlen Syndrome: Comparison of Referred and Mass-Screened Groups. *Perceptual and Motor Skills*, 91, str. 707–724.

Naj bo šolska knjižnica kraj, kamor bodo radi prihajali vsi otroci: tisti, ki veliko in dobro berejo, in tisti, ki malo in slabo berejo, zato ker bodo vedeli, da smo jih mi vedno veseli in da opazimo njihov trud in voljo za napredek.

Mag. Nina Čelešnik, prof. razrednega pouka in angleščine; certificirana presojevalka mojstrica skotopičnega sindroma po metodi Irlen; zaposlena na Osnovni šoli Polje.
Naslov: Osnovna šola Polje, Zaloška cesta 189, 1260 Ljubljana Polje
Elektronski naslov: nina.celesnik@ospolje.si