

NÄGEMISPUUDEGA INIMESTE REHABILITATSIOONITEENUSED



2013

MTÜ Nägemispuudega Inimeste Rehabilitaerimiskeskus (NIRK)
Eesti Pimekurtide Tugiliit (EPKTL)
Tartu Emajõe Kool (TEK)

NÄGEMISPUUDEGA INIMESTE REHABILITATSIOONITEENUSED

Koostajad: Janne Jerva (NIRK), Olga Ilgina (EPKTL), Anne Kõiv (TEK) ja Oksana Peetsalu (NIRK)
Keeletoimetaja: Irita Raismaa, küljendaja: Külli Reinup



Materjal on valminud HMN-i toetusel

Tallinn 2013

Sisukord

<i>Sissejuhatus</i>	5
Nägemispuue	5
Nägemispuudest tingitud probleemid ja erivajadused	6
Sarnase nägemispuudekogemusega inimeste grupinõustamine ja -teraapia	6
Rehabilitatsioon	7
Teenused	8
Sotsiaaltöötaja teenus	8
<i>Nägemispuudega inimese ja tema pereliikmete nõustamine</i>	10
<i>Sotsiaaltöötaja funktsioon rehabilitatsioonimeeskonnas</i>	10
<i>Sotsiaaltöötaja teenus tööealistele nägemispuudega inimestele</i>	11
Eripedagoogi teenus	12
<i>Eripedagoogi teenus nägemispuudega lastele</i>	13
<i>Eripedagoogi teenus nägemispuudega noortele (17-25-aastased)</i>	20
<i>Eripedagoogi teenus tööealistele nägemispuudega inimestele</i>	22
<i>Eripedagoogi teenus eakatele nägemispuudega inimestele</i>	24
Psühholoogiteenus	26
<i>Psühholoogi funktsioon rehabilitatsiooniplaani koostamisel</i>	27
<i>Psühholoogitöö lastega</i>	28
<i>Psühholoogitöö lapsevanematega</i>	28
<i>Psühholoogiteenus tööealistele nägemispuudega inimestele</i>	29
<i>Psühholoogiteenus eakatele nägemispuudega inimestele</i>	30
Nõuded teenusepakkujatele	31
Nõuded sotsiaaltöötaja teenuse osutajale:	31
Nõuded eripedagoogi teenuse osutajale	31
Nõuded psühholoogiteenus osutajale:	33
Nägemispuudega inimeste tugiteenused. Põhja-Eesti Pimedate Ühing	34
Erialane kirjandus	36
Kasutatud kirjandus	37
Nägemispuudega inimestele rehabilitatsiooniteenusid osutavad asutused	38

Sissejuhatus

Käesolev materjal on valminud Nägemispuudega Inimeste Rehabiiteerimiskeskuse, Eesti Pimekurtide Tugiliidu ja Tartu Emajõe Kooli spetsialistide koostöona. Selles käsitletakse pimedatele ja vaegnägijatele suunatud riiklikke rehabilitatsiooniteenuseid ning antakse lühiülevaade tugisüsteemi teenustest.

Nägemispuudega inimeste rehabilitatsiooniteenustest tutvustatakse sotsiaaltöötaja, eripedagoogi ja psühholoogiteenust. Pimedate ja vaegnägijate rehabilitatsiooniteenuste oluliseks aspektiks on puudespetsiifilisus.

Puudespetsiifilist teenust peavad osutama spetsialistid, kes tunnevad nägemispuudega inimeste erivajadusi.

Samuti on tähtis, et nägemispuudega inimeste rehabilitatsiooni tegevuskava kajastaks lisaks riiklikele rehabilitatsiooniteenustele ka neid puudespetsiifilisi teenuseid, mida pakuvad muud organisatsioonid.

Tulemusliku rehabilitatsiooni tagamiseks peab nägemispuudega inimesele rehabilitatsiooni-plaani koostaval asutusel olema puudespetsiifilistest tugiteenustest põhjalik ülevaade.

Nägemispuue

Inimene on nägemispuudega, kui tema nägemine on kahjustatud sel määral, et takistab inimese arengut, õppimist, töötamist ja igapäevatoimetusi.

Inimene saab 75%–80% infost just nägemise kaudu. Nägemise abil saab ümbritsevast keskkonnast kõige täpsemat teavet, võimaldades inimesel liikuda ja tegutseda, õppida tundma esemete omadusi ja (töö)elus toime tulla. Üldiselt peetakse nägemist olulisimaks informatsiooniallikaks, mille toel inimese elutegevus toimida saab.

Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO) nägemispuude klassifikatsioon jaotab nägemispuude viieks raskusastmeks.

- 1) Mõõduka vaegnägemise puhul on inimene võimeline lugema peaaegu normaalse kiirusega ja tavakauguselt, kuid vajab selleks abivahendeid. Säilinud nägemisteravus on 0,3–0,1, vaateväli alla 60°.
- 2) Raske vaegnägemisega inimene on võimeline abivahendite abil kirjutama ja lugema, kuid teeb seda aeglasemalt kui nägija. Üldnägemine ei ole küll piisav, ent seda saab kasutada. Säilinud nägemisteravus on 0,1–0,05, vaateväli 20°–10°.

- 3) Väljendunud vaegnägemise puhul on vähem tulemuslik nii lugemine kui kirjutamine, õnnestudes vaid tugeva motivatsiooni korral ja abivahendeid kasutades. Ka üldnägemine võib olla muutunud ebaadekvaatseks, kuid on siiski kasutatav, eelkõige tuttavas ümbruses liikumisel ja paralleelselt teisi tajuastinguid kasutades. Säilinud nägemisteravus on 0,05–0,02 ja vaateväli 10°–5°.
- 4) Praktiliselt pimedad ei saa enamasti oma nägemist kasutada, suutes eristada vaid valgust. Nägemisteravus on alla 0,02 ja/või vaateväli alla 5°.
- 5) Totaalselt pimedad inimesed ei erista ka valgust.

Nägemispuudest tingitud probleemid ja erivajadused

Nägemispuude tekkimine on seotud raske psühholoogilise kriisiga, mis seondub puudega kohanemise ja uue eluviisi omaksvõtmisega. Esiolgu on takistatud kõik harjumuspärased toimingud: enese eest hoolitsemine, õppimine, töötamine ja vaba aja veetmine. Info hankimine takerdub suhtlusvõimaluste vähesusse ning tavapärane lugemis-kirjutamisoskus on kasutu. Lisaks muutub inimene teistest sõltuvaks nii liikumisel, isiklike asjade ajamisel, tavateksti lugemisel, poes sisseoste tehes kui paljudes muudes igapäevatoimingutes.

Nägemise kaotus toob inimese ellu palju uusi takistusi, kuna tekivad tegevus-, liikumis- ja suhtlemispiirangud. Üsna sageli nägemispuudega inimest ja tema puudest tulenevat erivajadust lihtsalt ei mõisteta, mistõttu kogeb ta negatiivset suhtumist ja tõrjutust. Mida suurem on nägemise langus, seda suuremaid takistusi inimene igapäevaelus kogeb ning seda põhjalikumat ja süsteemsemat rehabilitatsiooni on tema toimetuleku säilimiseks vaja.

Sotsiaalse toimetuleku aluseks on võime informatsiooni vastu võtta ja tõlgendada. Nägemise kaotus kõrvaldab sellest võimest suure osa. Kui inimene informatsiooni ei saa, pole tal võimalik seda ka igapäevaelus kasutada ja selle põhjal tegutseda. Info kättesaadavuse piirangud ongi olulisimaks takistuseks nägemispuudega inimeste igapäevaelus.

Kuna nägemispuudega inimene ei saa oma tegevusele tagasisidet nägemise kaudu, on väga oluline anda talle tagasisidet suulises vormis. Hiljuti nägemise kaotanud inimesel on säilinud harjumus saada tagasisidet just läbi nägemise ja kui see võimalus ühtäkki puudub, tuleb teda õpetada kasutama teabe hankimiseks teisi meeli (kuulmine, haistmine, maitsmine, kompimine).

Sarnase nägemispuudekogemusega inimeste grupinõustamine ja -teraapia

Nägemispuudega täiskasvanu sotsiaalset pädevust saab arendada nõustamise ja rühmatööga, mille raames tutvustatakse erinevaid abivahendeid, teenuseid ja teenusepakkujaid ning korraldatakse kogemuskohatumisi teiste, hästi toimetulevate nägemispuudega inimestega. Oluline on ka grupisisene suhtlemine, et inimene ei tunneks end ainsana, kes nägemise kaotuse tõttu negatiivseid tundeid ja toimetulekuraskusi kogeb.

Grupi suurus peaks olema minimaalselt neli ja maksimaalselt seitse inimest. Grupitöösse on hea kaasata ka nägemispuudega inimeste pereliikmed.

Nägemispuudega inimene vajab gruppi sisenemisel tuge, kuna ta peab tundma end grupis turvaliselt ning suutma end teistega samastada ja nendega koostööd teha. Kuna koostöö eelduseks on sotsiaalsed oskused ja ühiselu normidest kinnipidamine, tuleb jälgida, et nägemispuudega inimene ei hakkaks kasutama oma puuet vabandusena tegevuste vältimiseks või tegevuste delegeerimiseks teistele grupiliikmetele. Hea tulemuse saavutamiseks peab osaleja tundma end osana grupist, kus mõnedes asjades sõltub tema teistest ja mõnedes asjades teised temast – see tekitab koostegutsemise soovi.

Rehabilitatsioon

Nägemispuudega inimeste rehabilitatsioon on pikaajaline ja süsteemne protsess, mis koosneb paljudest puudespetsiifilistest teenustest. Rehabilitatsioon peab aitama parandada nägemispuudega inimese toimetulekut tervikuna: nii enese eest hoolitsemisel, õppimisel, töötamisel kui ka vaba aja veetmisel.

Nägemispuudega laste rehabilitatsiooni eesmärgiks on vältida või vähendada nägemispuude mõju lapse arengule, pakkudes konkreetset õpetust ja tehnikaid, perekursusi ning nõustamist vanematele ja peredele.

Nägemispuudega täiskasvanute rehabilitatsiooni sihiks on parandada inimese iseseisvat toimetulekut, suurendada tema ühiskonnaellu kaasamist ja soodustada töökoha säilitamist või uue töö leidmist.

Selleks et nägemispuudega inimene muutuks enesekindlamaks ja teeks iseseisvaid otsuseid, peab tähelepanu pöörama ka tema tegevuskeskkonnale. Sellest tulenevate takistuste kõrvaldamine kergendab nägemise langusest/kaotusest tingitud psühholoogilist kriisi ja parandab sotsiaalseid oskusi. Nägemispuudega inimene hakkab olukorda kontrollima ning saab seda vajadusel ka mõjutada. Selle eelduseks on asjaolu, et inimene aktsepteerib oma puuet ning on õppinud sellega elama.

Sotsiaalses keskkonnas on oluliseks toimetuleku tagajaks suhtlemisoskus ja võime teistega infot vahetada. Nägemispuudega inimestel on suhtlemine takistatud ainuüksi silmside puudumise tõttu. Nägemise kaotus vähendab kontrolli ümbritseva üle ja seetõttu vähenevad ka võimalused teha otsuseid ja juhtida erinevaid protsesse. Nägemise kaotanud inimene võib hakata pelgama iseseisvalt väljaspool kodu liikumist ja uute kontaktide loomist. See kõik vähendab inimese sotsiaalset pädevust.

Nägemispuudega inimeste rehabilitatsioon on tihedalt seotud tugiteenuseid osutavate organisatsioonidega.

Teenused

Rehabilitatsiooniteenused nägemispuudega inimestele:

- rehabilitatsiooniplaani koostamine: pimedate või vaegnägija vajaduste hindamine, rehabilitatsiooni planeerimine ja nõustamine;
- rehabilitatsiooniplaani täitmise juhendamine;
- sotsiaaltöötaja teenus: nõustamine ja juhendamine sotsiaalprobleemide ennetamiseks ja lahendamiseks ning kontaktide loomine teiste teenusepakkujatega. Kliendi teavitamine olemasolevatest rehabilitatsiooni- ja tugiteenustest, rehabilitatsiooniplaani kasutamisest, teenuste saamise korrast ning klienti puudutavast seadusandlusest;
- psühholoogi teenus: nõustamine ja psühhoteraapia nägemispuudest, isiksuseomadustest ja suhetest tingitud toimetulekuprobleemide ennetamiseks ja lahendamiseks; tööalane jüstamine: kutsenõustamine ja ümberõppesse suunamine;
- eripedagoogi teenus: puudespetsiifilised parandustegevused vaimsete, suhtlus-, sotsiaal- ja tööskuste arendamiseks;
- füsioterapeudi teenus: füüsilise tegevusvõime hindamine, tegevused tugiliikumisaparaadi või elundkonna funktsionaalsuse taastamiseks, sh õppimist, töötamist ja iseseisvat liikumist toetava füsioterapia vajaduse väljaselgitamine;
- tegevusterapeudi teenus: tegevusvõime täpsustamine, igapäevaelu takistavate tegurite väljaselgitamine ja iseseisvuse suurendamine.

Sotsiaaltöötaja teenus

Sotsiaaltöötaja teenuse peaesmärgiks on hinnata nägemispuude mõju inimese igapäevasele toimetulekule tema lähikeskkonnas, aidata taastada kontakti ümbritseva maailmaga ja vähendada nägemise langusest tingitud tõrjutust. Selleks tehakse järjepidevat koostööd nii kliendi, tema perekonna kui teiste teenusepakkujatega, k.a kliendi elukohajärgse sotsiaalhoolekandeosakonnaga.

Tavaliselt on just sotsiaaltöötaja nägemise kaotanud inimese esimeseks kontaktiks, enne kui alustatakse rehabilitatsiooniprotsessi. Seetõttu on väga oluline, et juba esmaohtumine sisendaks nägemispuudega inimesele positiivset ootust rehabilitatsiooniprotsessi sisenemiseks.

Tulemusliku koostöö eelduseks on sotsiaaltöötaja põhjalikud teadmised nägemispuude eripärast ja nägemispuudega inimese erivajadustest.

Nägemispuudega inimestele suunatud sotsiaaltöös käsitletakse *toimetulekut* kui inimese võimet igapäevategevustega hakkama saada. Laiema määratlusena kuuluvad igapäevategevuste hulka

- enese eest hoolitsemine
- töötamine/õppimine
- vaba aja veetmine.

Vaegnägijatel ja pimedatel on vähemal või suuremal määral kõik igapäevategevused takistatud. Samuti on langenud nende enesehinnang.

Nägemispuudega inimeste sotsiaaltöös püstitatakse toimetulekuprotsessile järgmised eesmärgid:

- nägemise halvenemisest tingitud kriisi vähendamine ja emotsionaalse tasakaalu saavutamine;
- nägemispuude tunnistamine ja sellega kohanemine;
- positiivse minapildi taastamine;
- toetava peresuhte säilitamine;
- keskkonna negatiivsete mõjude vähendamine ja oskuste suurendamine nendega toimetulekuks;
- valmisoleku saavutamine rehabilitatsiooni alustamiseks.

Toimetulekuprotsessi efektiivsuse oluliseks näitajaks on nägemispuudega inimese positiivse minapildi, ellusuhtumise ja aktiivsuse taastumine.

Sotsiaaltöötaja individuaaltöö sisaldab järgmisi tegevusi:

- selgitatakse välja kliendi informeeritus, rehabiliteeritus, hoiakud, toimetulekuoskused ja sotsiaalvõrgustik. Sõnastatakse probleem ja selle põhjal kaardistatakse olemasolevad võimalused;
- klienti teavitatakse kohaliku omavalitsuse ja riigi poolsetest teenustest ja toetustest, nende kättesaadavusest ning taotlemisprotseduurist;
- kliendile tutvustatakse seadusandlust, mille raames sotsiaalvaldkonna teenuseid osutatakse, ning abistatakse teda teenuste taotlemiseks vajalike dokumentide koostamisel;
- kliendile tutvustatakse nägemispuudega inimeste tugisüsteemi ja järjestatakse selle teenused vastavalt kliendi vajadustele;
- klienti abistatakse kontaktide loomisel teiste teenuseosutajatega, kes pakuvad tema erivajadustele kohast nõustamist, ümber- või täiendõpet, abivahendeid vms;
- klienti toetatakse asjaajamises ametiasutustega, kui tekib vajadus lisainfo või puude-spetsiifilise nõustamise järele;
- klienti ja tema pereliikmeid toetatakse rehabilitatsiooniprotsessis, vajadusel aidatakse leida toimetulekut soodustavaid lisaressursse;

- vajadusel suunatakse klient nägemise kaotanud inimeste kohanemiskursustele;
- luuakse kontakt piirkondliku pimedate ühinguga ja kaasatakse hiljuti nägemise kaotanud ühistegevusse.

Nägemispuudega inimese ja tema pereliikmete nõustamine

Pereliikmete nõustamine ja erinevatesse tegevustesse kaasamine aitavad nägemispuudega inimesel ja tema pereliikmetel tekkinud olukorra üle kontrolli saavutada.

Perenõustamisel selgitatakse nii kliendile kui tema pereliikmetele nägemispuude eripära ja nägemispuudega inimese erivajadusi. Seejuures juhitakse tähelepanu võimalike probleemide sotsiaalsetele, emotsionaalsetele ja kognitiivsetele aspektidele. Kui mõnel pereliikmel on tekkinud nägemispuue, vähenevad tavaliselt nii tema võimalused kui ka kohustused pere jaoks oluliste tegevuste sooritamisel. Pereliikmete rollid ja kohustused jagatakse ümber ning nägemispuudega inimene võib mitmetest tegevustest kõrvale jääda. Sotsiaaltöötaja selgitab perele nägemispuudega inimese võimalusi pereelu toetamisel, et vältida "õpitud abituse" väljakujunemist.

Pärast nõustamist kaasatakse nägemise kaotanud inimese pereliikmed erinevatesse tegevustesse: kohanemiskursused nägemise kaotanule, saatjaga liikumise õpetus, psühholoogi gruppitöö jne.

Sotsiaaltöötaja funktsioon rehabilitatsioonimeeskonnas

Ka rehabilitatsioonimeeskonnas tegutseva sotsiaaltöötaja peaesmärgiks on toetada ja soodustada kliendi edasist toimetulekut.

Sotsiaaltöötajal on rehabilitatsioonimeeskonnas oluline roll: ta uurib ja hindab kliendi sotsiaal-majanduslikku toimetulekut, suhteid sotsiaalvõrgustikus ja inimestevahelisi suhteid (nt perekonna, sugulaste, sõprade või tööandjatega). Erilist tähelepanu pööratakse toimetuleku, teistest sõltuvuse ja iseseisvuse hindamisele. Eraldi käsitletakse tugiteenuseid, sh tööalase ümber- ja täiendõppe võimalusi.

Rehabilitatsioonimeeskonna klienditöös uurib sotsiaaltöötaja kliendi senist rehabiliteeritust ja tugiteenustega kindlustatust. Ta täiendab rehabilitatsiooniplaani koostamisel valminud tegevuskava teiste teenusepakkujate teenustega ning juhendab klienti tegevuskava täitmisel.

Sotsiaaltöötaja motiveerib klienti alustama rehabilitatsiooniprotsessi, informeerib teda olemasolevatest teenustest, arvestades nägemispuudest tulenevat takistust, järjestab tugisüsteemi teenused, loob kontaktid teiste teenusepakkujatega ja juhendab klienti teenuste saamisel.

Sotsiaaltöötaja teeb koostööd teiste kliendiga tegelevate rehabilitatsioonimeeskonna spetsialistidega, saamaks informatsiooni kliendi edusammudest või tagasilangustest. Hiljuti nägemise kaotanutel, kes on emotsionaalses kriisis, esineb sageli motivatsioonilangust ja passiivsust, mistõttu vajavad nad rehabilitatsiooniprotsessi alguses suuremat tähelepanu ja toetust.

Seega on rehabilitatsioonimeeskonnas töötava sotsiaaltöötaja põhiülesanneteks kliendi nõustamine, juhendamine ja grupitööde läbiviimine, et ennetada ja lahendada nägemispuudest tulenevaid sotsiaalseid probleeme. Samal ajal toimub ka kliendi lähivõrgustiku aktiveerimine, avalike teenuste pakkujate juhendamine ja teenuste saamise koordineerimine.

Hea sotsiaaltöö tulemusena hakkab inimene oma puuet aktsepteerima ja suhtub sellesse realistlikult. Puue pole enam inimese elu kese, ta on õppinud oma puudega elama, ühiskonnas osalema, õppima, töötama või muul viisil aktiivne olema ning tal on mitmekülgsed huvid. Samuti on tal oma roll ja kohustused nii pere- kui tööelus.

Sotsiaaltöötaja teenus tööealistele nägemispuudega inimestele

Töötamine tagab inimese majandusliku iseseisvuse. See on täiskasvanud inimese elu üks olulisemaid komponente. Töö tagab inimesele ühiskondliku positsiooni ja see omakorda sotsiaalse keskkonna, milles toimida.

Nagu kõigil, on tööealisel nägemispuudega inimesel õigus ea- ja jõukohasele tööle. Samas on nägemispuudega inimese jaoks sobiva töö leidmine väga suur probleem. Peamisteks takistusteks on tööandjate kesine huvi nägemispuudega töötajate vastu, tööalase info piiratud kättesaadavus, seadusandluse vähene toetus, töökohtade puudulik kohandamine nägemispuude erivajadustele, napid ümberõppevõimalused, liikumispiirangud väliskeskkonnas, töötamist toetavate tugiteenuste puudumine jne. Samuti pole paljudel nägemispuudega inimestel eelnevat töökogemust.

Nägemispuudega inimeste seas on palju pikaajalisi töötuid. Sageli on neil piiratud suhtlusvõrgustik ja vähe kontakte täiskasvanutega, kelle töökogemustest õppida või kelle kaudu jõukohane töö leida. Lisaks raskendab töö leidmist tihe konkurents tööturul ning vähene info tööpakkumiste kohta. Üks põhjusi, miks töökonkurents ei valita nägemispuudega inimest, võib olla ka see, et erinevad silmapatoloogiad on halvendanud inimese välimust. Igasugused negatiivsed kogemused potentsiaalsete tööandjatega vähendavad aga omakorda nägemispuudega inimese julgust tööturul üldse konkureerida.

Rehabilitatsiooniplaani koostamisel tuleb eraldi käsitleda nägemispuudega kliendi tööalaseid väljavaateid. Rehabilitatsiooniplaanis püstitatud eesmärk peab toetama ka tööga hõivatuse saavutamist. Seepärast rõhutatakse rehabilitatsiooniplaanis ka tööealise inimese tööoskusi ja hinnatakse nende kasutusvõimalusi nägemispuude kontekstis. Samuti suunatakse inimene kutsenõustamisele ning luuakse kontakt töötukassa või ümberõppeasutusega.

Nägemispuudega töötajale peavad olema kättesaadavad ümberõppeks või tööleasumiseks vajalikud tugiteenused. Lisaks tutvustatakse kliendile õppimist või töötamist toetavaid abivahendeid ning võimalusi nende hankimiseks.

Tööleasumisel antakse ka tööandjale nõu, kuidas töökohta kohandada ja millised erivajadused nägemispuudega töötajal on.

Eripedagoogi teenus

Orienteerumine ja liikumine:

- saatmise võtted ja saatjaga liikumise õpetus
- valge kepi kasutamise-, orienteerumise- ja liikumiseõpetus
- keskkonna kohandamine

Informatsiooni hankimine:

- arvutiklaviatuuri kümnesõrmesüsteemi õpetus
- arvutiõpe suurendus- või ekraanilugemisprogrammiga
- individuaalkonsultatsioonid suurendus- või ekraanilugemisprogrammi kasutajatele
- punkt kirja õpetus

Kommunikatsioon:

- kommunikatsioonioskuste väljaselgitamine
- kommunikatsioonivormi valimine ja õpetamine (pimekurdile, pereliikmetele jt)

Toimetulekuoskused:

- abivahendite määramine ja kasutusõpetus
- igapäevatoimingute õpetus
- kohanemiskursused
- keskkonna kohandamine

Nägemisfunktsioonide testimine ja nägemiskasutamise õpetus:

- liikumisel
- igapäevatoimingutes
- optiliste abivahendite määramine ja kasutusõpetus

Töötamine/õppimine:

- erialane kutsenõustamine
- töökohtade kohandamine
- visuaalsete materjalide kohandamine

Eripedagoogi teenuse osutamisel tuleb eristada kaht väga erinevat sihtgrupp: kaasasündinud silmahaigustega, seega nägemispuudega kohanenud inimesed, ning elu jooksul nägemise osaliselt või täielikult kaotanud nägemispuudega inimesed. Samuti mõjutab teenust inimese nägemispuude ulatus, sellest tulenevate takistuste hulk ning inimese motivatsioon eluga toime tulla ja kohaneda.

Juhul kui inimene on nägemispuudega juba kohanenud ja omandanud nägemispuudespetsiifilised põhioskused, seisneb eripedagoogi teenus keerulisemate tegevuste õpetamises. Näiteks tutvustatakse puudespetsiifilisi IT-vahendeid (lisaseadmete ja -programmidega varustatud arvuti) või vajalikke marsruute.

Hiljuti nägemise kaotanud inimeste jaoks on esmatähtis psühholoogiline tugi ja motivatsiooni äratamine, et õppida uusi oskusi. Väga tõhusaks meetodiks on kohanemiskursused, kus inimene saab uut teavet ja oskusi, aga ka kaaslaste tuge.

Eripedagoogi teenus kätkeb kõigepealt nägemispuuet kompenseerivate oskuste taseme määramist ja edasise rehabilitatsiooni vajaduse hindamist. Hinnatakse inimese iseseisvat toimetulekut igapäevaeluga, suhtlus- ja liikumisoskusi, kasutatavate abivahendite sobivust jm. Püütakse leida uusi tegevusvõimet parandavaid abivahendeid. Vaegnägijate puhul hinnatakse nende praktilist nägemist erinevate tegevuste sooritamisel.

Eripedagoogi teenus on individuaalne: see sõltub inimese vanusest, nägemispuude spetsiifikkast, isiksuseomadustest ja paljust muust. Nägemispuudega inimese eripedagoog peab tundma nägemise puudumisest tulenevaid probleeme ja erinevate silmahaiguste mõju inimese tegevusvõimele. Mida raskem on nägemispuue, seda rohkem vajab nägemispuudega inimene spetsiifilist rehabilitatsiooni, abivahendeid ja kõrvalabi.

Eripedagoogi teenus nägemispuudega lastele

Eripedagoogi teenus: 0-3-aastased lapsed

Nägemisel on väga oluline roll lapse kognitiivsete, motoorsete ja sotsiaalsete oskuste, sh suhtlusoskuse arengus. Imiku nägemisvõimet tuleks hinnata enne kolmekuuseks saamist ning edaspidi üks kord kvartalis. Nägemispuude tuvastamise järel hindab nägemispuude spetsialist (tüfopedagoog) lapse nägemiskasutust ning nägemiskahjustuse mõju kõigis arenguvaldkondades. Hinnangu alusel koostatakse individuaalse sekkumise kava.

Nägemispuudega lapse varase sekkumise programmi juhendaja peab olema tüfopedagoog. Programmis osalevad ka füsioterapeut, eripedagoog, sotsiaaltöötaja ja psühholoog.

Eripedagoogi teenus	Funktsionaalne nägemine	Kognitiivne/ sotsiaalemotsionaalne areng	Kommunikatiivsed oskused
Hindamine	Hinnatakse järgmisi nägemiskasutuse oskusi: visuaalse stiimuli märkamine, pilgu fikseerimine, stiimuli jälgimine, stiimulite erinevuste märkamine, pilgu suunamine ja koondamine (sh erineval kaugusel olevatele objektidele), eelistatud ja potentsiaalse tähelepanu ala, ruumitaju, binokulaarne nägemine.	Analüüsitakse kognitiivse arengu järgmisi aspekte: tähelepanu, mälu, esemete omaduste tundmist, üld- ja ruumimõistete teadmist, arusaamist põhjuslikest seostest, probleemide lahendamise oskust jne.	Nägemispuudega väikelapse suhtlemine on sageli piiratud. Sekkumise planeerimiseks vaadeldakse väikelapse kommunikatiivse käitumise kaht aspekti: suhtluse algatamist (kõne-eelsed signaalid, vokaliseerimine, sõnad ja laused) ja suhtluse funktsioone (käitumise reguleerimine, sotsiaalne vastastikune mõjutamine, tähelepanu koondamine, kordamööda suhtlemine).
Sekkumine	Nägemiskasutuseks vajalike visuaalsete stiimulite määramine ja valmistamine, et arendada kontrastsuse, suuruse, värvuse, tausta ja kauguse tajumist. Vaatamiseks sobiva aja, valgustuse, asendi ja vaatamisnurga leidmine.	Väikelapse reaktsioonide tõlgendamine, tagasiside andmine. Lapsele vajaliku stimulatsiooni kindlustamine. Esemete otsimise, leidmise ja nendega manipuleerimise oskuse arendamine. Lähikäikude uurimise oskuse ja ruumimõistete kujundamine.	Suhtlemise arendamine väikelapse ja hooldaja vahelise vastastikuse mõjutamise käigus, kus kasutatakse mõtestatud ja motiveerivaid tegevusi. Oluline on kordamööda tegutsemine ja väikelapse reageerimine erinevates olukordades.
Nõustamine	Vanemate nõustamine lapse nägemiskasutuse arendamiseks, kohanduste tegemiseks ja kompenseerivate oskuste õpetamiseks.	Vanematele sekkumisstrateegiatega õpetamine.	Vanemate nõustamine lapse suhtlemissoovi ja lapsele sobivate suhtlemisstrateegiatega väljatöötamiseks.
Keskkonna kohandused	Lapse keskkonna visuaalsed kohandused.	Väikelapse arengut stimuleeriva keskkonna loomine.	Mõtestatud ja keeleõppeks sobiva keskkonna loomine.

Peenmootorika	Üldmootorika	Nägemispuuet kompenseerivad oskused	Toimetulekuoskused
<p>Jälgitakse keskkonnastiimulite tajumist, eristamist, uurimist, haaramist ja manipuleerimist.</p>	<p>Hinnatakse järgmisi mootorika aspekte: automaatsed refleksid välistele stiimulitele, asendi säilitamine, toonus, tasakaal, lihaste jõudlus, liigutuste koordineerimine, rotatsioon, sensomotoorne integratsioon, motoorne planeerimine, liikumisvõime, keha- ja ruumimõistete olemasolu.</p>	<p>Vaadeldakse kompensatoorsete oskuste olemasolu: puudutuste aktsepteerimist ja nautimist, ebameeldiva puudutuse talumist ja ebameeldivatele stiimulitele vastamist, kohanemist söötmissasendiga, oma kehaosade liigutamist või tundmatu tekstuuriga pinnal liigutamise talumist, taktiilse stiimuli asukoha määramist jm.</p>	<p>Söömisharjumused ja eripärad, vahendite ja istekoha valikud, toiduvalikud, hügieenitoimingute taluvus ja neis osalemine, riietumine.</p>
<p>Põhiliste peenmootorsete oskuste harjutamine (nt haaramine, lahti-laskmine, randmeliigutused, sirutamine). Kohandatud mänguasjade ning erineva kuju, suuruse, ja temperatuuriga esemete kasutamine.</p>	<p>Arendada teadlikkust oma keha osadest ja nende liigutustest, motivatsiooni liigutuste algatamiseks ja sooritamiseks, lihaste toonust, teadlikkust oma asukohast ruumis, ühest kohast teise liikumise oskust. Stereotüüpsete liigutuste kujunemise vältimiseks kindlustada lapsele piisaval määral motoorseid tegevusi. Eelkepi, nt eeslukatava mänguasja kasutamine. Koostöö FT, TT ning O&L spetsialistiga.</p>	<p>Taktilsete stiimulite valimine, väikelapse oskuste arendamine.</p>	<p>Lapse iseseisvuse arendamine igapäevategevustes: nt söömine, pesemine, WC toimingud ja riietumine. Koostegutsemine, käsi-käe-pealmeetodi kasutamine, juhendamise järgi tegutsemine.</p>
<p>Vanematele tutvustatakse sobivaid mänguasju, erinevaid materjale ja esemeid. Lapse tegutsemine erinevates asendites, vastavalt arengutasemele käte kasutamine keha keskjoonel.</p>	<p>Vanemate juhendamine käsi-käe-pealmeetodi rakendamiseks lapse mootorika arendamisel: ümbritseva keskkonna uurimine, erinevate igapäevategevuste sooritamine, adekvaatse tagasiside andmine.</p>	<p>Vanemate nõustamine lapse nägemispuuet kompenseerivate oskuste kujundamisel.</p>	<p>Lapsevanemate ja lähimate pereliikmete nõustamine spetsiifiliste oskuste õpetamises.</p>
<p>Taktiliseks vaatamiseks kohandatud keskkond.</p>	<p>Liikumiseks turvaline keskkond, esemete kindel paigaldamine. Esemete asukoha kindlaksmääramise ja nende teatud asukohta viimise õhutamise, et soodustada varajast ruumilise asukoha kindlaksmääramist.</p>	<p>Turvalise ja stimuleeriva keskkonna loomine.</p>	<p>Tegevuste sooritamiseks turvalise keskkonna loomine.</p>

Eripedagoogi teenus: 3-7-aastased lapsed

3-7-aastaste nägemispuudega laste arengu tagamiseks vajavad vanemad spetsialistidelt mitmekülgset tuge ja nõu. Suurt tähelepanu tuleb pöörata teiste meelte, eriti kuulmis- ja kompimismeele kasutusoskuse arendamisele. Vaegnägijate puhul on väga oluline arendada

Eripedagoogi teenus	Funktsionaalne nägemine	Kognitiivne/sotsiaal-emotsionaalne areng	Kommunikatiivsed oskused
Hindamine	Hinnatakse visuaalse stiimuli märkamist, pilgu fikseerimist, stiimuli jälgimist, stiimulite erinevuste märkamist, pilgu suunamist ja koondamist (sh erinevatel kaugustel olevatele objektidele), eelistatud ja potentsiaalse tähelepanu ala, ruumitaju, binokulaarset nägemist, värvide eristamist.	Hinnatakse lapse kognitiivset, sotsiaalset ja emotsionaalset arengut ning eakohaste mõistete hulka (sõltub lapse kogemustest. Nägev laps õpib matkides, nägemispuudega lapsel see võimalus puudub).	Sõnavara laienemise kiirus ja hulk, täiskasvanute kujundatud suhtlusmudeli kasutamine, mõistete sisu ja täpsus, omadussõnade kasutamine ja nende tähenduste tundmine, liitlausete moodustamine, "mina-sina" väljendite õige kasutamine, viisakusreeglite kasutamine, kõnelemiseks sobiva hääletooni valimine, tuttavate täiskasvanute emotsioonide mõistmine nende hääle järgi.
Teenus	Nägemiskasutuseks vajalike visuaalsete stiimulite analüüsimine. Vaatamiseks sobiva kontrastsuse, suuruse, värvuse, tausta ja kauguse leidmine, samuti valgustuse, asendi ja vaatamisnurga leidmine. Sobivate abi- ja õppevahendite valimine.	Eakohaste konkreetsete, osaliselt konkreetsete ja abstraktsete mõistete kujundamine; rohke kehalise tunnetuse pakkumine; nägemispuudega lapse kursishoidmine sellega, mis tema ümber toimub; mõistetega seotud tegevuste õppimine, rakendamine ja üldistamine.	Mõistete täpsustamine ja laiendamine, lausemallide andmine, suhtluses sobiva asendi ja hääletooni valimine.
Nõustamine	Vanemate ja pedagoogide nõustamine lapse nägemiskasutuse arendamiseks, kohanduste tegemiseks ja kompenseerivate oskuste õpetamiseks.	Vanemate ja pedagoogide nõustamine kognitiivsete oskuste kujundamiseks, eakohaste sotsiaalsete oskuste kujundamine.	Sobivate kommunikatsiooni toetavate suhtlussituatsioonide kasutamine ja loomine, nägemispuudega lapsele sobiva sõnavara valimine ja analüüsimine.
Keskkond	Keskkonna visuaalsed kohandused, lähtudes lapse nägemise seisundist.	Nägemispuudega lapse iseseisvat toimetulekut võimaldava keskkonna kujundamine.	Vaikse keskkonna loomine, et see võimaldaks mugavat suhtlust nii kahevahel kui väikses grupis; segavate müraallikate vältimine.

silma ja käe koostööd. Peenmootorsete oskuste kujundamine valmistab lapsed ette kooli-tegevusteks (nt punkt kiri, töö- ja kunstiõpetus). Laste igakülgseks arendamiseks ja vanemate nõustamiseks on väga vajalik perekursuste korraldamine.

Peenmootorika	Üldmootorika	Asendavad/nägemispuuet kompenseerivad oskused	Toimetulekuoskused
Käte tunnetusvõime ja liikuvus, esemete omadustega tutvumine, nende pisidetallide ja erinevuste leidmine, esemetega manipuleerimine vastavalt nende otstarbele. Lihtsamate igapäevatoimetuste, meisterdamise, joonistamise, värvimise jms sooritamine. Õigete töövõtete kujundamine.	Kehaasendite ja liigutuste mõistmine suulisel juhendamisel, eakohaste füüsiliste harjutuste sooritamine, ruumitaju hindamine nii ruumis kui õues (tuttavas keskkonnas).	Hinnatakse kompensatoorsete oskuste kasutamist tuttavas keskkonnas, kuulmisaistingute tajumist ja analüüsimist, väliskeskkonnast tuleva info tõlgendamist, esemete leidmise oskust ja selleks kuluvat aega, abivahendite kasutamise taset.	Hinnatakse iseseisvust söömisel, söögiriistade kasutamist, riietumisoskust, hügieenitoimingute sooritamise iseseisvust ja korrektsust, orienteerumist isiklikes vahendites ja kohandatud ruumides, õpitud abituse olemasolu.
Peenmootorikat arendavad ja esemete funktsiooni tutvustavad tegevused. Peenmootorsete võimete arendamine, pidades silmas edasist punkt kirjaõpet, taktiliste materjalide kasutamist ja igapäevatoimingute sooritamist.	Üldmootorikat arendavad liigutused ja tegevused, liikumisaktiivsuse suunamine, iseseisvuse suurendamine, kehatunnetuse analüüs.	Abivahendite kasutamise õpetamine, käsi-käe-pealmeetodi kasutamine.	Eakohaste toimetulekuoskuste õpetamine.
Vanemate ja pedagoogide nõustamine sobivate vahendite valimisel.	Lapse, vanemate ja pedagoogide nõustamine ja juhendamine mootorika ja liikumisoskuste kujundamisel.	Vanemate ja pedagoogide nõustamine sobivate abivahendite kasutamisel.	Lapsevanemate ja pedagoogide nõustamine omandatud oskuste kasutamises.
Vahendite kasutamiseks mugava keskkonna loomine.	Keskkonna turvalisuse analüüs, üldmootorikat toetavate vahendite paigutamise ja leidmise õpetamine.	Keskkonna infoallikate analüüsimise oskuse õpetamine, abivahendite ökonoomse/funktsionaalse paigutamise õpetamine.	Mugava keskkonna loomine ja iseseisvaks toimetulekuks kohandamine (esemete ja ruumide markeeringud, süstematiseerimine).

Eripedagoogi teenus: 7-16-aastased õpilased

Nägemispuudega õpilased vajavad eripedagoogi teenuseid regulaarselt, et tulla toime õpingutega, omandada vajalikul tasemel sotsiaalsed oskused, kompensatoorsed tehnikad ning kujuneda enesekindlateks end väärtustavateks iseseisvateks inimesteks.

Eripedagoogi teenus	Nägemiskasutusõpetus	Sotsiaalsed oskused, kommunikatsioonioskused	Motoorsed oskused, orienteerumine ja liikumine
Hindamine	Hinnatakse nägemise visiomotoorseid (nt nüstagmid, akommodatsioon), sensoorseid ja kognitiivsed funktsioone. Jälgitakse funktsionaalset nägemist lähitöö tegemisel, orienteerumisel, liikumisel, sporditegevustes ja igapäevatoimingutes. Hinnatakse erinevate tegevuste mõju lapse silmade seisundile.	Hinnatakse nägemispuudega õpilase minapilti, orienteeritust, oma võimete realistlikku hindamist, stereotüüpsete liigutuste olemasolu, hirme, mitteverbaalset suhtlemist, oma seisukohtade esitamist, tagasiside andmist ja vastuvõtmist, adekvaatset käitumist erinevates olukordades, kontakti võtmise julgust (eakaaslastega, täiskasvanutega, tuttavatega, võõrastega), tähelepanu jaotamise oskust suhtlusel mitme inimese või tegevuse vahel, viisakusreeglite kasutamist, info jagamist ja edastamist, lisaselgituse küsimise julgust, kokkulepetest kinnipidamist ja vastutust, enesekehtestamisoskust, kirjelduste mõistmist.	Vastavalt vanusele hinnatakse õpilase füüsilist valmisolekut liikumiseks, kehatunnetust, liigutuste funktsionaalsust, lõdvestusoskust, pingesendeid, jõudu ja vastupidavust, füüsiliste harjutuste taset, reaktsiooni kiirust ja täpsust. Hinnatakse ka orienteerumis- ja liikumisoskusi: vaegnägijatel nägemise kasutamist (nt kui kaugelt märkab asju, millist valgustust ja kontrastsust vajab), kuulmistaju kasutamist orienteerumisel, valge kepi kasutamist, liikumist tuttavates siseruumides ja väljas, liiklusvahendite kasutamist, sisseostude sooritamist, asjaajamist ja abi küsimist.
Teenus	Hindamistulemuste alusel juhendatakse õpilasi oma nägemist erinevates olukordades kasutama. Vajadusel arendatakse nägemisjääki eriprogrammide abil.	Sotsiaalsete oskuste eakohane süsteemne õpetus: kehaosade, nende liigutuste ja omaduste tundmine, mitteverbaalne suhtlemine, kehakeel, tunnete väljendamine ja teiste tunnete mõistmine, sotsiaalsete teadete edastamine ja vastuvõtmine, asjakohane riietumine ja käitumine. Praktilise sisuga suhtlussituatsioonide loomine ja oskuste õpetamine.	Hindamise alusel koostatakse individuaalne plaan orienteerumis- ja liikumisoskuste kujundamiseks lihtsamatest keerulisemateni. Teiste meelte kasutamisoskuse arendamine, õpilase jõustamine (positiivse tagasiside ja eduelamuse pakkumine), keskendumisvõime ja otsuste langetamise oskuse arendamine, iseseisva liikumissoovi kujundamine. Koostöö pere ja spetsialistidega, õpitu igapäevane praktiseerimine. Õpetatakse saatjaga liikumist, põhioskusi, orienteerumist, valge kepi jt abivahendite kasutamist.
Nõustamine	Lapsevanemaid ja pedagooge nõustatakse õpilase nägemiskasutuse, keskkonna ja abivahendite osas.	Lapsevanemate ja pedagoogide, vajadusel ka eakaaslaste nõustamine eakohaste sotsiaalsete oskuste loomiseks.	Lapsevanemate, pedagoogide ja treenerite nõustamine õpilase juhendamiseks.
Keskkonna kohandused	Lapse keskkonna (sh õpematerjalide) ja tööruumi kohandamine, arvestades suurusi, kontraste, süsteemsust ja materjale.	Vaikse või vähese müraga suhtluskeskkonna loomine, sobiva õpikeskkonna valimine, arvestades info kuuldavust.	Keskkonna funktsionaalsuse ja turvalisuse analüüs, soovitusel.

Kõik pimedad ja sügava vaegnägevusega lapsed vajavad vähemalt üht orienteerumis-liikumise-õpetuse tundi nädalas. Punktkiri omandatakse vastavalt õpilase võimekusele.

Igapäevategevustes vajavad pimedad ja sügava vaegnägevusega õpilased regulaarset koolitust. Arvutiõppe alustamisel arvestatakse lapse valmisolekuga kasutada keerulisi abivahendeid.

Punktkiri	Abivahendite määramine ja kasutusõpetus; infokommuni katsioonitehnoloogia (IKT)	Töökoha/keskkonna kohandamine	Igapäevategevused/kompensatoorsed oskused
<p>Hinnatakse järgmist: õpilase valmisolekut punktkirja omandamiseks, vajalikke üld- ja peenmotoorseid oskusi, koordinaatsiooni, sõrmede tundlikkust, mõistete kasutamist, punktkirjaoskust (lugemine, kirjutamine), punktkirjamasina kasutusoskust, orienteerumist töövahendites, mappides, raamatutes, vihikutes, rea järgimist, järje hoidmist ja leidmist, hõreda ja tiheda teksti lugemist, kirjalike tööde korrektsust, vigade leidmise, märkimise ja parandamise oskust.</p>	<p>Hinnatakse abivahendite vajadust, valitud abivahendite funktsionaalsust, uute individuaalsete abivahendite vajadust, abivahendite kasutamise oskust. IKT osas hinnatakse eelnevaid arvutikasutuse oskusi.</p>	<p>Hinnatakse töökoha funktsionaalsust ja mugavust, turvalisust, esemete markeerimist, õpilase teadlikkust ümbritseva keskkonna analüüsimisel.</p>	<p>Hinnatakse eneseteenindusoskusi (nt pesemine, WC toimingud, riietumine, söömine), asjade korrashoidu, soolaseid teadmisi, toidu valmistamise oskust, lauakatmis- ja koristamisoskust, poes käimise ja abi küsimise oskust, asjaajamise ja raha kasutamise oskust, telefoni jms kasutamist. Hinnatakse õpilase taktiilse ja kuulmismeele kasutamist, ruumimõisteid, mälutoiminguid, sensoorset integratsiooni, teadlikku tähelepanu ja mälu juhtimist, motivatsiooni, puuetundlikkuse kasutamist info hankimiseks.</p>
<p>Õpetus hindamise põhjal: punktkirja eelõpe, vajalikud punktkirjamärgid, lugemisoskuse arendamine, kirjutamisoskuse arendamine, punktkiri matemaatikas, muusikas jt ainetes.</p>	<p>IKT hinnangu põhjal koostatakse õppeplaan. Õpe toimub individuaalselt või väikeses rühmas. Otsitakse uusi sobivaid abivahendeid ja harjutatakse nende kasutamist (nt kaldlaud, luubid, monoklid, kohtvalgustid, lugemistelerid, kirjutamise ja liikumise abivahendid, info salvestamise vahendid, erinevad kõnefunktsiooniga abivahendid). Reljeefsete jooniste, plaanide, mudelite jt asendusmaterjalide kasutamise õpetamine.</p>	<p>Põhitähelepanu kuulamisoskuse arendamisel ja sensoorsel integratsioonil.</p>	<p>Hindamistulemuste põhjal koostatakse individuaalne õppeplaan. Teenuse osutamine toimub individuaalselt vastavalt õpilase vanusele, soole, erivajadustele ja oskustele. Tihedat koostööd tehakse pere ja spetsialistidega, kes õpilasega töötavad. Meetodina kasutatakse tegevuse analüüsi osaoskuste kaupa. Eakohaste toimetulekuoskuste õpetamine, spetsiifiliste töövõtete õpetamine, toimetulekut toetavate abivahendite kasutamise õpetamine.</p>
<p>Lapsevanemate, pedagoogide nõustamine ja juhendamine.</p>	<p>Lapsevanemate, pedagoogide jt nõustamine abivahendite osas.</p>	<p>Lapsevanemate ja pedagoogide nõustamine lapse juhendamisel.</p>	<p>Õpilase ja lapsevanemate juhendamine, nõustamine ja õpetamine.</p>
<p>Punktkirjaõppeks sobiva keskkonna loomine: suurem töölaud, lisapind, sobivad õppevahendid ja nende paigutamine.</p>	<p>Tööruumi kohandused vastavalt abivahendite kasutamise tingimustele.</p>	<p>Tegevusteks sobiva keskkonna kujundamine.</p>	<p>Keskkonna kohandamine iseseisvaks toimetulekuks (nt ruumide plaanid, vahendite asukohad, markeeringud).</p>

Eripedagoogi teenus nägemispuudega noortele (17-25-aastased)

Noorukieas vaegnägija nägemine sageli halvneb. Sel juhul toimub noore elus korraka kaks suurt muutust: nägemise kaotus ja täiskasvanuks saamine. Seetõttu peab eripedagoog eriliselt silmas pidama nägemispuude mõju noore sotsiaalsele küpsemisprotsessile. Tihti hindavad noored üksteist just välimuse ja oskuste põhjal, seega on nägemispuudega noorel väga raske teistega samal tasemel olla: ta ei saa teha paljusid asju, mida teised teevad (nt autojuhtimine) ning sõltub suuresti teiste abist ja nõuannetest (nt riietumisel ja liikumisel).

Olulised sotsiaalse küpsuse kriteeriumid on iseseisvus, majanduslik sõltumatus ja osalemine ühiskonnaelus täisväärtusliku liikmena. Nägemispuudega lapse küpsemisele ja sotsialiseeru-

Eripedagoogi teenus	Nägemiskasutus	Sotsiaalsed oskused, suhtlus	Orienteerumine ja liikumine	Punktkiri
Hindamine	Hinnatakse funktsionaalset nägemist lähitöö tegemisel, orienteerumisel ja liikumisel, igapäevategevustes, isiklike vahendite leidmisel ja ohtude ennetamisel.	Hinnatakse nägemispuudega noore suhtlemis-, koostöö- ja enesekehtestamisoskust, ühiskonnaelus toimetulekut, igapäevaeluga hakkamasaamist, info leidmise ja kasutamise oskust, abi küsimise oskust tuttavatelt ja võõrastelt, suhtlemisjulgust ja suhtlusoskuse taset erinevates sotsiaalsetes gruppides (nt erivajadusega noorte või tavaliste eakaaslaste seas), interneti- ja telefonisuhtluse oskust.	Hinnatakse iseseisvat orienteerumist ja liikumist, abivahendite kasutamise oskust, valge kepi sobivust ja kasutamisoskust, omandatud marsruutide kasutamist, liikumisoskust siseruumides ja õues, iseseisva liikumise kiirust ja julgust, hakkamasaamist probleemituatsioonidega, plaanide ja makettide kasutamise oskust, suuliste liikumisjuhiste mõistmist ja edastamist. Analüüsitakse võimalust juhtkoera kasutamiseks.	Hinnatakse punktkirja lugemise ja kirjutamise taset, täpsust, tempot, käte asendit, toimetulekut punktkirjamasinaga, orienteerumist õppematerjalides ja raamatutes, punktkirjas loetud teksti mõistmise taset, kahepoolse teksti lugemist, kirjalike tööde korrektsust.
Teenus	Hindamise alusel meetmete rakendamine nägemiskasutuse parandamiseks. Juhendamine abivahendite, vaatamiskauguse, pea asendi jms osas.	Suhtlusoskuste kujundamine toimetulekuks erinevates suhtlusgruppides, sotsiaalsete oskuste harjutamine individuaalselt ja rühmas.	Individuaalse kava alusel harjutatakse erinevat liikumist (nt saatjaga liikumine, meelte kasutamine liikumisel, orienteerumine ja abivahendite kasutamine). Uute marsruutide vajalikkuse väljaselgitamine ja õpetamine.	Uute ea- või teemakohaste punktkirjamärkide õpetamine. Hindamise alusel arendamist vajavate oskuste õpetamine.
Nõustamine	Lähedaste ja nägemispuudega noorega kokku puutuvate inimeste (nt pedagoogide ja ametnike) nõustamine tingimuste osas, mis tagavad parema nägemiskasutuse.	Suhtlusoskuste analüüs ja hinnang, noorukiga töötavate isikute nõustamine juhendamises.	Saatjate nõustamine ja juhendamine orienteerumises ja liikumises, iseseisva liikumisjulguse kujundamine.	Nooruki, vanemate ja pedagoogide nõustamine punktkirjakasutuse juhendamisel.
Keskkonna kohandused	Nooruki igapäevase keskkonna ja tööruumi kohandamine, arvestades suurusi, kontraste, süsteemust ja materjale.	Sobiva keskkonna tagamine.	Kodu-, õppe- ja tööruumide kohandamine, liikumismarsruutide loomine, valgustuse ja muude maamärkide valimine.	Punktkirjaõppeks vajalike vahendite ja tööruumi planeerimine ning kohandamine.

misele avaldavad mõju vanemate liigne hoolitsus ja isoleeritus eakaaslastest. Seetõttu peavad nägemispuudega noortega töötavad spetsialistid erilist tähelepanu pöörama iseseisvuse ja sotsiaalsete oskuste arendamisele. Et kujundada sotsiaalseid oskusi ja valmistada noor tööeluks ette, peab korraldama koolitusi, kus noored saavad harjutada enese hindamist ja tutvustamist, tööintervjuul toimetulekut, koostööoskusi, otsuste langetamist, esinemist erinevates rollides jpm. Eriti vajalikud on niisugused koolitused hiljuti nägemise kaotanud noortele, kes peavad üksteise ja juhendajate toel oma seisundiga kohanema ning leidma motivatsiooni uute oskuste õppimiseks.

Igapäevatoimingud	Infokommunikatsioonitehnoloogia (IKT)	Abivahendite määramine ja kasutusõpetus	Kutsenõustamine
<p>Hinnatakse nooruki iseseisvust õpingutes/ tööl/vabal ajal nii kooli-, töö- kui kodu- ümbruses, samuti asjaajamisel (nt ametnike, arstide või müüjatega). Hinnatakse iseseisvust toidu valmistamisel, puhtuse hoidmisel nii hügieenis kui keskkonnas, töövõtete funktsionaalsust ja tempot, kasutatavaid erivõtteid ja abivahendeid.</p>	<p>Hinnatakse eelnevaid arvutikasutusoskusi: klaviatuuri ja klahvikäskude kasutamist, eriprogrammide ja lisaseadmete tundmist, tekstide loomist, interneti kasutamist, info leidmise oskust, suhtlusvõrgustike kasutamist, uurimistöode ja konseptide koostamise taset jm. Hinnatakse ka muude tehniliste abivahendite kasutamise võtteid ja efektiivsust (nt brailiinod, skannerid, diktofonid, nutitelefonid), vahendite eest hoolitsemist (nt pakkimine, tehnilise abi kasutamine) ning tähelepanu jaotamist tehnika, inimeste ja tegevuste vahel.</p>	<p>Hinnatakse olemasolevate abivahendite funktsionaalsust ja kasutamisoskust, samuti uute abivahendite vajadust.</p>	<p>Hinnatakse nooruki tugevaid külgi, iseloomuomadusi ja võimeid, samuti erinevates valdkondades töötamise potentsiaali.</p>
<p>Juhendatakse igapäevatoimetuste sooritamisel, erivõtete rakendamisel, kohanduste tegemisel, abivahendite kasutamisel. Vahendite ja töökoha kohandamine ja markeerimine, lähtudes erivajadusest.</p>	<p>Hinnangu alusel koostatud programmi järgi õppe läbiviimine.</p>	<p>Uute vahendite valimine ja kasutusõpetus.</p>	<p>Nooruki nõustamine erinevate võimaluste ja valikute osas, vajalike eeluskuste kujundamine, rollimängud, sobiva õppeasutuse ja töökoha leidmine.</p>
<p>Nooruki ja tema vanemate nõustamine juhendamises.</p>	<p>Nooruki, vanemate ja pedagoogide nõustamine juhendamises.</p>	<p>Nooruki ja vanemate nõustamine vahendite kasutamises.</p>	<p>Isiklike abistajate ja tugiisikute (tööandjate) nõustamine.</p>
<p>Keskkonnakohandustel lähtutakse nägemispuudega noore vajadustest ja turvalisusest. Asjad peavad asuma kindlal kohal ja noort tuleb muutustest informeerida.</p>	<p>Tehniliste abivahendite paigutamise mugavus, lisaseadmete ja juhtmete paigutus, pistikute asukohad.</p>	<p>Abivahendite paigutamise ja kasutamise mugavus, süsteemsus.</p>	<p>Kutseõppeasutuste ja praktikakohtade keskkonna hindamine ja soovitusel kohandusteks, lähtudes individuaalsetest erivajadustest. Keskkonna kohandused peaksid võimaldama nägemispuudega noorukile võimalikult suurt iseseisvust. Isikliku abistaja või tugiisiku vajalikkuse hindamine.</p>

Eripedagoogi teenus tööalistele nägemispuudega inimestele

Tööaliste nägemispuudega inimeste puhul hinnatakse lisaks erioskustele ka nende tööalaseid võimalusi ja motivatsiooni. Samuti selgitatakse välja, millised abinõud (nt rehabilitatsioon, töökoha kohandused) aitaksid inimesel töökohta leida või säilitada. Seejärel pakutakse neile vajalikke teenuseid. Lisaks antakse nõu nägemispuudega inimese potentsiaalsetele või olemasolevatele töökaaslastele.

Eripedagoogi teenus	Nägemiskasutuse õpetus	Orienteerumis- ja liikumisõpetus	Punktkiri
Hindamine	Hinnatakse vaegnägijate nägemiskasutust lähitöös, kaugele vaatamisel, liikumisel ja igapäevatoimingutes nii ilma abivahenditeta kui abivahendeid kasutades.	Hinnatakse nägemispuudega inimese valmisolekut liikumiseks: nii vaimset valmidust (mõtlemine, mälu, probleemilahendusoskus, meelelundite aistingute tõlgendamine) kui füüsilist (motoorne valmisolek, kehataju, asendite ja liigutuste valitsemine, tervislik üldseisund); orienteerumis- ja liikumisoskusi; abivahendite vajadust, nende kasutamisoskust ja õpetuse vajadust.	Hinnatakse punktkirjaoskuse vajalikkust, lähtudes inimese nägemise seisundist ja prognoosist; eeldusi punktkirja õppimiseks: peen- ja üldmootorika, sõrmede tundlikkus, kuulamisoskus, iseseisva töö oskus.
Teenus	Juhendatakse nägemist kasutama erinevates olukordades.	Hindamise põhjal koostatakse individuaalne õppeplan. Õppe etapid: saatmine, tehnikad (põhioskused ilma valge kepita, valge kepi tehnikad), liikumine siseruumides, liikumine väljas, orienteerumiseks vajalikud oskused, meelte kasutamine, abivahendite kasutamine.	Punktkirjaõpetus vastavalt hindamise tulemustele: punktkirjamärkide moodustamise põhimõte, punktkirja märgid lihtsamatest keerulisemateni; paralleelselt kirjutamine ja lugemine, alguses hõredalt, seejärel tihedas kirjas; erinevad punktkirjavahendid (mehhaanilised ja elektroonilised punktkirjamasinad, tahvel ja tihvt).
Nõustamine	Vajadusel nõustatakse uute abivahendite kasutuselevõtu, keskkonna kohandamise jms osas.	Nõustatakse lähedasi nägemispuudega inimese juhendamiseks kodus ja lähiümbruses liikumisel, uute marsruutide tutvustamisel, saatmisvõtete osas jne.	Nõustatakse ettetulevates küsimustes.
Keskkonna kohandamine	Kirjalike materjalide, elu- ja töökoha kohandamine vastavalt vaegnägija funktsionaalsele nägemisele.	Vajalikud kohandused vastavalt nägemispuude ulatusele ja muudele erivajadustele.	Müravaba keskkonna loomine.

Igapäevatoimingud	Infokommunikatsiooni- tehnoloogia (IKT)	Abivahendite määramine ja kasutusõpetus	Kutsenõustamine
Hinnatakse igapäeva- toimingute sooritamise oskust, kohanduste ja abivahendite kasutamist, õpetuse vajalikkust ja mahtu.	Hinnatakse IKT kasutamise vajadust, olemasolevaid oskusi, eeldusi ja valmisolekut uute oskuste õppimiseks, kohanduse vajalikkust. Õpetuse plaani koostamine.	Hinnatakse abivahendite kasutamist, kasutamise vajadust ja tõhusust.	Hinnatakse inimese sotsiaalseid oskusi, rehabiliteerituse taset, valmisolekut töötamiseks. Selgitatakse välja kliendi haridustase, senine töökogemus, teadmised-oskused, võimalikud piirangud.
Harjutatakse igapäeva- toimingute sooritamist nägemise abita või vähese nägemise abil, harjutatakse kohan- datud kodumasinate kasutamist, tutvustatak- se kohandusi ja spetsii- filisi võtteid erinevate tegevuste sooritamisel, õpitakse kasutama abivahendeid (nt vede- liku nivoo määraja ja äärepiirajaga lõikur).	Õpetus hindamise põhjal koostatud programmi järgi. Õppe etapid: klaviatuuri ja klahvkäskude kasutamise õpetus, eriprogrammide (nt ekraanilugemis- programm) ja IKT eri- vahendite (nt punkt kirja- kuvar ja skanner) kasutamise õpetus, suhtlusvõrgustike (nt Skype) ja interneti (nt internetipank) õpetus.	Katsetatakse erinevate abivahendite kasutamist, leitakse neist kliendile sobivaimad. Eritähelepanu elektroonilistele ja kõnefunktsiooniga abivahenditele, sh kõneprogramm mobiiltelefonile.	Nõustatakse klienti eneseteadlikkuse suurendamisel ja oma võimaluste tundmaõppimisel. Püütakse leida kliendile meeldivaid ja sobivaid töövõimalusi ning selleks vajalikke kohandusi.
Vajadusel nõustatakse igapäevatoimetuste kohanduste osas.	Nõustatakse ettetulevate probleemide ja takistuste osas.	Vajadusel nõustatakse abivahendite kasutamisel	Nõustatakse võimalikke tööandjaid nägemis- puude osas, samuti kohanduste tegemisel.
Turvalise keskkonna loomine.	Müravaba keskkonna loomine.	Sobiva keskkonna loomine abivahendite kasutamiseks: vajalik vaba pind, pistikupesad jne.	Töö- ja teiste ruumide kohandamine vastavalt nägemispuudega inimese erivajadustele: kontrastsus, takistuse vältimine liikumisteedel jms.

Eripedagoogi teenus eakatele nägemispuudega inimestele

Eripedagoogi teenuse osutamisel eakatele nägemispuudega inimestele tuleb suurt tähelepanu pöörata motivatsiooni tõstmisele. Inimesel, kes on vanemas eas nägemise kas osaliselt või täielikult kaotanud, puudub pahahti tahe uusi oskusi õppida ja teadmine, et ka pimedana on võimalik suurel määral iseseisvalt hakkama saada.

Eripedagoogi teenus	Nägemiskasutuse õpetus	Orienteerumis- ja liikumisõpetus	Punktkiri
Hindamine	Hinnatakse vaegnägijate nägemiskasutust lugemisel, liikumisel ja igapäevatoimetustes.	Hinnatakse inimese tervislikku seisundit, meeleeelundite aistingute tõlgendamisoskust, probleemilahendusoskust, mälu jm valmisolekuid liikumiseks; samuti orienteerumis- ja liikumisoskusi, abivahendite vajadust, nende kasutamisoskust ja õpetuse vajadust.	Hinnatakse punktkirjaoskuse vajalikkust, lähtudes inimese nägemise seisundist ja eluviisist; samuti eeldusi punktkirja õppimiseks (nt peen- ja üldmootorikat, sõrmede tundlikkust).
Teenus	Juhendatakse erinevates olukordades nägemiskasutama abivahenditega ja ilma.	Hindamise ja kliendi vajaduste põhjal koostatakse individuaalne õppeplan. Lisaks orienteerumis- ja liikumisoskustele keskendutakse inimesele vajalike marsruutide õpetamisele.	Punktkirja kirjutamis- ja lugemisoskuste omandamine, punktkirja kasutamine igapäevaelus (nt märgistamine ja info lugemine ravimikarpidelt).
Nõustamine	Vajadusel nõustatakse nägemiskasutuse ja uute abivahendite osas.	Juhendatakse lähedasi ja ametnikke saatmises ja muus liikumisega seonduvas.	Vajadusel nägemispuudega inimese või tema lähedase nõustamine punktkirja kasutamisel.
Keskfond	Hinnatakse vajadust keskkonnakohanduste järele, rakendatakse vajalikud kohandused.	Nõustatakse lähedasi vajalike kohanduste tegemisel.	Suurem tööpind.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Igapäevatoimingud	Arvutiõpetus	Abivahendite määramine ja kasutusõpetus
Hinnatakse igapäevatoimingute sooritamise oskust, kohanduste ja abivahendite kasutamist, õpetuse vajalikkust ja mahtu.	Hinnatakse arvutikasutamise vajadust, olemasolevaid oskusi, eeldusi ja valmisolekut uute oskuste õppimiseks, kohanduste vajalikkust.	Hinnatakse abivahendite kasutamist, nende vajalikkust ja tõhusust.
Harjutatakse erinevate igapäevatoimingute sooritamist nägemise abita või vähese nägemise abil; harjutatakse kohandatud kodumasinate kasutamist; tutvustatakse kohandusi ja erivõtteid erinevate tegevuste sooritamisel, õpitakse kasutama abivahendeid (nt vedeliku nivoo määraja ja äärepiairajaga löikur).	Õpetus vastavalt hindamise tulemusel koostatud programmile: klaviatuur, klahvkäsud, Internet, e-kirjad, Skype jm; eriprogrammid (nt suurendus- ja ekraanilugemisprogrammid), lisaseadmed.	Katsetatakse erinevate abivahendite kasutamist, leitakse neist kliendile sobivaimad.
Nõustatakse lähedasi või nägemispuudega inimesega töötavaid inimesi kohanduste tegemisel.	Nõustatakse lähedasi nägemispuudega inimese juhendamises.	Vajadusel nõustatakse abivahendite kasutamisel.
Hea valgustus ja kontrastsus vaegnägijatel, igal ajal oma koht jms.	Ergonoomilise töökoha sisseseadmine, puhkepausid vaegnägijatele.	Vajalik pind, pistikupesad jms.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Psühholoogiteenus

Üheks psühholoogilise rehabilitatsiooni põhiülesandeks on nägemispuudega inimese sotsiaalsete kontaktide taastamine või uute kontaktide loomine, s.o sotsiaalpsühholoogiline adaptatsioon.

Pimedana sündinud inimest nägemise puudumine oluliselt ei mõjuta ja ta ei tunne end pimedusse suletuna. Psühholoogiliseks mõjuriks muutub see aga siis, kui ta hakkab suhtlema nägijatega. Probleemid sotsiaalsete kontaktide loomisel võivad häirida nägemispuudega inimese isiksuse kujunemist ning viia negatiivsete iseloomuomaduste tekkimiseni. Muutused vajaduste dünaamikas ja raskused uute vajaduste rahuldamisel võivad põhjustada mitmeid probleeme, nt huvideringi ahenemist, põhjuseks piirangud emotsionaalses refleksioonis; tegutsemisvõime langemist, juhul kui on vaja visuaalset kontrolli; ja sisemiste seisundite välise väljendamise piiratust.

Puue provotseerib, eriti peresuhetes, selliste tingimuste tekkimist, mis mõjuvad ebasoodsalt iseloomuomaduste kujunemisele. Nendeks tingimusteks võivad olla nii liigne hoolitsemine kui tähelepanu puudus ja hüljatus. Selle tulemusena võivad nägemispuudega inimesel areneda negatiivsed moraalsed omadused (nt egotsentrilisus, egoism, vastutustundetus, seltsimatus), negatiivsed tahtemadused (nt iseseisvuse puudumine, ebakindlus, teiste tahtele allumine, negativism, kangekaelsus), negatiivsed emotsionaalsed omadused (nt ükskõiksus, kalkus) ning negatiivsed intellektuaalsed omadused (nt teadmishimu puudumine, ükskõiksus kõige uue vastu).

Piiratud kontakt ümbritsevate inimestega toob kaasa endasse tõmbumist, seltsimatust, võõrandumist ja soovi sulguda oma sisemaailma. Kõik see näitab, et nägemispuudega inimese püsivad isikuomadused (oskused, temperament, iseloom) on vaid kaudselt seotud nägemishäiretega. Ühel juhul on see seotud meelelise tunnetuse puudulikkuse ning halva kognitiivse kogemusega (uue kartus), teisalt on see seotud ebasoodsate kasvutingimuste, kollektiivist väljalangemise, tegevuse piiratuse ja negatiivse kogemusega nägijatega kontakti loomisel.

Seega – põhiliste isikuomaduste kujunemisel tõusevad esile sotsiaalsed ja psühholoogilised faktorid, mille mõju ei olene nägemispatoloogiast.

Kokkuvõtlikult võib öelda, et psühholoogi tugi peab saatma nägemispuudega inimest kõigil tema sotsiaalse ja psühholoogilise kohanemise etappidel. Lisaks on vajalik:

- abi perele, kus on sündinud nägemispuudega laps;
- abi nägemispuudega lapsele kõigil tema arenguetappidel (sh ettevalmistus kooliks);
- abi ametivalikul ja kohanemisel iseseisva eluga;
- abi peresuhete loomisel ja laste kasvatamisel;
- kriisiabi lapsena, täiskasvanuna või eakana nägemise kaotanud inimesele.

Kõigil neil teenustel on oma spetsiifika, mis nõuab eriteadmisi.

Psühholoogi funktsioon rehabilitatsiooniplaani koostamisel

Kuna raskused, millega nägemispuudega inimesed kokku puutuvad, on väga individuaalsed ja sõltuvad paljudest teguritest, siis järgitakse ka rehabilitatsiooniprotsessis individuaalset plaani, mille koostamises on psühholoogil tähtis roll.

Psühholoog uurib ja hindab klienti käitumuslikust/arengulisest küljest (alates 15. eluaastast ka kutsevalikut, töötamisvõimalusi ja sobivust valitud erialale).

- Käitumise hindamine (oskus juhtida oma käitumist). Hinnatakse nägemispuudega inimese toimetulekut ühiskonna- ja igapäevaelus ning suhtlus-, enesekehtestamis- ja koostööoskust.
- Emotsionaalse seisundi hindamine (töövõimekus, väsimus, erutuvus, motiveeritus) ning selle põhjal inimese võimaluste hindamine hariduses, täiend- ja ümberõppes, kutsevalikul ja tööhõives.
- Suhtlus- ja kontaktivõime ning koostööoskuste hindamine.

Hinnatakse nägemispuudega inimese minapilti, orienteeritust, oma võimete realistlikku hindamist, stereotüüpsete liigutuste olemasolu, hirme, mitteverbaalset suhtlemist, oma seisukohtade esitamist, tagasiside andmist ja vastuvõtmist, käitumise adekvaatsust erinevates olukordades, kontakti võtmise julgust erinevas eas tuttavate/võõraste inimestega, tähelepanu jaotamise oskust suhtluses mitme inimesega, viisakusreeglite kasutamist, info jagamist ja edastamist, lisaselgituse küsimise julgust, kokkulepetest kinnipidamist ja vastutust, enesekehtestamise oskust, kirjelduste mõistmist jms.

- Arengudiagnostika – probleemsed valdkonnad (taju, kujutlusvõime, kujundlik mõtlemine, mälu).
- Psühhodiagnostika – kognitiivsete protsesside hindamine, isiksuseomaduste hindamine.
- Õpioskuste hindamine – probleemsed valdkonnad, hariduslikud erivajadused.
- Kutseõppe sobivuse psühholoogiline hindamine.
- Kutsevaliku ja töötamise perspektiivide hindamine, lähtudes kliendi motivatsioonist, püsivusest, võimetest jm.
- Töötingimuste hindamine lähtuvalt erivajadustest.
- Emotsionaalse seisundi hindamine ning selle põhjal inimese võimaluste hindamine hariduses, täiend- ja ümberõppes, kutsevalikul ja tööhõives.
- Info leidmise ja kasutamise oskus.
- Abi küsimise oskus tuttavatelt ja võõrastelt inimestelt.
- Suhtlemisjulgus ja suhtlusoskuste tase erinevates sotsiaalsetes gruppides, interneti- ja telefonisuhtluse oskuse tase.

Psühholoogitöö lastega

Lapse esimesel kolmel eluaastal kujuneb tema isiksuse alus. Eelkooliealisena tekib tal tihe side nii ema kui teiste täiskasvanud pereliikmetega, kes stimuleerivad tema arengut. Vanematega suheldes omandab laps varasemate põlvkondade kogemuse ja kognitiivsed oskused, mida on hiljem märksa raskem omandada. Eriti tähtis on see eluetapp nägemispuudega lapsele, kes peab maailma tundma õppima ilma seda nägemata. See on väga raske ülesanne, millega laps üksi toime ei tule. Seetõttu peavad lapsevanemad teda juba esimestest elukuudest pidevalt ja süstemaatiliselt abistama.

Paljud vanemad on veendunud, et kuna nende laps ei näe või näeb väga halvasti, peab teda pidevalt valvama ning kõikvõimalike vigastuste ja äparduste eest hoidma. Seepärast ei lubata lapsel ei iseseisvalt roomata ja kõndida ega asju kätte võtta ja neid uurida.

Teine rühm vanemaid suhtub nägemispuudega lapsesse negatiivselt: last häbenetakse, tuntakse tema pärast piinlikkust või üritatakse tema puuet teiste eest varjata. Tulemuseks on lapse süvenev eraldatus nägijate maailmast. Sageli süüdistavad lapsevanemad puudega lapse sünnis iseennast ja teineteist, pidades õnnetuks ohvriks eelkõige ennast, mitte last. Nii jäetakse laps pahatihti hoolest ja armastusest ilma, eraldades ta kunstlikult teistest lastest ja lähedastest. Sellised vanemad peavad oma ülesandeks lapsele vaid eluks hädavajaliku tagamise ega usu, et temast võiks kasvada täisväärtuslik ühiskonnaliige. Kuna vanematel pole ei valmisolekut ega kogemust puudega lapse kasvatamisel, tajub enamik neist oma lapse nägemispuuet ühekülgsest kui haigust. Tegelikult peaks käsitlema lapse nägemispuuet kui psühholoogilis-pedagoogilist probleemi.

Tähtsaim ülesanne, millega psühholoog nägemispuudega lastega töötades tegeleb, on sotsiaadaptiivse käitumisoscuse kujundamine.

Psühholoogi ülesanded on järgmised:

- anda lapsele ettekujutus tema nägemisvõimalustest;
- kujundada oskusi, millega hankida maailma kohta infot säilinud analüsaatorite abil;
- õpetada kasutama saadud polüsensoorset infot praktilises, suhtlus- ja tunnetuslikus tegevuses;
- kujundada sotsiaalpsühholoogilisi oskusi suhtluseks nii laste ja täiskasvanutega kui nägijate ja nägemispuudega inimestega.

Psühholoogitöö lapsevanematega

Psühholoogi oluliseks töösuunaks on pidev ja sihikindel töö nägemispuudega laste peredega. See hõlmab mitut suunda:

- abi lapsevanematele emotsionaalsete raskuste läbielamisel, nt töötamine eraldatus- ja häbitundega (nii individuaalselt kui rühmades);

- nõustamistöö kasvatamise ja õppimise küsimustes, samuti kooliealiste nägemispuudega laste arengu küsimustes;
- lapsevanemate rühmade nõustamine, vastavalt nende ühiste probleemidele, mis on seotud nende laste arengu eripära ja teatud teadmiste omandamise raskustega;
- lapsevanemate kurssiviimine tüfopedagoogika ja -psühholoogia erialakirjandusega;
- rühma- ja individuaalkoolituste läbiviimine, mille eesmärgiks on õpetada lapsevanematele lapsega koostegutsemise ja lapse abistamise võtteid;
- kodus lapsega tegelevate vanemate nõustamine selles, milliseid mängu ja juhendeid kasutada.

Psühholoogiteenus tööealistele nägemispuudega inimestele

Tööealisi ja töövõimelisi nägemispuudega inimesi toetab psühholoog nii sotsiaalsel kohanemisel, pere loomisel ja laste kasvatamisel kui ka näiteks karjäärivalikutes.

Ametivaliku ja tööks ettevalmistamise küsimused on nägemispuudega inimese jaoks rasked ja tõsised. Ühelt poolt on tähtis arvestada ühiskonna kasvavaid nõudmisi nägemispuudega inimese suhtes, teiselt poolt aga ka inimese enda huvide, võimete ja võimalustega. Kutsenõustamine koosneb erialakoolitusest, huvide ja oskuste kasvatamisest ning psühholoogilisest ja meditsiinilisest abist eriala valikul. On teada, et huvi töö vastu elavdab mõtlemisprotsesse, koondab tähelepanu, vähendab väsimust ja loob emotsionaalse valmiduse. Kõik see viib intensiivsema ja sügavama teadmiste omandamiseni, sh tööks vajalike teadmiste omandamiseni. Huvi tegevuse vastu soodustab ka teadmiste praktiseerimist, lisaks on huviga omandatud teadmised sügavamad ja mitmekülgsemad. Kuigi püsivad erialased huvid kujunevad tegevuse käigus, peab juba selle tegevuse korraldamisel arvestama nägemispuudega inimese olemasolevate huvide ja võimetega. Muidu võib juhtuda, et nägemispuudega inimese kutsehuvid pole tema töövõimetega kooskõlas. Selle kohta leidub palju näiteid, kuidas iseloom ja nägemise kahjustus ei võimalda inimesel teda huvitavat eriala üldse omandadagi. Ainult psühholoogiline uurimine ning psühholoogi ja pedagoogide individuaalne lähenemine tagavad inimese valmiduse iseseisvaks toimetulekuks ja ühiskondlikult kasulikuks tööks.

Nägemispuude sotsiaalpsühholoogilised tagajärjed väljenduvad eriti märgatavalt siis, kui puudega inimene satub segakollektiivi, kus töötavad ja õpivad nii nägemispuudega kui nägijad inimesed. Neis tingimustes on nägemispuudega inimesel raskem ümbritsevaid muutusi fikseerida ja keskkonnaga sidet luua, ja see omakorda tekitab raskusi nii töö- kui töövälises suhtluses. Nägemispuudega inimesed võivad hakata nägijaid vältima, sulgudes endasse ja keskendudes oma sisemaailmale. Pahatihti nad eralduvad või võtavad nägijast sõltuva positsiooni, loobudes seega iseseisvast raskustega toimetulekust ja muutudes aktiivsemaks vaid survestamisel. Ilmselgelt pole sellise olukorra põhjuseks pelgalt nägemispuue,

vaid ka vähene abi spetsialistilt, kes peaks nägemispuudega inimese iseseisvaks toimetulekuks nägijate maailmas ette valmistama. Selliseid raskusi peab korrigeerima koostöös psühholoogiga.

Peresuhetes puutuvad pimedad ja vaegnägijad kokku samasuguste raskustega nagu nägijadki. Ka nemad vajavad tuge peresiseste konfliktide lahendamisel ja nõustamist seoses peresiseste kohustuste jagamisega. Ka nende elus osalevad lähedased, kelle roll uue pere loomisel või laste sünniga muutub ja võib vajada reguleerimist. Nagu nägijate pered, vajavad nemadki abi laste kasvatamisel ja lapse psüühika tundmaõppimisel. Selles võib neid aidata psühholoog.

Psühholoogiteenus eakatele nägemispuudega inimestele

Kui eakas inimene kaotab nägemise, tulenevad tema põhilised psühholoogilised raskused uskumusest, et tavaoskuste kaotus on korvamatu ning ta ei saa enam millegagi iseseisvalt hakkama, muutudes seeläbi oma lähedastele koormaks või veel hullem, üksikuks vanainimeseks ja tüütuseks võõrastele sotsiaaltöötajatele. Seetõttu on väga oluline toetada nägemispuudega eaka inimese usku, et ta on võimeline oma iseseisvust säilitama ning tulema toime enamiku igapäevatoimetustega.

Seega on eakate inimestega töötades psühholoogi põhiülesandeks inimesele isikliku motivatsiooni leidmine ja selle hoidmine. Väga vajalik on kinnistada väärtusi ja pidepunkte, mille toel leiab inimene jõudu leppida oma uue sotsiaalse ja füüsilise seisundiga, võidelda haigustega jms. Nägemise kaotanu peab omandama uued teadmised ja oskused ning tutvuma uute inimestega, ent see on võimalik vaid siis, kui ta usub, et elu pole veel lõppenud ja liiga vara on alla anda.

Oluline on osutada inimesele sellist abi, mida just tema vajab. Näiteks on paljude nägemispuudega eakate mureks üksindus ja eraldatus. Sellistel puhkudel aitab psühholoogiline rühmatöö, mida korraldatakse tugigruppide või koolitustena. Mõnesid inimesi huvitavad ka huvi- ja käsitööringid või erinevad kursused. Psühholoogilise abi eesmärgiks on tekitada inimeses eluisu, soov suhelda ja sõpru leida ning olla oma lähedastele vajalik.

Nõuded teenusepakkujatele

Rehabilitatsiooniteenuse osutamine nägemispuudega inimesele nõuab põhjalikke eriteadmisi, oskusi ja kogemusi. Nägemispuudega inimeste rehabilitatsioonis on väga oluline, et teenuseid osutavad spetsialistid tunneksid hästi nägemispuude spetsiifikat ja nägemispuudega inimeste erivajadusi. Siit tuleneb eeldus, et nägemispuudega inimestele osutatakse teenuseid vaid puudespetsiifilistes rehabilitatsiooniasutustes (v.a füsioterapeudi teenus).

Nõuded sotsiaaltöötaja teenuse osutajale:

- kõrgharidus sotsiaaltöös
- nägemispuudespetsiifiline täiendkoolitus
- erialase töö kogemus
- tugisüsteemi hea tundmine

Ruumid ja töövahendid sotsiaaltöötaja teenuse osutamiseks:

- Sotsiaaltöötaja tööruumi suurus peab olema vähemalt 12 ruutmeetrit.
- Sotsiaaltöötajal peab olema internetiühendusega arvuti, mille kaudu hankida kliendile vajalikku informatsiooni või abistada klienti erinevate teenusetaotluste koostamisel ja edastamisel.
- Sotsiaaltöötaja peab olema informeeritud teiste tugiteenuseid osutavate asutuste tegevusest ja vahendama vajalikku infot ka kliendile.
- Sotsiaaltöötaja kabinetis võiksid olla enam kasutatavad abivahendid, mida vajadusel kliendile tutvustada.

Nõuded eripedagoogi teenuse osutajale

Pimedate ja vaegnägijatega töötavatel eripedagoogidel peab olema läbitud vastav taseme-koolitus, lisaks peavad nad läbima vähemalt 160-tunnise nägemispuudealase täiendkoolituse. Kohustuslik on läbida ka vähemalt üks lisakoolitus, mille tulemusena ollakse võimeline õpetama mõnd nägemispuudespetsiifilist oskust, nt orienteerumist, punktkirja või igapäeva-toiminguid.

Vaata tabelit järgmisel leheküljel.

Eripedagoog	Haridus Täiendkoolitus	Puudespetsiifilised pädevused
0-3	Eripedagoogika magister; vähemalt 160-tunnine täiendkoolitus nägemispuudega laste varase sekkumise alal; vähemalt 3-aastane töökogemus nägemispuudega lastega.	Silmahaigused, nägemispuude mõju lapse arengule, funktsionaalse nägemise hindamise alused, nägemispuudega väikelapse arengu hindamine, nägemispuudega väikelapse arendamise erimetoodika.
4-6	Eripedagoogika magister; vähemalt 160-tunnine täiendkoolitus nägemispuudega laste varase sekkumise alal, soovitatavalt 160-tunnine täiendkoolitus orienteerumis- ja liikumisõpetuses ning 60-tunnine täiendkoolitus punktkirjaõpetuses; vähemalt 3-aastane töökogemus nägemispuudega lastega.	Silmahaigused, nägemispuude mõju lapse arengule, funktsionaalse nägemise hindamise alused, nägemispuudega väikelapse arengu hindamine, nägemispuudega väikelapse arendamise erimetoodika, orienteerumis- ja liikumisõpetus, punktkirjaõpetus.
7-16	Eripedagoogika magister; vähemalt 160-tunnine nägemispuudealane täiendkoolitus, täiendkoolitus vähemalt ühe erioskuse õpetamises (nt nägemiskasutuse õpetus 160 tundi, orienteerumis- ja liikumisõpetus 160 tundi, punktkirjaõpetus 60 tundi, IKT õpetus 160 tundi, igapäevatoimingute õpetus 60 tundi, abivahendite määramine ja kasutamissoõpetus); vähemalt 3-aastane töökogemus.	Silmahaigused, funktsionaalse nägemise hindamise alused, nägemiskasutuse õpetus, orienteerumis- ja liikumisõpetus, punktkirjaõpetus, igapäevatoimingute õpetus, IKT-vahendite kasutamise õpetus, abivahendite määramine ja kasutamissoõpetus.
17-25	Eripedagoogika magister; vähemalt 160-tunnine nägemispuudealane täiendkoolitus, täiendkoolitus vähemalt ühe erioskuse õpetamises (nt nägemiskasutuse õpetus 160 tundi, orienteerumis- ja liikumisõpetus 160 tundi, punktkirjaõpetus 60 tundi, IKT õpetus 160 tundi, igapäevatoimingute õpetus 60 tundi, abivahendite määramine ja kasutamissoõpetus); vähemalt 3-aastane töökogemus.	Silmahaigused, funktsionaalse nägemise hindamise alused, nägemise kasutuse õpetus, orienteerumis- ja liikumisõpetus, punktkirjaõpetus, igapäevatoimingute õpetus, IKT-vahendite kasutamise õpetus, abivahendite määramine ja kasutamissoõpetus.
Tööealised	Eripedagoogika magister; vähemalt 160-tunnine nägemispuudealane täiendkoolitus, täiendkoolitus vähemalt ühe erioskuse õpetamises (nt nägemiskasutuse õpetus 160 tundi, orienteerumis- ja liikumisõpetus 160 tundi, punktkirjaõpetus 60 tundi, IKT õpetus 160 tundi, igapäevatoimingute õpetus 60 tundi, abivahendite määramine ja kasutamissoõpetus); vähemalt 3-aastane töökogemus.	Silmahaigused, funktsionaalse nägemise hindamise alused, nägemise kasutuse õpetus, orienteerumis- ja liikumisõpetus, punktkirjaõpetus, igapäevatoimingute õpetus, IKT-vahendite kasutamise õpetus, abivahendite määramine ja kasutamissoõpetus. Põhjalikud teadmised nägemispuudega inimeste ümberõppe võimalustest.
Eakad	Eripedagoogika magister; vähemalt 160-tunnine nägemispuudealane täiendkoolitus, täiendkoolitus vähemalt ühe erioskuse õpetamises (nt nägemiskasutuse õpetus 160 tundi, orienteerumis- ja liikumisõpetus 160 tundi, punktkirjaõpetus 60 tundi, IKT õpetus 160 tundi, igapäevatoimingute õpetus 60 tundi, abivahendite määramine ja kasutamissoõpetus); vähemalt 3-aastane töökogemus.	Silmahaigused, funktsionaalse nägemise hindamise alused, nägemise kasutuse õpetus, orienteerumis- ja liikumisõpetus, punktkirjaõpetus, igapäevatoimingute õpetus, abivahendite määramine ja kasutamissoõpetus, IKT-vahendite kasutamise õpetus, abivahendite määramine ja kasutamissoõpetus.

Ruumid ja töövahendid eripedagoogi teenuse osutamiseks

Teenus	Varajane sekkumine	Nägemiskasutus	O/L	Punktkiri	Igapäeva-toimingud	IKT	Abivahendite määramine. Keskkonna kohandamine
Ruum	30 m ²	30 m ²	40 m ²	20 m ²	40 m ²	30 m ²	30 m ²
Vahendid	Erinevad mänguasjad, nägemise stimuleerimise vahendid.	Nägemise hindamise vahendid (testid), nägemise stimuleerimise vahendid ja programmid.	Erinevad valged kepid, liikumist hõlbustavad abivahendid.	Punktkirja kirjutamise ja tootmise vahendid.	Olme abivahendid vaegnägijatele ja pimedatele.	Puudespetsiifiliste lisaseadmete ja eriprogrammidega varustatud arvuti jt elektroonilised abivahendid.	Abivahendid

Eripedagoogi tööaeg jagatakse ettevalmistavaks tegevuseks, tegevuseks kliendiga ja järeltegevuseks.

Nõuded psühholoogiteenuse osutajale:

- magistrikraad erialases hariduses
- vähemalt kolmeaastane töökogemus
- puudespetsiifiline täiendkoolitus
- tugisüsteemi tundmine
- kuni 16-aastaste lastega tegeleb lastepsühholoog

Ruumid ja töövahendid psühholoogiteenuse osutamiseks:

- Psühholoogi tööruum peab olema kohandatud pimedatele ja vaegnägijatele, st ruumis ei tohi olla vigastusohtlikke esemeid või mööblit.
- Laste jaoks on vajalikud mänguasjad sensorsete oskuste arendamiseks: erineva suurusega puidust ja pehmed, inimesi ja loomi kujutavad mänguasjad, konstruktorid, pallid, geomeetrilised klotsid, kujult ja materjalilt erinevad esemed, reljeefsed pildid.
- Ruumi suurus peab olema vähemalt 12 ruutmeetrit.
- Psühholoogi tööaeg sõltub kliendi vanusest, psühholoogilisest seisundist ja probleemidest. Individuaalkonsultatsiooni kestus on 30-50 minutit, olenevalt vanusest. Rühmatöö kestab kaks akadeemilist tundi ehk 90 minutit. Õppetöö, seminarid ja koolitused kestavad maksimaalselt 8 akadeemilist tundi päevas. Pereteraapia kestab 60-90 minutit.

Nägemispuudega inimeste tugiteenused

Põhja-Eesti Pimedate Ühing

Nägemispuudega inimestele pakuvad tugiteenuseid nii piirkondlikud pimedate ühingud kui spetsiaalselt mõne teenuse arendamiseks ja osutamiseks loodud mittetulundusühingud.

Eestis on 12 piirkondlikku pimedate ühingut, millest enamik on Eesti Pimedate Liidu liikmed. Kõik nad koondavad ühingu tegevuspiirkonnas elavaid pimedaid ja vaegnägijaid, pakkudes neile erinevaid teenuseid. Nii ühingute liikmete arv kui ka pakutavad teenused varieeruvad piirkonniti.

Suurim nägemispuudega inimesi koondav piirkondlik organisatsioon on Põhja-Eesti Pimedate Ühing (PPÜ).

PPÜ pakub oma liikmetele järgmisi teenuseid:

Nõustamine

1. Sotsiaalnõustamine
2. Psühholoogiline nõustamine ja grupitöö
3. Tugiisikute ja perekonnaliikmete nõustamine
4. Kogemusnõustamine

Teenused

5. Infomaterjalide kohandamine (vabatahtlikud lugejad, skaneerimine), elektroonilise info kohandamine
6. Kohandatud internetiklassi kasutamine (ekraanilugemis- ja suurendusprogrammiga arvutid)
7. Heli- ja punktkirjas raamatute laenutamine

Kursused

8. Kohanemiskursused hiljuti nägemise kaotanuile
9. Keelekursused (eesti, inglise jm)
10. Arvuti- ja IKT-koolitused (nii keskuses kui internetis)
11. Abivahendite tutvustamine ja kasutamissoetus

Ringid ja arendavad teenused

12. Käsitöö ja vaibakudumine
13. Loovtegevused: kaartide meisterdamine, punutised, maalimine, nahk- ja paberehistööd

Sport

14. Pimedate lauatennis – *showdown*
15. Üldtreeningud, aeroobne treening (velo- ja sõudetrenažöör, jooksurada jm)
16. Male- ja kabetreening
17. Enesekaitse: idamaine lähivõitlus *wing tsun*
18. Jooga (või muu koordinatsiooni ja painduvust arendav tegevus)

Kultuur

19. Puhkpilliorkester
20. Lauluklubi
21. Muu muusikaline tegevus: solistid, instrumentalistid jm
22. Näitering

Tervis ja muud teenused

23. Massaažiteenus

Klubiline tegevus

24. Tähtpäevade ja sünnipäevade tähistamine

Koolitused ja seminarid

25. Koolitused (avatud uste päev) sotsiaalvaldkonna töötajatele ja üliõpilastele, arstidele
26. Rehabilitatsioonikoolitused ja -seminarid sel alal töötajatele
27. Nõustamine ligipääsetavuse küsimustes

Lisaks eespool nimetatud regulaarsetele tegevustele toimuvad PPÜ-s erinevad loengud, ekskursioonid muuseumitesse ja teistesse huvitavatesse paikadesse, suvine spordilaager, terviseüritused, rahvusvahelise valge kepi päeva tähistamine jne.

Täpsemat informatsiooni nägemispuudega inimeste teiste organisatsioonide kohta saab veebiaadressilt www.pimedateliit.ee.

Erialane kirjandus

Soovitavat kirjandus nägemispuudega inimestega töötavatele spetsialistidele:

1. Алисин, Ф. К. Дошкольное воспитание в семье, советы по воспитанию слепых и слабовидящих детей.
2. Анисимова, Н. Л. Совместная работа семьи и детского сада по воспитанию и развитию детей с нарушениями зрения.
3. Венгер, А. Л. Схема индивидуального обследования детей младшего школьного возраста (для школьных психологов) / А. Л. Венгер, Г. А. Цукерман // Библиотека развивающего обучения. Выпуск 12 – Томск: Пеленг, 1993.
4. Выготский, Л. С. Развитие трудного ребенка и его изучение / Л. С. Выготский. Собр. соч. в 6 т. – М., 1983.
5. Григорьева, Л. П. Основные методы развития зрительного восприятия у детей с нарушением зрения / Л. П. Григорьева, С. В. Шашевский – М., 1990.
6. Гусева М.Р., Дмитриев В.Г., Плаксина Л.И. Обучение и воспитание дошкольников с нарушениями зрения. -- М.: «Просвещение», 1978 год. http://pedlib.ru/Books/6/0016/6_0016-1.shtml
7. Денискина, В. З. Совершенствование навыков ориентировки в пространстве учащихся старших классов школ для слепых и слабовидящих детей / В. З. Денискина – Уфа, 1996.
8. Денискина В. З. Особенности обучения социально-бытовой ориентировке детей с нарушением зрения Уфа: Изд-во Филиала МГОПУ им. М.А. Шолохова в г. Уфе, 2004. — 62 с. http://pedlib.ru/Books/3/0190/3_0190-1.shtml
9. Е.А. Епастова Воспитание слепых детей в семье /Издательство Академии педагогических наук РСФСР, - М., 1956.
10. Евмененко, Е. В., Трущелева, А. В. «ПСИХОЛОГИЯ ЛИЦ С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ» Учебно-методическое пособие http://topreferat.znate.ru/pars_docs/refs/1/580/580.pdf
11. Ермаков, В. П. Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения. / В. П. Ермаков, Г. А. Якунин – М., 1990.
12. Феоктистова, В. А. Логос Воспитание слепых детей дошкольного возраста в семье / Научный редактор доц., 1993. http://pedlib.ru/Books/2/0300/2_0300-1.shtml
13. Кантор, В. З. Педагогическая реабилитация и стиль жизни слепых и слабовидящих /В. З. Кантор – СПб., Каро, 2004.
14. Коваленко, Б. И. Тифлопедагогика / Б. И. Коваленко, Н. Б. Коваленко – М., 1975.
15. Кондратов А. М., Руцкая Е.Н. Воспитание детей в семьях незрячих родителей /М. 1989.
16. Литвак, А. Г. Психология слепых и слабовидящих: учеб. пособие / А.Г. Литвак ; Рос. гос. пед. ун-т им. А.И. Герцена http://pedlib.ru/Books/3/0497/3_0497-1.shtml#book_page_top
17. Литвак, А. Г. Тифлопсихология / А. Г. Литвак – М., 1985.
18. Солнцевой, Л. И. (ред) Слепой ребенок в семье: (Кн. для родителей) / Науч.исслед. ин-т дефектологии АПН СССР. 1989. http://pedlib.ru/Books/3/0255/3_0255-1.shtml
19. СПб.: Лань, 2003. - 654 с. – (Учебники для вузов. Специальная литература) http://pedlib.ru/Books/1/0453/1_0453-1.shtml

Veebilingid:

- British Journal of Visual Impairment-1991-Downing-10-2.pdf <http://jvi.sagepub.com/>
- сайт Слепой ребенок <http://slepojrebenok.blogspot.com/>
- сайт В помощь родителям незрячего ребенка <http://spesposobie.narod.ru/>
- сайт Bebyblind для родителей слепых детей <http://babyblind.psycon.su/>
- Downing, S. A role for psychotherapy in the learning support of a visually impaired child with emotional and behavioural difficulties. <http://jvi.sagepub.com/content/9/1/10>
- <http://www.mojrebenok.narod.ru/>

Kasutatud kirjandus

Eesti Nägemispuudelite Rehabilitaerimiskontseptsioon. (1998). Tallinn: Eesti Pimedate Liit.

Eripedagoogika terminoloogia (1990). Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus.

Expressive Communication: How Children Send Their Messages to You. <https://nationaldb.org/library/page/1937>

Ferne, K. R. (1986). *Education for the visually handicapped: a social and educational history.* G.T. Scholl Foundations of Education for Blind and Visually Handicapped Children and Youth. New York.

Gense, J., Gense, M. (2004). *The Importance of Orientation And Mobility Skills For Students Who Are Deaf-Blind.*

Ilgina, O., Keskküla, R. (2005). Pimekurtide arendamise võimalustest Eestis. – Eripedagoogika, nr 22, lk 55-61.

Jacobson, W. (1993). *The Art and Science of Teaching Orientation and Mobility to Persons with Visual Impairments.* Amer Foundation for the Blind (AFB).

Kals, A. (1999). Eesti pimedate õpetamise ajalugu. Tartu.

Kals, A. (1995). Tartu pimedate koolid 1922-1945. Tartu.

Keller, H. (1995). Minu elu lugu. Tallinn.

Kuusisto, S. (2000). Pimedate planeet. Tänapäev.

Lahtinen, R. (2010). *Environmental Description.* Helsinki. 2010.

Mason, H., McCall, S. (1997). *Visual impairment: access to education for children and young people.* London.

Meie ühine ja erinev maailm. Suhtlemine. 2004. Eesti Pimekurtide Tugiliit.

Mets, I. (2001). Nägemispuudega laps tavakoolis. Diplomitöö. Tallinn: Tallinna Pedagoogika Ülikool.

Miles, B. (2005). *Overview on Deaf-Blindness.*

Nienstedt, W. (2001). Inimese füsioloogia ja anatoomia. Medicina.

Presley, I., D'Andres, F.M. (2008). *Assistive technology for students who are blind or visually impaired.*

Receptive Communication: How Children Understand Your Messages to Them. <https://nationaldb.org/library/page/2061>

Stremel, K. (2004). *Communication Interactions: It Takes Two.*

Tiirmaa, L. (2007). Erivajadustega lapse ja noore toetamise võimalusi hariduse omandamisel. Argo.

Torres, I., Corn, A. L. (1990). *When You Have a Visually Handicapped Child in Your Classroom.* Amer Foundation for the Blind (AFB).

Trief, E. (1992). *Working with Visually Impaired Young Students.* Charles c Thomas Publisher.

Nägemispuudega inimestele rehabilitatsiooniteenuseid osutavad asutused

MTÜ Nägemispuudega Inimeste Rehabilitatsioonikeskus (NIRK)

address: Tondi 8a, 11313 Tallinn

kontaktisik: Janne Jerva

tel: 55 75 310

e-post: info@nirkkeskus.ee

info: www.nirkkeskus.ee

Tartu Emajõe Kool

address: Vabaduse pst 9, 51004 Tartu

kontaktisik: Anne Kõiv

tel: 740 5338 või 742 3639 (E-R 9:00-16:00)

e-post: kool@tek.tartu.ee

info: www.tek.tartu.ee

Eesti Pimekurtide Tugiliit

address: Ehte 7, 10318 Tallinn

kontaktisik: Liina Leomar

tel: 674 8497 (automaatvastaja)

e-post: info@pimekurdid.ee

info: www.pimekurdid.ee