



PERCEZIONE VISIVA - COSA VEDIAMO ATTRAVERSO L'OCCHIO DELLA MENTE? ©

By Zoe Mailloux, OTD, OTR/L, FAOTA

Dei sistemi sensoriali di cui parliamo in termini di integrazione sensoriale, la percezione visiva (insieme alla percezione uditiva) è uno dei più conosciuti e comunemente compresi. La percezione visiva si riferisce al significato che il nostro cervello dà alle informazioni che vediamo. Ad esempio, se si guarda il seguente disegno può apparire solo come una serie di linee senza significato reale:



Le linee sillabano la parola "Ivy" capovolta. Adesso le linee hanno un significato quando le guardi. Un optometrista controlla i nostri occhi per assicurarci che stiano lavorando bene per vedere il mondo che ci circonda. La *percezione visiva* ci permette di comprendere ciò che vediamo. Una buona percezione visiva è ovviamente necessaria per leggere, scrivere, usare forbici e disegnare. Abbiamo anche bisogno di percezione visiva per evitare di sbattere contro le cose, per dirigere la palla verso i pali della porta su un campo di calcio e di seguire una mappa per una destinazione desiderata. Ci sono molte funzioni legate alla percezione visiva. La percezione della figura sullo sfondo si riferisce alla capacità di vedere qualcosa che fa parte di un'immagine più grande o confusa. Ad esempio, trovare un rotolo di nastro in un cassetto o identificare tuo figlio mentre sta salendo sulle giostre al parco, richiede la percezione della figura sullo sfondo. L'immagine mentale è un altro aspetto della percezione visiva. Usiamo questa abilità per capire come poter organizzare i mobili in una stanza (a volte abbiamo bisogno di alcuni tentativi!) o nel progettare come mettere la carta in una stampante in modo che la carta intestata venga fuori correttamente. Anche la coordinazione occhio-mano è una parte della percezione visiva. Abbiamo bisogno di questa abilità per coordinare le azioni che usiamo per servire una palla da tennis, per allacciarci le scarpe (almeno le prime volte che stiamo imparando a farlo) e per tirare al momento giusto una leva su un flipper. È facile capire come i problemi nella percezione visiva possono creare molte difficoltà in aula, nel parco giochi e a casa.

I terapisti interessati all'integrazione sensoriale di solito pensano alla percezione visiva come ad un "prodotto finale" di una buona elaborazione sensoriale tattile, propriocettiva e vestibolare. In altre parole, questi sistemi di base devono funzionare bene per un sistema di livello superiore, come la percezione visiva per svilupparsi. Questo è il motivo per cui un terapeuta di un bambino può selezionare attività terapeutiche che, in un primo momento, possono non sembrare legate alle preoccupazioni riportate a casa o a scuola. Ad esempio, un bambino che ha difficoltà ad imparare a scrivere può avere problemi con il suo senso vestibolare che rende difficile coordinare i suoi movimenti oculari quando la sua testa si muove. Può avere una cattiva propriocezione, che rende difficile giudicare quanto sia difficile fare pressione sulla matita o come posizionarsi correttamente sulla sedia. Una scarsa percezione tattile può interferire con la sua capacità di tenere una matita correttamente. Pertanto, i terapisti spesso lavorano prima su queste competenze fondamentali per aiutare le competenze di livello superiore, come la percezione visiva, che si presentano più facilmente.

Cosa puoi fare

Le seguenti sono alcune idee che possono essere utilizzate per aiutare i sistemi di percezione visiva a svilupparsi e funzionare in modo ottimale:

1. Incoraggia il tuo bambino a costruire utilizzando costruzioni, cuscini del divano, scatole di cartone o di plastica - o qualsiasi altro materiale trovi. Puoi aiutare il bambino a sviluppare la percezione visiva sia facendo tu strutture per lui da riprodurre, che lasciargli creare le proprie (che potresti provare a copiare per aggiungere del divertimento).

2. Creare puzzle, labirinti e altri giochi visivi che siano appropriati al livello di sviluppo del bambino e di facile accesso. Potrebbe essere necessario iniziare con quelli semplici, se questa è un'area in cui il bambino potrebbe avere bisogno di aiuto.
3. Libri e giochi come "Dov'è Waldo" e "lo vedo" possono essere utili per sviluppare la percezione della figura sullo sfondo. Puoi anche chiedere al tuo bambino di "avvistare" cartelli, automobili o altri punti di interesse durante le passeggiate o un viaggio in auto.
4. I genitori spesso sanno quanto sia importante leggere ai loro figli e fornire giocattoli e disegni visivamente accattivanti nelle loro stanze. Trovare modi per aiutare il tuo bambino a interagire con questi importanti elementi visivi, come soffermarsi per indicare oggetti in un libro o per tracciare disegni sul muro renderà le esperienze visive più significative e di lunga durata. La partecipazione attiva ha sempre la meglio sull'apprendimento passivo!
5. Esercitarsi nel "disegno" di forme e oggetti con vari mezzi tattili, come la sabbia, la pittura con le dita, la schiuma da barba, ecc. Il tatto e il sistema visivo si sviluppano strettamente l'un l'altro e percepire la forma, le dimensioni e la consistenza di qualcosa rafforzerà anche il concetto visivo.
6. Analogamente, l'appaiare le forme o gli oggetti percepiti nelle mani con immagini degli oggetti stessi, rafforzerà ulteriormente il co-sviluppo della percezione tattile e visiva.
7. Semplici e divertenti giochi di coordinazione occhio-mano come lanciare, afferrare e colpire con palle o altri oggetti sosterrà la percezione della profondità ed i movimenti oculari fluidi in combinazione con la percezione visiva e le abilità motorie.
8. Con un maggiore accesso al computer e ai giochi portatili, alcuni bambini trascorreranno un sacco di tempo a guardare gli schermi. Mentre molti di questi giochi e applicazioni possono essere avvincenti per un bambino, quelli che coinvolgono dei problem solving e l'interazione fisica (come i giochi su

schermo che prevedono attività come il bowling o il tennis) saranno più favorevoli al suo sviluppo generale.

9. Siate consapevoli che troppa stimolazione visiva - troppe distrazioni visive in una camera da letto o in un'area di studio, possono essere fonte di distrazione per un bambino sensibile agli stimoli visivi o con difficoltà a discriminare visivamente una cosa da un'altra . Se il tuo bambino sembra particolarmente sensibile alla luce del sole, a certi colori o contrasti di colori, o a forme particolari, considera i modi in cui puoi ridurre l'irritazione rimuovendo queste caratteristiche sensoriali da una situazione. Aiutare il tuo bambino a capire che potrebbe essere più sensibile di altri a queste esperienze, può anche aiutarlo a farne fronte in modo più efficace.

PERCEZIONE VISIVA-COSA VEDIAMO ATTRAVERSO L'OCCHIO DELLA MENTE? © fa parte di una serie di "pagine per genitori " sul tema dell'integrazione sensoriale scritta da Zoe Mailloux, OTD, OTR/L, FAOTA. Può essere ristampato per scopi educativi con titolo completo e informazioni sul copyright inclusi.

Tradotto da Silvia Frazzetta e revisionato da Maria Facca, Michela Da Ponte e Sonia Guerreiro Zoldan, www.asi4kids.com