

Veronica Sher



borne w latach 60 opracowała metodę pod nazwą 'Ruch Rozwijający'. Korzeni metody należy szukać u R. Labama - twórcy gimnastyki ekspresyjnej, a także w doświadczeniach samej autorki. Celem metody jest wspomaganie prawidłowego rozwoju dziecka i korekcja jego zaburzeń. Stąd ważne miejsce w metodzie zajmuje wielozmysłowa stymulacja psychomotoryczna i społeczna, oparta o ruch, jako czynnik wspomagania.

Proponowany terapeutyczny system ćwiczeń wywodzi się z okresu wczesnego dzieciństwa z tzw. baraszkowania, które zawiera w sobie element bliskości fizycznej i emocjonalnej. Jest to zdaniem V. Sherborne naturalna potrzeba dziecka do zaspokajania tych potrzeb, poprzez kontakt z osobami dorosłymi. Powstałe podczas ćwiczeń doznania wpływające z własnego ciała i odczuwanie go w kontekście z elementami otoczenia, dają dziecku poczucie jego indywidualności.

Cechą charakterystyczną metody jest rozwijanie przez ruch: świadomości własnego ciała i usprawniania ruchowego, świadomości przestrzeni i działania w niej oraz dzielenia przestrzeni z innymi ludźmi i nawiązywania z nimi kontaktu.

Metodę V. Sherborne traktuje się często jako formę niewerbalnego treningu interpersonalnego. Zajęcia odbywają się indywidualnie bądź grupowo i trwają ok. 30 minut. Partnerami dziecka bywają często ich rodzice. Dzieci nie są jednak przymuszane do uczestnictwa w zajęciach.

W metodzie wyróżnia się cztery grupy ćwiczeń:

- ? ćwiczenia prowadzące do poznania własnego ciała,
- ? ćwiczenia pomagające zdobyć pewność siebie,
- ? ćwiczenia ułatwiające nawiązywanie kontaktu i współpracy z partnerami grupy,
- ? ćwiczenia twórcze.

Metoda V. Sherborne zalecana jest dzieciom o zaburzonym schemacie ciała. W proponowanych ćwiczeniach dochodzi do integracji własnego ciała i jego poznania (ważne tu jest wyczucie centralnej części ciała tj. brzucha i tułowia). Poczucie wzajemnej bliskości ćwiczących partnerów ułatwia akceptację niedoskonałej cielesności dziecka. Ćwiczenia dają poczucie bezpieczeństwa oraz zaufania do siebie i do innych. Wykonywane w grupie, budują więzi grupowe i interpersonalne.

Zajęcia metodą V. Sherborne stanowią element doskonałej zabawy. Dając chwile odprężenia, są czynnikiem w rozładowaniu napięć i tym samym obniżają spastyczność.

* K.J. Zabłocki 'Mózgowe porażenie dziecięce w teorii i terapii', Wydawnictwo Akademickie 'Żak', Warszawa 1998, str.69-70