

7 Effekter som träning och behandling i elrullstol kan ge

Grunden för metoden att använda elrullstol som ett verktyg för att träna och behandla är att ta vara på de utvecklingsmöjligheter som aktiviteten att köra elrullstol kan ge. Metoden är okonventionell och bryter på flera sätt mot den invanda modellen för hur en elrullstol ska användas. För att se elrullstolen som ett verktyg för att göra "hjärngympa" krävs en frigörelse från den traditionella synen på elrullstol som förflyttningshjälpmedel. Effekterna som kan uppnås för många olika individer med ett exemplar av ett träningshjälpmedel, kan väl uppväga kostnaden för investeringen. Metoden är användbar både för individer som kanske aldrig kan lära sig köra målriktat med en elrullstol och för gående som inte har behov av en elrullstol för förflyttning.

Aktivitet i verktyget elrullstol kan användas för sinnesstimulering, bedömning, träning och behandling. Det primära målet med aktiviteten är att stimulera och påverka individens olika sinnen och färdigheter. Det sekundära målet är att ge individen en möjlighet till målriktad förflyttning om han eller hon inte redan har det.

Förflyttning med elrullstol

När man beskriver effekterna av träning i elrullstol är viktigt att göra skillnad på begreppen målriktad förflyttning och självständig förflyttning. Med *målriktad förflyttning* avses att individen självständigt kan styra till olika mål med stolen. Med *självständig förflyttning* avses att individen med eller utan hjälp startar stolens rörelse och medvetet eller slumpmässigt upprätthåller rörelsen när han fått igång den.

Målriktad förflyttning kräver att individen kan sätta igång rörelsen, ändra hastigheten och styra dit han vill. Denna aktivitet förutsätter att individen besitter ett flertal förmågor. Han ska kunna koncentrera sig och bibehålla uppmärksamheten på aktiviteten att köra. Han behöver

god finmotorik, kroppsuppfattning, rumsuppfattning och tidsuppfattning. Han behöver förmåga att sälla bort ovidkommande intryck och förmåga att uppfatta och bearbeta flera intryck samtidigt. Han behöver förståelse för konsekvenserna av sitt eget handlande, förmåga att planera och förutse hur aktiviteten kan utvecklas. Effektiv och precis navigering ställer krav på samspel med både individer, föremål och inredning i omgivningen. Aktiviteten målriktad förflyttning med elrullstol, ställer stora krav på individens motoriska, kognitiva, emotionella och sociala förmåga. Aktiviteten kan användas för att träna individer som har lättare störningar av förmågor som koncentration, uppmärksamhet, minne och att göra flera saker samtidigt.

Minsta kravet för att använda begreppet självständig förflyttning är att individen utan hjälp kan upprätthålla rörelsen när den startats. Det har ingen betydelse om starten sker med eller utan hjälp. Förflyttningen är självständig så länge individen kan hålla kvar styrspaken i körläge utan hjälp av någon annan. Det räcker att individen klarar att upprätthålla rörelsen någon decimeter medvetet eller slumpmässigt. Aktiviteten självständig förflyttning utvecklas med ökad förmåga och färdighet hos individen, för att i vissa fall övergå till målriktad förflyttning. Aktiviteten kan användas för att träna individer som har mycket begränsad förmåga att uppfatta, förstå och handla i relation till sin omgivning.

Avsikten med träning och behandling i elrullstol kan ha olika syften. För flertalet är det direkta syftet att träna och stimulera vissa av individens funktioner och förmågor som kan utvecklas genom möjligheten till självständig förflyttning i elrullstol. Ibland finns även det indirekta syftet att träna individen för att han ska få en möjlighet till målriktad självständig förflyttning.

Olika perspektiv på effekterna av träningen

Det går att belysa effekterna av träningen från tre olika men ändå överlappande perspektiv. Det teoretiska perspektivet är en kartläggning av vilka sinnen som kan ges stimulans med träningen. Det praktiska perspektivet är en överblick av vilka färdigheter individen kan träna i aktiviteten. Det observerbara perspektivet är de synliga effekter som kan iakttas hos individen. För tydlighetens skull beskrivs perspektiven var för sig.

Effekterna av träningen är inte bara beroende av individens biologiska förutsättningar. Den är även beroende av olika yttre faktorer. Bland annat hur motiverad och inspirerad tränaren och omgivningen är. Hur tränaren kan motivera individen i aktiviteten. Hur individen kan hjälpas att förstå eller uppfatta träningsituationen. I vilken miljö träningen genomförs. Hur användningsnivån anpassas efter individens växande kompetens. Vilken fysisk, psykisk och social miljö individen lever sitt vardagsliv i.

Teoretiskt perspektiv - sinnen som kan stimuleras av träningen

Aktivitet i elrullstol berör hela kroppen och påverkar alla sinnen. När individen aktiverar stolens rörelse förändras den kroppsliga positionen i rummet och relationerna till omgivningen. Rörelsen känns i kroppen och ger förändrade synintryck. Ljud från fasta punkter i rummet uppfattas på ett nytt sätt även om individen "bara" kan köra runt i cirkel. Om den roterande rörelsen med stolen går lite snabbare påverkas balanssinnet av centrifugalkraften.

När de olika sinnen stimuleras och förmågan att tolka olika intryck utvecklas förbättras förutsättningarna för samspel och kommunikation med omgivningen. När samspelet och relationerna till omgivningen utvecklas kan individens aktivitetsförmåga öka.

Motorik och känsel

Träningen stimulerar utvecklingen av motorik och känsel framför allt i armar och händer. Den ökade mängden erfarenheter och upplevelser kan bidra till att förbättra individens förmåga att tolka olika intryck, anpassa och adaptera sitt beteende, handlande i aktiviteten att köra elrullstol.

Individer som visar reaktioner på att de är känsliga för beröring, kan behöva massage eller stimulering av insidan av handen, innan de får hjälp att känna på och undersöka stolen, bordet och styrspaken/kontakten. Stimuleringen förefaller minska upplevelsen av obehag och individen kan visa ett ökat intresse för att ta egna initiativ till fortsatt undersökning.

För att hantera en eller flera strömbrytare, kontakter ställs större krav på rörelseomfång än på finmotorik. För att hantera en styrspak ställs större krav på finmotorik än på rörelseomfång. Med bra stöd för underarmen kan styrspaken manövreras genom finmotoriska rörelser med hand och/eller fingrar. Utan stöd för underarmen manövreras styrspaken via större muskelgrupper i armbåge och skuldra. Precisionen begränsas av att hela armen deltar i manövreringen och rörelserna blir dessutom ansträngande att utföra.

Syn

Träningen stimulerar synsinnet som är delaktigt i många funktioner t.ex. att uppfatta färger, kontraster, rörelse, avstånd och relationer i det omgivande rummet. En förutsättning för att använda synsinnet på ett bra sätt är att individen kan fixera ett föremål med blicken och kan göra ögonrörelser för att följa ett rörligt föremål.

Rörelsen som individen kan åstadkomma med elrullstolen stimulerar till ett ökat användande av synen, genom att ge upplevelse och erfarenhet av fler och intensivare synintryck. Möjligheten att på eget initiativ ändra sin position i rummet eller att ändra rörelsens hastighet gör att individen själv kan reglera mängden och intensiteten på intrycken. Den egna rörelsen i rummet ger också individen bättre förutsättningar att få en uppfattning om relationerna mellan sig själv och omgivningen.

Hörsel

Hörseln används t. ex. för att lokalisera var olika saker är, för att uppfatta från vilken riktning nya ljud kommer. Hörseln är ett mycket viktigt sinne för individer med nedsatt syn. En intensivt lyssnande individ kan ibland ge andra i omgivningen intrycket att de är passiva, när de i stället är aktivt upptagna med att lyssna på och försöka tolka ljud.

Träningen ger individen möjlighet att uppfatta och lyssna till ljud från olika positioner. Redan när individen lärt sig att starta och stanna under körning i cirkel kan han själv förändra positionen för att på olika ställen i rummet lokalisera från vilken riktning ett fast ljud kommer och sin egen relation till det.

Balans

Balansorganet, det vestibulära systemet ansvarar bland annat för att reglera kroppshållning, känna av vilken position huvudet har i rummet, och i vilken riktning det rör sig. Balansorganet kan vid överstimulering reagera med yrsel på rotation eller med åksjuka vid färd i fordon som bil och båt.

Stimulering av det vestibulära systemet kan hjälpa till att öka vakenhetsgraden hos en individ. Det finns en stark samverkan mellan det vestibulära systemet och det som kallas det retikulära aktiveringssystemet i hjärnstammen. Aktiveringssystemet svarar för arousal i nervsystemet och skickar impulser över hela hjärnan för att öka individens vakenhet och alerthet. Det vestibulära systemet stimuleras av rörelse och rotation, när den stimuleringen i sin tur samverkar med aktiveringssystemet ökar individens vakenhetsgrad.

Med skärpt tillsyn under träningen kan en individ tillåtas träna med en hastighet som gör att han tydligt påverkas av tyngdkraft och centrifugalkraft. Efter en tids träning med lite högre fart, kan individen visa tydliga tecken på olika reaktioner för att återställa jämvikt och kroppshållning. När centrifugalkraften under rotation på stället får individen att luta åt ena sidan, kan han försöka räta upp sig utan att stanna. Om individen råkar göra ett hastigt stopp och överkroppen far framåt, rätar han upp sig igen.

Kinestetik och proprioception

Det kinestetiska sinnet svarar för varseblivning av ledställning och ledrörelse. Det proprioceptiva sinnet svarar för varseblivning av kroppsdelarnas posi-

tion i rummet och deras inbördes förhållande till varandra. Man kan säga att dessa sinnen uppfattar och tolkar intryck som har med den inre kroppskänslan att göra. Den inre känslan är viktig för att kunna uppfatta sin kroppshållning och läget på olika kroppsdelar i förhållande till varandra, utan hjälp av synen.

Stimuleringen under träningen inverkar mest på arm och handfunktion och bidrar till att individen kan avväga lämplig kraft, ledställning och rörelseuttag för en viss handling.

Praktiskt perspektiv - färdigheter som kan påverkas av träningen

Aktiviteten i elrullstol ger möjligheter att utveckla många olika färdigheter. Flertalet individer utan funktionshinder lär sig mycket snabbt att manövrera en elrullstol. Detta gör att det är lätt att få föreställningen att aktiviteten att köra är enkel. Det är först när en individ med begränsad förståelse och handlingsförmåga ska träna att köra som det blir uppenbart hur komplex och sammansatt aktiviteten är. När inlärningen går långsamt blir de olika stegen i utvecklingen av färdigheterna som används i aktiviteten synliga.

Uppmärksamhet, koncentration och minne

Möjligheten att vara uppmärksam och koncentrerad ökar med vakenhetsgraden. Ökad uppmärksamhet och koncentration ger bättre förutsättningar för att individen ska kunna lagra erfarenheter och upplevelser i minnet.

För individer med en mer utvecklad medvetandenivå kan träningen påverka färdigheten att minnas och förutse vad som kan bli effekten av olika handlingssekvenser vid körning. Träningen gör att individens ut hållighet och förmåga att koncentrera sig på uppgiften trots ovidkommande stimuli ökar. Individen kan lära sig nya sätt att använda elrullstolen och anpassa sitt handlande till nya situationer. Han kan också använda körningen för att utföra andra aktiviteter.

Motorisk förmåga

Genom att utveckla sin förmåga att känna med och styra fingrar och händer i en motiverande aktivitet, förbättras förmågan att göra precisa väl avvägda och samordnade rörelser. När individen utvecklar sin gripförmåga kan han lättare få tag i föremål som är rörliga - inte sitter fast i något. Han kan också bli intresserad av att sträcka sig efter och försöka ta på eller gripa olika föremål på bord eller i hyllor.

Färdigheten att utforska och manipulera saker med en eller med båda händerna samtidigt kan öka. Samordningen mellan händerna och armarna kan öka genom att individerna ges möjlighet att använda båda händerna för att köra - om styrspaken sitter placerad i kroppens medellinje. Många individer som inte kunnat flytta ett föremål från den ena handen till den andra har utvecklat den förmågan under träningen. Några har också utvecklat förmåga att korsa sin egen medellinje med armarna. De kan t.ex. hålla kvar greppet på spaken med ena handen medan de sträcker den andra över medellinjen till motsatt sida för att ta tag i ett föremål.

Några individer har utvecklat färdigheten att samtidigt göra olika saker med händerna. Ett exempel på det är att individen med ena handen kör lite närmare ett bord samtidigt som han sträcker ut den andra och tar ett föremål som ligger på bordet.

Förståelse av samband mellan handling och effekt

Träningen kan utveckla individens färdighet att förstå samband mellan orsak och verkan på allt från mycket enkla till mer komplexa nivåer. En enkel nivå är att individen lär sig att förstå att hur han med handrörelser på spaken kan sätta stolen i rörelse. En mer komplex nivå är att individen lär sig att förstå hur han samtidigt kan reglera riktning och hastighet med styrspaken. En mycket komplex nivå är att individen lär sig att köra målriktat i trånga utrymmen där andra är i rörelse.

Rumsuppfattning

Färdigheten att förstå relationer mellan sig själv och rummet och mellan olika saker i rummet, kan utvecklas genom träningen. Genom att upprepade gånger få krocka med fasta och lösa delar i rummet, kan individen utveckla förståelse för hur stor plats han tar tillsammans med stolen. På

det sättet lär sig individen hur stort utrymme han behöver runtom stolen för att undvika att köra i saker när han navigerar inomhus i trånga utrymmen. Individen lär sig också vilka delar av rummet som inte flyttar sig när han kör på dem och vilka föremål han kan köra på och skjuta framför sig.

Genom att köra i ett rum som är möblerat för någon form av verksamhet - daghem, skolsal, lekterapi - kan individen utforska olika föremål och få uppleva hur han genom att ändra sin egen position kan nå dessa föremål från olika håll. Om individen har en svår synnedsättning är det viktigt att möblering och placering av föremål inte ändras, för att ge individen möjlighet att bygga upp en inre bild av hur rummet ser ut och var i rummet olika saker finns.

Individer med begränsningar i synfältet kan genom att få krocka med föremål som de inte uppmärksammar bli mer rumsmedvetna. De tittar sig mer omkring för att upptäcka hinder och faror i rummet under körningen. De blir också mer benägna att köra försiktigt och förutseende.

Tidsuppfattning

Förståelse för relationer som har med tid att göra som vänta, först - sedan, nu - om en stund, krävs för att utföra sammansatta handlingar som måste utföras i flera steg eller för att vänta ut en speciell effekt. Träning i elrullstol ger många tillfällen att utveckla färdigheten att förstå tiden. En enkel tidsrelation är t. ex. att för att få stolen i rörelse måste styrspaken först föras i någon riktning och sedan hållas kvar där. Om styrspaken vickas hit och dit med snabba rörelser händer ingenting. En mer sammansatt tidsrelation är t. ex. att kunna känna om man har kört en speciell bana på kort eller lång tid, jämfört med tidigare.

Simultankapacitet

Färdigheten att ta emot flera intryck samtidigt eller att göra flera saker samtidigt kallas för simultankapacitet. Träningen i elrullstol kan ge otaliga möjligheter att utveckla den färdigheten. I början av träningen har individen ofta sin koncentration starkt riktad på elrullstolen och dess funktioner. Ofta kan han ha svårt att ta in och bearbeta flera intryck samtidigt. Målriktad körning ställer krav på simultankapacitet, individen behöver utveckla sin färdighet att uppmärksamma hinder och förändringar i omgivningen, för att hinna reagera på rätt sätt. Bristande simultankapacitet kan göra att individens färdighet att köra lätt störs

av ovidkommande intryck. Individen kan också ha svårt att både köra och komma ihåg uppgifter han ska utföra under körningen.

Planering, sekvensiell organisation, "timing"

För att kunna utföra mer komplexa handlingar krävs planering och förmåga att ordna handlingssekvenser i rätt följd och utföra dem i rätt ögonblick. I planeringen ingår minnen och slutsatser från tidigare erfarenheter och upplevelser. Det ingår också en förmåga att se framåt och överväga olika möjligheter att handla. Dessa färdigheter krävs för att kunna köra målriktat, utan att krocka med fasta eller rörliga hinder i omgivningen.

Synligt perspektiv - observerbara effekter under träningen

Aktiviteten i elrullstol ger många effekter men alla är inte observerbara och alla kan inte med säkerhet härledas till att ha direkt samband med träningen. Det känns därför angeläget att peka ut speciella beteenden och effekter som kan observeras med ögat. Vissa av effekterna är dessutom mätbara t. ex. hur lång uthållighet en individ har i aktiviteten eller hur mycket störande intryck han klarar utan att förlora kontrollen över körningen.

Ökad vakenhetsgrad och uthållighet

En individ kan komma trött eller sovande till träningen och bli påtagligt pigg eller snabbt vakna upp när han får sätta sig i elrullstolen.

Individer med mycket begränsad förmåga att bibehålla uppmärksamhet och koncentration kan få en ökad uthållighet under träningen. Från början klarar individen kanske bara att köra några minuter med koncentration för att senare klara upp till en halvtimme eller mer. Den synliga skillnaden består i att så länge individen kan bibehålla koncentrationen klarar han att styra elrullstolen. Så fort han tappar koncentrationen förlorar han kontrollen över styrningen och börjar krocka eller bara köra runt i cirkel.

Ökad användning av handen som gripverktyg

En individ som inte upptäckt hur han kan styra sina händers rörelse kan efter en tid av väglednad utforskning visa tecken på ett större intresse för sina händer. Han kan lyfta upp en hand framför ansiktet och titta på den samtidigt som han vänder på den åt olika håll och rör på fingrarna. Samma beteende är normalt hos spädbarn vid 2-4 månaders ålder och infaller när barnet börjar förstå att det kan styra sina händer med tanken. Barn med svårt nedsatt syn gör upptäckten av sina händer senare, men uppvisar också samma beteende (Sonksen et al, 1984).

Individer som använder handen som ett grovt gripverktyg utan större precision kan utveckla en bättre finmotorik under träningen. Vissa individer kan i början av träningen enbart ha ett grovt kraftgrepp med tumme mot samlade fingrar. Efter en tids träning kan en del individer börja utveckla förmåga att separera fingrarnas rörelser från varandra. Pekfingret brukar vara första fingret som kan röras separat för att peta på något under utforskningen. Förmåga att använda pekfingret för att rikta uppmärksamheten mot något i omgivningen kommer senare. Även de övriga fingrarna kan eftersom bli mer separerade från varandra i olika rörelser på spaken eller vid grepp om föremål med olika former.

Utveckling av väl avvägda rörelser i handen är nödvändigt för att kunna välja körriktning och reglera hastighet. Målriktad körning kräver små precisa rörelser med fingrar och hand. En del individer kan ha svårt att hitta var det neutrala spakläget finns - där ingenting händer - utan att släppa spaken. De kan också ha svårt att göra kortare utslag med spaken och gör i stället fulla utslag till det tar emot, än åt ett håll än åt ett annat. Dessa fulla utslag görs ofta med ganska stor kraft och skiftningarna mellan utslag i olika riktningar kan ske ganska snabbt. Ibland skiftas utslagsriktning så snabbt att stolen inte hinner komma i rörelse. När individen börjar utveckla förmågan att avväga rörelsen och finmotoriken, minskar kraften i greppet successivt och rörelsen blir långsammare och mer precis.

Ökad förmåga att utföra handlingar

En individ kan med stöd av träningen i elrullstolen utveckla sin förmåga att handla på allt ifrån mycket enkel till mycket komplicerad nivå. Slumpmässigt beteende kan övergå till enkla avsiktliga handlingar. Enkla handlingar kan övergå till enkla sekvenser av handlingar som i tur kan kopplas samman i mer komplicerade handlingskedjor.

Ett beteende är t.ex. att individen oavsiktligt med en slumpmässig arm- eller handrörelse startar stolens rörelse. En enkel handling är t.ex. att individen avsiktligt använder handen för att starta stolens rörelse med styrspaken. En enkel sekvens av handlingar är t.ex. att individen avsiktligt kan minska och höja hastigheten genom att ändra hur stort utslag han gör med spaken. En mer komplex och sammansatt kedja av handlingssekvenser som omfattar många delmoment, är t.ex. att individen genom att styra och reglera hastighet avsiktligt kan köra till ett bestämt mål.

Vilka krav som ställs på individens handlande i elrullstolen ändrar och anpassar svårighetsgraden på användningen. Hur individen använder stolens olika funktioner, hur körningen används för att utföra andra aktiviteter eller hur den omgivande miljön anpassas, inverkar på hur svår aktiviteten blir.

Ökat intresse för att utforska samband

En individ som har upptäckt ett samband - ett stolen rör sig när man trycker eller drar i styrspaken - börjar ofta undersöka om det händer något om aktiviteten riktas mot andra ställen på stolen. Utforskningen kan ske genom att individen med större rörelser bankar, slår eller med mindre rörelser rör vid, känner på, petar på, tar i, håller i eller tar in i munnen. För individer med begränsad rörlighet eller med grov motorik förefaller det vara en stor fördel att få tillfälle att på sitt eget sätt utforska ett verktyg som fungerar som styrspaken på elrullstolen. Styrspaken är ett föremål som sitter fast i ena änden och ändå går att röra på. Den kan manipuleras utan att den glider undan eller försvinner vid utforskningen.

När utforskningen av styrspaken lett vidare till ett mer riktat handlande för att få effekten att stolen rör sig, kan individen visa ett större intresse för att utforska andra samband. Han kan göra upptäckten att det händer olika saker om han trycker eller drar i spaken, att olika utslag med spaken gör att det går olika fort eller att stolen rör sig i olika riktningar. Parallellt med utforskningen av vad som kan påverkas med olika spakutslag kan individen ges tillfälle att utforska andra verktyg och föremål som kan ge effekter t. ex. leksaker eller enkla dataprogram av typen "trycka - hända" som styrs med en kontakt. Utforskningen av kontakten brukar likna den av styrspaken och kan ställa stora krav på hållbarhet hos produkten.

Ökat intresse för att titta på omgivningen

En individ som kan ändra sin position i rummet genom att köra i cirkel eller rotera med elrullstolen kan uppvisa ett förändrat sätt att använda synen. Han kan stanna för att fixera blicken på något intressant föremål. Han kan också börja fixera något med blicken medan stolen är i rörelse.

I början, när en individ mest kör i små eller stora cirklar, är det vanligt att han först fixerar något föremål som finns rakt framför honom och sedan håller kvar fixeringen genom att vrida på huvudet, medan rotationen med stolen fortsätter åt motsatt håll. När individen fått en upplevelse av vad som finns runt om honom i rummet, övergår han ofta till att vända huvudet i samma riktning som rotationen för att kunna fånga upp och fixera något speciellt föremål som han förväntar sig ska dyka upp i synfältet igen.

Intresset för att på eget initiativ försöka komma till föremål och saker som individen ser, uppfattar och lockas av ökar. Likaså intresset för att komma in och titta i okända rum och utrymmen.

En individ som har svårigheter med att uppmärksamma saker i hela synfältet, på grund av synfältsbortfall eller på grund av bristande uppmärksamhet, kan visa ett ökat intresse för att vrida mer på huvudet, för att bättre kunna uppfatta synintryck från omgivningen.

Ökat intresse för att förflytta sig på andra sätt

Individer med svårare rörelsehinder, framför allt barn, kan ofta visa intresse för att försöka förflytta sig på andra sätt, när de genom träningen börjar få idén att de kan förflytta sig själva med hjälp av elrullstolen. Barn och vuxna, även de som har funktionshinder, är av naturen nyfikna och vill utforska världen på många sätt. När individen har förstått att det går att förflytta sig utan hjälp av andra med elrullstolen, vill han oftast utforska vilka andra sätt det finns att förflytta sig på. Initiativ till att ta sig fram rullande, kryphasande, i någon form av gånghjälpmedel eller i manuell rullstol kan utvecklas eller öka efter en tids träning i elrullstol.

När en individ ska utföra en handling som att förflytta sig eftersträvar han att göra det på det mest effektiva och minst energikrävande sättet. Detta märks tydligt hos individer som efter träning i elrullstol fått en idé om förflyttning och börjat ta sig fram i gåstol eller krypande.

Har individen inte utvecklat förmågan att styra till ett mål med elrullstolen, vill han hellre använda det mer effektiva sättet att krypa eller gå med hjälpmedel dit han vill. Detta är ett av de viktigaste skälen till att det inte är någon risk med att tidig träning av barn med lättare funktionshinder i elrullstol. De lämnar den när de fått idén om förflyttning och lärt sig ett effektivare sätt att ta sig fram.

Ökat intresse för samspel och kommunikation med omgivningen

En individ som fungerar på en tidig medvetandenivå kan ofta visa ett ganska inåtvänt beteende eller bara ha intresset riktat mot det som finns mycket nära. En individ som inte haft så många tillfällen att styra eller påverka sin omgivning, som har dålig självkänsla eller är mycket osäker på sin förmåga, kan vara obenägen att ta egna initiativ eller att prova på nya saker. Han kan också ha nedsatt tilltro till sin egen förmåga att lära sig nya saker och utveckla gamla eller nya färdigheter.

Med en växande förståelse för hur elrullstolen fungerar och en förbättrad insikt om sin egen förmåga att styra och påverka, kan en mer utåtriktad och nyfiken attityd utvecklas till omgivningen. En individ kan till en början sitta med ansiktet nedböjt, med hopkurade axlar och bara visa ett svagt intresse för att ta egna initiativ. Efter en tids träning kan individen börja lyfta upp ansiktet, räta på ryggen och rikta intresset mot personer och föremål i omgivningen - från golv till tak. En individ med begränsad handlingsförmåga kan börja sträcka ut en hand, ta tag i tränarens arm och föra den mot spaken. Detta handlande kan tolkas som kommunikation av en önskan om hjälp att få stolen i rörelse. En individ med nedsatt tilltro till sin förmåga kan våga prova sin nya färdighet inför eller i samspel med andra och i nya eller offentliga miljöer.

När individen kan känna och uppleva sin egen förmåga att handla, att styra och påverka, kan han utveckla en upplevelse av ett själv. Individen blir någon att räkna med, någon som kan något. Med en ökad självkänsla följer ett ökat intresse för att ta egna initiativ, att samspela med andra och att lära sig nya saker.

Sammanfattning

Självständig förflyttning i elrullstol - som inte behöver vara målriktad i den vanliga bemärkelsen - är en starkt motiverande aktivitet som kan ha stor betydelse för individens utveckling och kan ge honom möjlighet att förbättra sina olika färdigheter.

Möjligheten att själv förändra sin position i rummet och att göra val ger individen förutsättningar att bättre förstå sig själv i förhållande till omvärlden. Genom att få en bättre förståelse för relationerna till omgivningen och till tidsbegrepp, utvecklar individen en bättre förmåga att utföra mer sammansatta och komplicerade handlingar. Individens aktivitetsförmåga kan också öka rent generellt. Eftersom erfarenheterna i elrullstolen är mer konkreta än abstrakta, kan de till vissa delar överföras och användas i andra aktiviteter t.ex. aktivering och styrning av leksaker och dataprogram med kontakter eller styrverktyg.

Att bli någon som kan göra något, någon som räknas, någon som kan lära sig nya saker, kan bidra till att utveckla individens upplevelse av att vara ett själv. Det kan också stärka självkänslan och tron på de egna förmågorna och färdigheterna.

Träningen i elrullstol är en kompetensutvecklande aktivitet där individen kan ges möjlighet att växa genom att användningsnivån hela tiden kan ändras och anpassas utifrån den färdighetsnivå individen befinner sig på. Effekterna berör många olika funktioner och färdigheter därför kan utvecklingen, förbättringen iakttas i hur individen ändrar sitt beteende och sitt handlande.