



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ  
ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ, ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΚΑΙ ΤΕΧΝΩΝ  
ΤΜΗΜΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ

Πρόγραμμα μεταπτυχιακών Σπουδών  
«Επιστήμες της Αγωγής: Ειδική Αγωγή, Εκπαίδευση και Αποκατάσταση»

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ  
*Χορός και αναπηρία-Μια βιβλιογραφική ανασκόπηση*

Χριστίνα-Μαγδαληνή Δήμου

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ, 2023



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ  
ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ, ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΚΑΙ ΤΕΧΝΩΝ  
ΤΜΗΜΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ

Πρόγραμμα μεταπτυχιακών Σπουδών  
«Επιστήμες της Αγωγής: Ειδική Αγωγή, Εκπαίδευση και Αποκατάσταση»

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ  
«Χορός και αναπηρία»  
Μια βιβλιογραφική ανασκόπηση

“Dance and disability”  
A literature review

Χριστίνα- Μαγδαληνή Δήμου

Εξεταστική επιτροπή  
Παπαδόπουλος Κωνσταντίνος, Καθηγητής, Επόπτης  
Κουστριάβα Ελένη, Επίκουρη Καθηγήτρια  
Παπακωνσταντίνου Δόξα, Επίκουρη Καθηγήτρια

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ, 2023

Η συγγραφέας βεβαιώνει ότι το περιεχόμενο του παρόντος έργου είναι αποτέλεσμα προσωπικής εργασίας και ότι έχει γίνει η κατάλληλη αναφορά στην εργασία τρίτων, όπου κάτι τέτοιο ήταν απαραίτητο, σύμφωνα με τους κανόνες της ακαδημαϊκής δεοντολογίας.

.....(υπογραφή).....

ΧΡΙΣΤΙΝΑ-ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ ΔΗΜΟΥ

## Περιεχόμενα

ΠΕΡΙΛΗΨΗ .....	1
ABSTRACT .....	3
ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ .....	4
ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	5
1 <sup>ο</sup> ΚΕΦΑΛΑΙΟ: ΕΝΝΟΙΟΛΟΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ .....	8
1.1 Αναπηρία.....	8
1.2 Αισθητηριακές αναπηρίες .....	10
1.3 Κινητική αναπηρία.....	13
1.4 Νοητική αναπηρία.....	16
1.5 Ψυχικές διαταραχές ως αναπηρία .....	20
1.6 Χορός .....	20
2 <sup>ο</sup> ΚΕΦΑΛΑΙΟ: ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΘΕΜΕΛΙΩΣΗ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ-ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ .....	24
2.1 Χορός στην εκπαίδευση .....	24
2.2 Χορός στην εκπαίδευση ατόμων με αναπηρίες.....	29
3 <sup>ο</sup> ΚΕΦΑΛΑΙΟ : ΣΚΟΠΟΣ ΚΑΙ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗΣ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗΣ.....	33
4 <sup>ο</sup> ΚΕΦΑΛΑΙΟ: ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ .....	34
5 <sup>ο</sup> ΚΕΦΑΛΑΙΟ: ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ.....	36
5. 1 Η ένταξη της διδασκαλίας της τέχνης του χορού στα σχολικά προγράμματα ως παράγοντας συμπερίληψης παιδιών με αναπηρία στο σχολικό περιβάλλον.....	36
5.2 Παράγοντες που επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο θα επιδράσει η τέχνη του χορού στην ολόπλευρη βελτίωση των δεξιοτήτων (σωματικών ή μη) ενός ατόμου.....	45
5.3 Ο ρόλος του είδους της αναπηρίας που έχει ένα άτομο στην ευρύτερη εξέλιξη και ανάπτυξή του μέσω της τέχνης του χορού .....	48
5.3.1 Χορός και τύφλωση/μειωμένη όραση .....	49
5.3.2 Χορός και κώφωση .....	56
5.3.3 Χορός και κινητικές αναπηρίες.....	59
5.3.4 Χορός, νοητική και ψυχική αναπηρία.....	63
5.3.5 Χορός και συναισθηματικές, συμπεριφορικές διαταραχές .....	66
6 <sup>ο</sup> ΚΕΦΑΛΑΙΟ: ΣΥΖΗΤΗΣΗ-ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ-ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ-ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ	69
6.1 Συζήτηση.....	69
6.2 Συμπεράσματα .....	74
6.3 Περιορισμοί της έρευνας.....	76

6.4 Προτάσεις.....	78
6.4.1 Προτάσεις για πρακτική εφαρμογή των συμπερασμάτων .....	78
6.4.2 Προτάσεις για μελλοντική έρευνα .....	79
7° ΚΕΦΑΛΑΙΟ: ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ.....	81

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Τις τελευταίες δεκαετίες, ο χορός έχει αναδειχθεί σε πεδίο με ερευνητικές δυνατότητες σε πολλούς διαφορετικούς επιστημονικούς κλάδους. Αυτή η διεπιστημονική έρευνα έχει τη δυνατότητα να παράγει γνώση με τρόπους που αμφισβητούν τους κανόνες και τις υποθέσεις του τι είναι «φυσιολογικό». Είναι σημαντικό ότι μπορεί επίσης να συμβάλει στην πολιτιστική συμμετοχή των ατόμων με αναπηρία και στην περαιτέρω ανάπτυξη της συνεκπαίδευσής τους σε πολλά επίπεδα και δεξιότητες. Ο σκοπός της παρούσας εργασίας είναι να παρουσιαστούν τα πιο πρόσφατα ερευνητικά δεδομένα που αφορούν τα προγράμματα χορού που συμπεριλαμβάνουν άτομα με αναπηρίες. Η εν λόγω βιβλιογραφική ανασκόπηση θα ασχοληθεί με τα υπάρχοντα προγράμματα χορού ανά τον κόσμο σε ανήλικα και ενήλικα άτομα με αισθητηριακές αναπηρίες (προβλήματα όρασης και ακοής), κινητικές αναπηρίες, νοητική και ψυχική αναπηρία, καθώς και συναισθηματικές και συμπεριφορικές διαταραχές. Πραγματοποιήθηκε αναζήτηση με σχετικές λέξεις κλειδιά σε βάσεις δεδομένων βιβλιογραφίας με συγκεκριμένα κριτήρια ένταξης των μελετών. Από τις έρευνες που πληρούσαν τα κριτήρια ένταξης, η πλειοψηφία των μελετών διερεύνησε τη βελτίωση της γενικής φυσικής κατάστασης των ατόμων, καθώς και την εξέλιξη που παρατηρήθηκε σε συγκεκριμένους τομείς, σχετικούς με το σώμα. Πιο συγκεκριμένα, σημαντική βελτίωση παρατηρήθηκε στην ισορροπία και τις δεξιότητες άλματος. Επίσης, θετικές επιδράσεις αναφέρθηκαν στον ψυχολογικό, γνωστικό και κοινωνικό τομέα από μελέτες που εξέτασαν αυτούς τους τομείς.

**Λέξεις κλειδιά:** χορός, αναπηρία, σωματικές αναπηρίες, εκπαίδευση συμπερίληψης, νοητική αναπηρία, ψυχική αναπηρία

## **ABSTRACT**

In the last few decades, dancing has emerged as having scientific potential in many different academic fields. This research has the ability to produce knowledge in ways that challenge conventional rules and assumptions. It is important that it can also contribute to the social participation of people with disabilities and further development of education in many areas and levels. The purpose of this work is to present recent scientific data that relate to dancing programs that include people with disabilities. This current literary study aims to present all existing dancing programs for people with sensory (eyesight and hearing problems), kinetic, mental as well as emotional and behavioral disabilities. A review of the literature was carried out through a search with related keywords in the basis of literary data sources with specific criteria of inclusion for the studies. In addition, this study shall focus on the education of underaged people and adults. Of the studies that met the eligibility criteria, a majority of studies investigated physical measures of fitness improvement with enhancements in specific areas. More specifically, significant improvements were observed in balance and abilities of the eyesight. Other positive effects were also noted for mental, social and physical areas in studies that included related measures.

**Keywords:** dance, disability, physical disability, inclusive education, mental disability, psychological education



## **ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ**

Για την εκπόνηση της παρούσας διπλωματικής εργασίας θα ήθελα να ευχαριστήσω αρχικά τον επιβλέποντα καθηγητή μου, κύριο Παπαδόπουλο Κωνσταντίνο, για όλη τη βοήθειά του κατά τη διάρκεια του μεταπτυχιακού, καθώς και τις γνώσεις που μου μεταλαμπάδευσε για την εκπαίδευση των ατόμων με προβλήματα όρασης-έναν τομέα που με ενδιαφέρει ιδιαίτερα. Επιπλέον, θα ήθελα να ευχαριστήσω όλους τους καθηγητές του Μεταπτυχιακού Προγράμματος για τη συνεχή στήριξη και βοήθειά τους καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών μου καθώς και το διοικητικό προσωπικό για την επίλυση κάθε απορίας, οποιαδήποτε στιγμή. Τέλος, θέλω να ευχαριστήσω τους συμφοιτητές μου για τις πολλές ώρες που δουλέψαμε μαζί με στόχο το όσο το δυνατόν καλύτερο αποτέλεσμα των ομαδικών εργασιών μας, όπως επίσης τον σύζυγο και την οικογένειά μου που πάντα πιστεύουν σε μένα και στηρίζουν κάθε μου προσπάθεια να γίνω καλύτερη σε αυτό που κάνω.

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Όπως είπε κάποτε η πρωτοπόρος του χορού Μάρθα Γκράχαμ, «οι μεγάλοι χορευτές δεν είναι σπουδαίοι λόγω της τεχνικής τους, αλλά λόγω του πάθους τους». Το πάθος είναι αυτό που ωθεί τα άτομα να κάνουν ασυνήθιστα πράγματα και ο χορός παρέχει πολλά οφέλη σε άτομα ανεξάρτητα από την ηλικία, τη φυλή, το φύλο ή τις σωματικές δυνατότητες. Αυτός ο συλλογισμός είναι που δίνει τη δυνατότητα σε κάθε άτομο να εκφράσει το πάθος του για τον χορό, καθιστώντας τον χορό μια παγκόσμια μορφή τέχνης. Βάζοντας αυτό το πάθος και την επιθυμία σε ό, τι κάνει κάποιος προσθέτει σημασία και νόημα στη συνολική ποιότητα της ζωής του. Η συμμετοχή σε ένα μάθημα χορού έχει επίδραση στην ανάπτυξη των δημιουργικών, γνωστικών, ατομικών και επικοινωνιακών δεξιοτήτων σε όλες της ηλικίες, αλλά πολύ περισσότερο στους νέους. Η χρήση του χορού μέσα σε μια τάξη αυξάνει τη φυσική κατάσταση, εμπλουτίζει τις κινητικές δεξιότητες, τον συντονισμό και ενισχύει τις κοινωνικές δεξιότητες. Ο χορός αυξάνει επίσης τη μυϊκή αντοχή, χτίζει την ισορροπία και ενθαρρύνει την ομαδική εργασία και τις ομαδικές δεξιότητες. Ο δημιουργικός χορός είναι μια μορφή κοινωνικής αλληλεπίδρασης: «Μεσολαβεί και έχει τη δύναμη να κατασκευάζει και να αποδομεί κοινωνικά νοήματα» (Foulkes, 2002).

Τα περισσότερα, αν όχι όλα τα άτομα επιθυμούν να γίνουν κοινωνικά αποδεκτά σε κάποιο επίπεδο (Lee, 2019). Ενώ τα αρτιμελή άτομα και τα άτομα με αναπηρία φιλοδοξούν τα ίδια πράγματα στη ζωή, όπως η κοινωνική αποδοχή, οι δεξιότητες επικοινωνίας, η επίλυση προβλημάτων και η διατήρηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής, τα άτομα με αναπηρία πρέπει να καταπολεμήσουν τους περιορισμούς για να επιτύχουν τους στόχους αυτούς. Σύμφωνα με το

λεξικό Merriam-Webster, ο ορισμός της λέξης αναπηρία είναι ο εξής: «Ως «διαταραχή» ορίζεται «μια σωματική, ψυχική, γνωστική ή αναπτυξιακή κατάσταση που περιορίζει ή εμπλέκεται με την ικανότητα ενός ατόμου να πραγματοποιήσει συγκεκριμένες δραστηριότητες. Οι δύο πιο συνηθισμένοι περιορισμοί μεταξύ των ατόμων με αναπηρία είναι οι γλωσσικές και οι κινητικές δεξιότητες» (Dictionary, 2002).

Τα άτομα με αναπηρίες, όπως για παράδειγμα το σύνδρομο Down, αγωνίζονται όλη τους ζωή να επιτύχουν κινητικές δεξιότητες και γενικά έχουν κακό έλεγχο των κινήσεων του σώματος λόγω μυϊκής αδυναμίας και αργών χρόνων αντίδρασης. Επίσης, πολλά άτομα με αναπηρίες έχουν περιορισμένη λεκτική επικοινωνία ή δεν έχουν καθόλου ομιλία. Η αλληλεπίδραση και η σύνδεση μεταξύ ατόμων με αυτούς τους τύπους περιορισμών μπορεί να είναι δύσκολη σε σύγκριση με την αλληλεπίδραση και τη σύνδεση μεταξύ ατόμων τυπικής ανάπτυξης του γενικού πληθυσμού. Από την άλλη πλευρά είναι κατανοητό, ότι όλοι πρέπει να έχουν ίσες ευκαιρίες να εκφραστούν, και ειδικά τα άτομα με αναπηρίες πρέπει να είναι ενήμερα για τις ευκαιρίες που παρουσιάζονται μέσα από τον χορό. Η κίνηση βοηθά τα άτομα με αναπηρίες να αισθάνονται περισσότερο εμπλεκόμενα στη διαδικασία της εκπαίδευσής τους. Τα ωθεί να παραμείνουν συγκεντρωμένα, προσεκτικά και αυθόρμητα, κάτι που μπορεί να τα βοηθήσει να εκφραστούν. Η κίνηση, όπως οι εκφράσεις του προσώπου και οι χειρονομίες, μπορεί επίσης να είναι μια μορφή αυτοέκφρασης για τα άτομα με ιδιαιτερότητες (May et al., 2019).

Η τέχνη παρέχει σε ένα άτομο, ακόμα και σε ένα παιδί χωρίς λεκτικές δεξιότητες, την ικανότητα να εκφράσει τα συναισθήματά του δημιουργικά. Η τέχνη μπορεί να προσφέρει διέξοδο για μια σειρά συναισθημάτων, από τον θυμό και την επιθετικότητα μέχρι τη χαρά και

την ομορφιά. Ένα άλλο όφελος είναι ότι οι τέχνες γενικά ενθαρρύνουν την κοινωνικοποίηση, κάτι που μπορεί να είναι δύσκολο να επιτευχθεί για τους νέους με αναπηρία. Οι τέχνες αφορούν όλα τα άτομα χωρίς αποκλεισμούς και μπορούν να δώσουν στα παιδιά την ικανότητα να είναι δημιουργικά σε ένα περιβάλλον με άλλα παιδιά με αναπηρίες ή με παιδιά τυπικής ανάπτυξης. Η διαδικασία δημιουργίας τέχνης, καθώς και το αποτέλεσμα αυτής, παρέχει κοινές εμπειρίες στα άτομα. Ορισμένες δραστηριότητες που μπορούν να βοηθήσουν στην αυτοέκφραση περιλαμβάνουν την αφήγηση μέσω κίνησης, το παιχνίδι ρόλων και τις ομαδικές δραστηριότητες με κοινωνική αλληλεπίδραση. Ορισμένες μελέτες αναφέρουν ότι το να επιτρέπεται στους μαθητές να συμμετέχουν σε δημιουργικές δραστηριότητες, που περιλαμβάνουν κίνηση, βοηθά τους μαθητές να καταλαβαίνουν καλύτερα το διδακτικό αντικείμενο μέσω οπτικών και κιναισθητικών πρακτικών. Αυτό το στυλ μάθησης δίνει στα παιδιά που προσπαθούν να εξελιχθούν, πρόσθετους ακαδημαϊκούς και κοινωνικούς τρόπους προκειμένου να βιώσουν ένα ευνοϊκό μαθησιακό περιβάλλον. Ωστόσο, η αναπηρία ενός ατόμου μπορεί να εμποδίσει τον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβάνεται τις δικές του ικανότητες, γεγονός που μπορεί στην πραγματικότητα να περιορίσει την καλλιτεχνική του έκφραση (Hickey, 2002).

# 1<sup>ο</sup> ΚΕΦΑΛΑΙΟ: ΕΝΝΟΙΟΛΟΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

## 1.1 Αναπηρία

Η απόδοση ενός ορισμού για την έννοια της αναπηρίας έχει ποικιλοτρόπως και για πολλά χρόνια απασχολήσει τα ίδια τα άτομα με αναπηρία, ερευνητές από πλήθος επιστημονικών πεδίων αλλά και τις εκάστοτε κυβερνήσεις των διαφόρων κρατών για τις πολιτικές που πρέπει να ακολουθήσουν σχετικά με τα άτομα αυτά (Bernell, 2003; Kaplan, 1999; PFEIFFER, 1999). Πρόκειται, λοιπόν, για μια ιδιαίτερα αμφιλεγόμενη έννοια στην οποία έχουν αποδοθεί ποικίλοι ορισμοί (Barnow, 1986). Εντούτοις, είναι κοινώς αποδεκτό ότι η αναπηρία δε σημαίνει το ίδιο πράγμα σε κάθε πολιτισμό στο πέρασμα του χρόνου (McEwan & Butler, 2007), αποτελεί, ωστόσο, μια εκδοχή της ανθρώπινης ύπαρξης που προκύπτει από τη φύση (Kaplan, 1999; Smart & Smart, 2006). Χάρη στο υψηλότερο βιοτικό επίπεδο που παρέχουν οι σύγχρονες κοινωνίες αλλά και στην αλματώδη εξέλιξη της ιατρικής επιστήμης και της τεχνολογίας, άνθρωποι που παλιότερα δε θα κατάφερναν να παραμείνουν στη ζωή, πλέον επιβιώνουν έχοντας, όμως, κάποιου είδους αναπηρία (Smart & Smart, 2006).

Ο πιο συνήθης ορισμός που προκύπτει για την αναπηρία αναφέρεται σε οποιουδήποτε είδους περιορισμό της ικανότητας ενός ατόμου να συμμετέχει ή να φέρει εις πέρας μια δραστηριότητα με τρόπο τέτοιο που να θεωρείται το φυσιολογικό για ένα άτομο. Ο περιορισμός αυτός προκύπτει από μια ψυχική ή σωματική βλάβη (Bernell, 2003; Kaplan, 1999; LEAT et al., 1999). Με άλλη λόγια, η αναπηρία είναι η εμπειρία οποιασδήποτε κατάστασης που καθιστά πιο δύσκολο για ένα άτομο να κάνει ορισμένες δραστηριότητες ή να έχει πρόσβαση σε πόρους σε μια δεδομένη κοινωνία. Η αναπηρία μπορεί να εντοπίζεται στον

γνωστικό, τον αναπτυξιακό, τον σωματικό, τον αισθητηριακό τομέα ή να συναντώνται δυσκολίες σε διάφορους τομείς ταυτόχρονα. Ιστορικά, οι αναπηρίες αναγνωρίζονταν μόνο με βάση ένα μικρό σύνολο κριτηρίων - ωστόσο, η αναπηρία είναι ένα πολυπαραγοντικό ζήτημα και μπορεί να υπάρχουν μοναδικά χαρακτηριστικά ανάλογα με το άτομο. Μια αναπηρία, μπορεί να είναι ορατή ή αόρατη, ανάλογα με τη φύση της (Oliver, 2017).

Οι αναπηρίες έχουν γίνει αντιληπτές διαφορετικά σε όλη την ιστορία, μέσα από μια ποικιλία διαφορετικών θεωρητικών προσεγγίσεων. Με την πάροδο του χρόνου, επισημαίνονται στη διεθνή βιβλιογραφία διάφορα μοντέλα που έχουν αναπτυχθεί, προσπαθώντας να καθορίσουν με σαφήνεια την έννοια της αναπηρίας και ενίοτε την προέλευσή της (Bernell, 2003; Kaplan, 1999; Smart & Smart, 2006). Δύο βασικά μοντέλα που επιχειρούν να εξηγήσουν την αναπηρία στην κοινωνία μας είναι το ιατρικό και το κοινωνικό μοντέλο. Το ιατρικό μοντέλο εστιάζει στις αναπηρίες ως ανεπιθύμητη ιατρική κατάσταση που απαιτεί εξειδικευμένη θεραπεία. Όσοι υιοθετούν το ιατρικό μοντέλο τείνουν να εστιάζουν στην εύρεση των βαθύτερων αιτιών των αναπηριών, καθώς και σε τυχόν θεραπείες. Το κοινωνικό μοντέλο παρουσιάζει την αναπηρία ως έναν κοινωνικά δημιουργημένο περιορισμό σε άτομα που δεν έχουν την ίδια ικανότητα με την πλειοψηφία του πληθυσμού. Αν και τα δύο αυτά μοντέλα είναι τα πιο κοινά πλαίσια για την αναπηρία, υπάρχει μια ποικιλία άλλων μοντέλων που θεωρητικοποιούν την αναπηρία (Johnston, 1996).

Υπάρχουν πολλοί διαφορετικοί ορισμοί οι οποίοι χρησιμοποιούνται στη βιβλιογραφία για να περιγράψουν διαφορετικές πτυχές της αναπηρίας. Ενώ ορισμένοι όροι υπάρχουν αποκλειστικά για να περιγράψουν φαινόμενα που σχετίζονται με την αναπηρία, άλλοι έχουν επικεντρωθεί στον στιγματισμό και τον αποκλεισμό των ατόμων με αναπηρία. Ορισμένοι όροι

έχουν τόσο αρνητική χροιά που θεωρούνται ακατάλληλοι στη σύγχρονη επιστημονική θεώρηση της αναπηρίας. Ένα επίκαιρο σημείο διαμάχης είναι εάν είναι σκόπιμο να χρησιμοποιείται η γλώσσα πρώτου προσώπου (δηλαδή άτομο με αναπηρία) ή γλώσσα ταυτότητας (ανάπηρος) όταν αναφέρεται στην αναπηρία και σε ένα άτομο (Johnston, 1996).

Τα άτομα με αναπηρία έχουν αγωνιστεί για τα δικαιώματά τους στην κοινωνία, καθώς έχουν προκύψει πολλές αιτίες περιθωριοποίησης τους. Οι ακτιβιστές έχουν πείσει για ίσα και ισότιμα δικαιώματα ατόμων με αναπηρία βάσει νόμου, αν και εξακολουθούν να υπάρχουν ορισμένοι τομείς όπου δεν αντιμετωπίζονται δίκαια. Αυτό συμβαίνει συχνά επειδή εξακολουθούν να υπάρχουν πολιτικές που επιτρέπουν ή προωθούν την καταπίεση των ατόμων με αναπηρία. Αν και γίνονται σημαντικές προσπάθειες να αλλάξει αυτό, οι αρνητικές αντιλήψεις για τις αναπηρίες είναι διάχυτες ακόμη και στη σύγχρονη κοινωνία (Berghs et al., 2019).

## **1.2 Αισθητηριακές αναπηρίες**

Οι αισθήσεις της όρασης και της ακοής αποτελούν νευροαισθητηριακά συστήματα, τα οποία επιτρέπουν σε κάθε άνθρωπο να ερμηνεύει, να ερευνά, να προσανατολίζεται και να ανταποκρίνεται σε ερεθίσματα του περιβάλλοντός του (Schubert et al., 2017). Με άλλα λόγια, η συνδυαστική λειτουργία πολλαπλών αισθήσεων επιτρέπει στον ανθρώπινο εγκέφαλο να προσλαμβάνει και να επεξεργάζεται πλήθος πληροφοριών (Fischer et al., 2014). Η απώλεια ή μείωση της όρασης ή της ακοής, υποβαθμίζει σε ένα μεγάλο εύρος την ποιότητα ζωής του ατόμου- ακόμη και των σχέσεων του με άλλα άτομα- και περιορίζει την ανεξάρτητη διαβίωσή του αυξάνοντας πολλές φορές την ανάγκη του για παροχή υπηρεσιών φροντίδας (Schneider et

al., 2011). Ένα μεγάλο ποσοστό των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας πρόκειται να βιώσουν κάποια αισθητηριακή αναπηρία ή συνδυαστική απώλεια όρασης και ακοής (Saunders & Echt, 2007; Schneider et al., 2011; Schubert et al., 2017).

Η αισθητηριακή αναπηρία είναι μια νευρολογική διαταραχή που επηρεάζει τον τρόπο με τον οποίο ο εγκέφαλος επεξεργάζεται τις αισθητηριακές πληροφορίες. Μερικά παραδείγματα αισθητηριακής αναπηρίας είναι: τύφλωση, κώφωση, η κακή γεύση ή όσφρηση και η δυσκολία στο να αισθανθεί το άτομο άγγιγμα ή πόνο (Livneh et al., 2014). Κάποιες διαταραχές αισθητηριακού φάσματος αποτελούν:

Τύφλωση, μειωμένη/ασθενής όραση/ οπτική αναπηρία:

Ο όρος "τύφλωση και οπτική αναπηρία" καλύπτει μια ποικιλία διαταραχών, όπως η οργανική τύφλωση, η περιορισμένη οπτική οξύτητα και αχρωματοψία. Τα άτομα με προβλήματα όρασης έχουν διαφορετικές εμπειρίες από τα άτομα που είναι τυφλά (MASSOF, 2002).

Η μειωμένη/ασθενής όραση είναι μία διαταραχή η οποία συχνά παρεμβαίνει στην ικανότητα ενός ατόμου να ολοκληρώσει καθημερινές εργασίες, όπως το διάβασμα ή την οδήγηση. Τα άτομα με μειωμένη όραση μπορεί να προτιμούν να διαβάζουν γραμματοσειρές μεγάλου μεγέθους, ενώ επίσης ένα τέτοιο άτομο μπορεί να μην είναι σε θέση να αναγνωρίσει εικόνες σε απόσταση ή να μην μπορεί να διαφοροποιήσει χρώματα παρόμοιων αποχρώσεων (MASSOF, 2002).

Η τύφλωση είναι μια κατάσταση στην οποία τα άτομα πρέπει να χρησιμοποιούν βοηθήματα κινητικότητας, όπως μπαστούνια και σκύλους-οδηγούς για να πραγματοποιήσουν τυπικές καθημερινές δραστηριότητες όπως η βάδιση, με ασφάλεια. Υπάρχουν πολλές πιθανές



αιτίες για την τύφλωση όπως λόγου χάρη ο καταρράκτης, το γλαύκωμα και η ηλικιακή εκφύλιση της ωχράς κηλίδας (είναι μια κατάσταση που επηρεάζει την ωχρά κηλίδα, ένα μέρος του αμφιβληστροειδούς που είναι υπεύθυνο για την ποιότητα της όρασης (Bolt, 2005).

Γενικότερα, η οπτική αναπηρία προκαλείται από κάποιου είδους οπτική βλάβη, και αναφέρεται στην ανικανότητα ενός ατόμου ή στη μειωμένη ικανότητά του να φέρει εις πέρας μια εργασία που απαιτεί τη χρήση της αίσθησης της όρασης, με σκοπό τέτοιο ώστε να επέρχεται η επιθυμητή ποιότητα ζωής (LEAT et al., 1999). Οι ορισμοί για την τύφλωση και τη μειωμένη όραση βασίστηκαν κυρίως στη μέτρηση της οπτικής οξύτητας με τη μέγιστη δυνατή διόρθωση αυτής (Taylor, 2001). Η οπτική αναπηρία διακρίνεται σε ήπια, μέτρια, σοβαρή και ολική απώλεια όρασης. Η ήπια οπτική αναπηρία χαρακτηρίζεται από οπτική οξύτητα 6/12 μέχρι 6/18, η μέτρια από οπτική οξύτητα χειρότερη από 6/18 μέχρι 6/60, η σοβαρή από 6/60 μέχρι 3/60 και η ολική από οπτική οξύτητα μικρότερη από 3/60 στον καλύτερο οφθαλμό με την καλύτερη δυνατή διόρθωση (World Health Organization, 2021b).

Κώφωση ή η απώλεια ακοής: είναι μια κοινή αναπηρία, ενώ υπάρχουν τέσσερις βασικοί τύποι απώλειας ακοής :

- Η αγωγήμη απώλεια ακοής είναι μια κατάσταση κατά την οποία το αυτί δεν μπορεί να λάβει σωστά τον ήχο.
- Η απώλεια ακοής που προκαλείται από κάτι που εμποδίζει τον ήχο να περάσει από το εξωτερικό ή το μέσο αυτί είναι συχνή. Αυτός ο τύπος απώλειας ακοής μπορεί συχνά να αντιμετωπιστεί με φάρμακα ή χειρουργική επέμβαση.
- Η νευροαισθητήρια βαρηκοΐα είναι μια κατάσταση κατά την οποία το εσωτερικό αυτί δεν λειτουργεί σωστά.

- Απώλεια ακοής λόγω προβλήματος με το εσωτερικό αυτί ή το ακουστικό νεύρο.
- Η μικτή απώλεια ακοής αναφέρεται σε απώλεια ακοής και στα δύο αυτιά και περιλαμβάνει τόσο αγωγήμη όσο και νευροαισθητήρια απώλεια ακοής (Kramer et al., 1998).

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (WHO) ένα αρκετά εύλογο ποσοστό ατόμων παγκοσμίως- περίπου 5 %- χρειάζονται κάποιου είδους αποκατάσταση για την αντιμετώπιση ενός βαθμού απώλειας ακοής την οποία βιώνουν. Η απώλεια ακοής που θεωρείται αναπηρία αναφέρεται σε απώλεια μεγαλύτερη των 35 dB στο αυτί με την καλύτερη ακουστική ικανότητα. Όπως και στην οπτική αναπηρία έτσι και η απώλεια ακοής μπορεί να είναι ήπια, μέτρια, σοβαρή ή βαθιά (World Health Organization, 2021a). Στη βαθιά κώφωση παρατηρείται πλήρης απώλεια ακουστικής ικανότητας στο ένα ή και στα δύο αυτιά. Πιο συγκεκριμένα, η απώλεια ακοής ανέρχεται σε άνω των 90 dB στο καλύτερο αυτί ή σε ολική απώλεια ακοής και στα δύο αυτιά (Varshney, 2016).

### **1.3 Κινητική αναπηρία**

Μεταξύ των διαφόρων μορφών αναπηρίας η κινητική αναπηρία είναι μία από αυτές που συναντιούνται συχνότερα. Ένα σημαντικό ποσοστό αυτού του είδους της αναπηρίας προκαλείται συχνά από τραυματισμούς που πολλές φορές προκύπτουν από τροχαία ατυχήματα, πτώσεις, πολεμικές συγκρούσεις ή γενικότερα είναι αποτέλεσμα κάποιας βίαιης πράξης (Dhole et al., 2015). Σε πολλές περιπτώσεις, η κινητική αναπηρία ορίζεται ως η αδυναμία ενός ατόμου να συμμετέχει σε δραστηριότητες της καθημερινής ζωής που

σχετίζονται με τη λειτουργία των άκρων. Η αδυναμία αυτή μπορεί να είναι επίσης αποτέλεσμα κάποιας ασθένειας ή βλάβης σε πλήθος λειτουργικών συστημάτων, όπως του καρδιαγγειακού, νευρικού, αισθητηριακού, μυοσκελετικού ή αναπνευστικού συστήματος (Odding et al., 2001). Ωστόσο, η όλο και αυξανόμενη πρόοδος στον τομέα της τεχνολογίας και της θεραπευτικής αποκατάστασης έχει ως αποτέλεσμα άτομα με κινητικές βλάβες να μπορούν πλέον να έχουν μεγαλύτερη υποστήριξη στην καθημερινή τους διαβίωση (Remillard et al., 2017).

Κινητική αναπηρία, επομένως, είναι κάθε σωματικός περιορισμός ή αναπηρία που περιορίζει τη σωματική λειτουργία ενός ή περισσότερων άκρων ενός ατόμου. Μπορεί να είναι προσωρινή ή μόνιμη. Όπως αναφέρθηκε παραπάνω, η αιτιολογία αυτής της αναπηρίας ποικίλλει, μπορεί να αποκτηθεί μέσω ατυχημάτων, τραυματισμών, ασθενειών, μετεγχειρητικών επιπτώσεων και κληρονομικότητας (Bickenbach, 1993). Μερικά από τα σημαντικότερα παραδείγματα κινητικών αναπηριών παρουσιάζονται στις παρακάτω παραγράφους.

Εγκεφαλική παράλυση: είναι μια ομάδα διαταραχών που επηρεάζουν την ικανότητα ενός ατόμου να κινείται και να διατηρεί την ισορροπία του. Η εγκεφαλική παράλυση προκαλείται συνήθως από μη φυσιολογική ανάπτυξη του εγκεφάλου ή εγκεφαλική βλάβη που επηρεάζει την ικανότητα κάποιου να ελέγχει το μυϊκό του σύστημα. Τα συμπτώματα της εγκεφαλικής παράλυσης διαφέρουν από άτομο σε άτομο, αλλά μπορεί να περιλαμβάνουν δυσκολία στο περπάτημα ή στην ορθοστασία, μυϊκή δυσκαμψία και δυσκολία στον έλεγχο των κινήσεων. Υπάρχουν διάφοροι τύποι εγκεφαλικής παράλυσης, ο καθένας με τα δικά του συμπτώματα. Μερικοί άνθρωποι με εγκεφαλική παράλυση μπορεί να χρειάζονται ειδικό

εξοπλισμό για να περπατήσουν ή να χρησιμοποιήσουν αναπηρικό καροτσάκι, ενώ άλλοι μπορεί να μη χρειάζονται βοήθεια. Οι τραυματισμοί του νωτιαίου μυελού μπορούν επίσης να προκαλέσουν εγκεφαλική παράλυση, όπως και γενετικές ανωμαλίες όπως η δισχιδής ράχη (Kriger, 2006).

Υπάρχουν διάφοροι τύποι εγκεφαλικής παράλυσης, καθένας από τους οποίους χαρακτηρίζεται από διαφορετικά συμπτώματα. Η σπαστική εγκεφαλική παράλυση, ο πιο κοινός τύπος, χαρακτηρίζεται από μυϊκή δυσκαμψία. Άλλοι τύποι είναι η σπαστική διπληγία, η οποία επηρεάζει κυρίως τα πόδια, και η σπαστική ημιπληγία, που επηρεάζει μόνο τη μία πλευρά του σώματος, τύποι στους οποίους εμφανίζονται λιγότερο έντονα συμπτώματα. Η σπαστική τετραπληγία είναι η πιο σοβαρή μορφή εγκεφαλικής παράλυσης και επηρεάζει όλα τα άκρα του σώματος, συμπεριλαμβανομένου του κορμού και του προσώπου (Baxter, 2007).

Ο τραυματισμός του νωτιαίου μυελού είναι μια πάθηση που υποδηλώνει βλάβη σε οποιοδήποτε τμήμα του νωτιαίου μυελού ή στις νευρικές ίνες στο τέλος του νωτιαίου σωλήνα. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε μόνιμη απώλεια δύναμης, αίσθησης και λειτουργικότητας. Σύμφωνα με την κλίμακα βαθμολόγησης της Αμερικανικής Ένωσης Κακώσεων Σπονδυλικής Στήλης (ASIA – American Spinal Injury Association), η βλάβη του νωτιαίου μυελού μπορεί να ταξινομηθεί ως Α, Β, Γ ή Δ (Behrman & Harkema, 2000).

Η δισχιδής ράχη είναι ένα μία πάθηση με γενετικό υπόβαθρο που εμφανίζεται όταν η σπονδυλική στήλη και ο νωτιαίος μυελός δεν σχηματίζονται σωστά κατά την εμβρυϊκή ηλικία. Αυτή η ελλιπής ανάπτυξη μπορεί να οδηγήσει σε προβλήματα στην κινητικότητα του ατόμου, ενώ μπορεί να είναι και θανατηφόρα πάθηση εάν δεν αντιμετωπιστεί. Υπάρχουν τρεις τύποι δισχιδούς ράχης: κρυφή, μυελομηνιγγοκήλη και μηνιγγοκήλη. Ο κρυφός τύπος είναι ο

πιο ήπιος και πιο κοινός και πολλά άτομα με αυτόν τον τύπο δεν γνωρίζουν καν ότι τον έχουν μέχρι να υποβληθούν σε εξειδικευμένη ιατρική εξέταση. Αυτός ο τύπος δισχιδούς ράχης συνήθως δεν έχει εμφανή συμπτώματα. Η μυελομηνιγγοκήλη είναι ο πιο σοβαρός τύπος δισχιδούς ράχης, που χαρακτηρίζεται από έναν ανοιχτό σπονδυλικό σωλήνα κατά μήκος αρκετών σπονδύλων στο κάτω ή στη μέση της πλάτης. Τα συμπτώματα μπορεί να περιλαμβάνουν αδυναμία ή παράλυση στα κάτω άκρα, πόνο στην πλάτη και προβλήματα με τη λειτουργία του εντέρου και της ουροδόχου κύστης (Mitchell et al., 2004).

#### **1.4 Νοητική αναπηρία**

Τα άτομα με νοητική αναπηρία χρήζουν σε πολλές περιπτώσεις δια βίου υποστήριξης στην εκπαίδευση, την εργασία, την υγειονομική περίθαλψη αλλά και την ενίσχυση της ικανότητας να ζουν ανεξάρτητα, να ενσωματωθούν και να συμμετέχουν ως ισότιμα μέλη στην εκάστοτε κοινωνία (Patel et al., 2018). Για τον λόγο αυτό, η νοητική αναπηρία έχει αντίκτυπο τόσο στην οικογένεια του ατόμου όσο και στην κοινωνία στο σύνολό της (Shree & Shukla, 2016). Χαρακτηρίζεται από αξιοσημείωτους περιορισμούς και ελλείμματα στη νοητική ικανότητα και λειτουργία του ατόμου, στην προσαρμοστική του συμπεριφορά και στις κοινωνικές δεξιότητες. Ανιχνεύεται κατά το αναπτυξιακό στάδιο, δηλαδή μέχρι την πρώιμη νεανική περίοδο (Patel et al., 2018; Schalock et al., 2018; Shree & Shukla, 2016). Το IQ των ατόμων με νοητική αναπηρία μπορεί να είναι 70 ή χαμηλότερο (Carvill, 2001) και τα άτομα αυτά παρουσιάζουν σημαντική διαφορά στον ρυθμό και την αποτελεσματικότητα με την

οποία προσλαμβάνουν, χρησιμοποιούν και ανακαλούν στη μνήμη τους νέες γνώσεις σε σχέση με τον γενικό πληθυσμό (Shree & Shukla, 2016).

Στο Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Edition (DSM-5), η διανοητική λειτουργία ορίζεται ως συλλογισμός, επίλυση προβλημάτων, σχεδιασμός, αφηρημένη σκέψη, κρίση, ακαδημαϊκή μάθηση, διδασκαλία και μάθηση από την εμπειρία και πρακτικές δεξιότητες όπως επιβεβαιώνονται τόσο από κλινικές αξιολογήσεις όσο και από τυποποιημένα τεστ. Η προσαρμοστική συμπεριφορά ορίζεται ως προς τις εννοιολογικές, κοινωνικές και πρακτικές δεξιότητες, συμπεριλαμβανομένων των καθηκόντων που εκτελούν οι άνθρωποι στην καθημερινή τους ζωή (Schalock et al., 2010).

Η νοητική αναπηρία υποδιαιρείται σε συνδρομικές και μη συνδρομικές νοητικές αναπηρίες. Οι συνδρομικές διανοητικές αναπηρίες, όπως το σύνδρομο Down και το σύνδρομο εύθραυστου Χ, χαρακτηρίζονται από σημεία και συμπτώματα που σχετίζονται με άλλα ιατρικά προβλήματα και προβλήματα συμπεριφοράς. Οι μη συνδρομικές διανοητικές αναπηρίες, οι οποίες είναι και οι πιο συχνές, εμφανίζονται χωρίς οποιεσδήποτε σχετικές ανωμαλίες. Η διανοητική αναπηρία επηρεάζει περίπου το 2 έως 3% του γενικού πληθυσμού, ενώ το 75 %- 90% των προσβεβλημένων έχουν ήπια διανοητική αναπηρία. Οι μη συνδρομικές περιπτώσεις αντιπροσωπεύουν το 30% έως 50% αυτών των περιπτώσεων. Περίπου το ένα τέταρτο του συνόλου των περιπτώσεων οφείλονται σε γενετική διαταραχή, και περίπου το 5% των περιπτώσεων είναι κληρονομικές (Gable & Gostin, 2009).

Η νοημοσύνη είναι η γενική νοητική ικανότητα που περιλαμβάνει συλλογισμό, προγραμματισμό, επίλυση προβλημάτων, αφηρημένο συλλογισμό, κατανόηση σύνθετων ιδεών, αποτελεσματική μάθηση και εκμάθηση από την εμπειρία. Οι προσαρμοστικές

δεξιότητες περιλαμβάνουν την ικανότητα εκτέλεσης προσαρμοσμένων στην ηλικία δραστηριοτήτων της καθημερινής ζωής. Δύο διαφορετικά συστήματα για την ταξινόμηση της νοητικής αναπηρίας που χρησιμοποιούνται στις Ηνωμένες Πολιτείες είναι αυτό της Αμερικανικής Ένωσης για τις Νοητικές και Αναπτυξιακές Αναπηρίες (AAIDD – American Association on Intellectual and Developmental Disabilities) και όπως προαναφέρθηκε το Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Edition (DSM-5) , το οποίο δημοσιεύεται από την Αμερικανική Ψυχιατρική Εταιρεία. Και τα δύο συστήματα ταξινομούν τη σοβαρότητα της νοητικής αναπηρίας, σύμφωνα με το επίπεδο υποστήριξης που απαιτείται για την επίτευξη της βέλτιστης αυτόνομης λειτουργίας ενός ατόμου (Harris, 2013) (Πίνακας 1).

Πίνακας 1. Κατηγοριοποίηση της Νοητικής Αναπηρίας κατά το DSM-5

Κατηγορία σοβαρότητας	Επιπολασμός	DSM-IV Criteria (σοβαρότητα με βάση το IQ)	DSM-5 Criteria (σοβαρότητα ανάλογα με την ανάγκη υποστήριξης)	AAIDD Criteria (σοβαρότητα ανάλογα με την ανάγκη υποστήριξης)	SSI Listings Criteria
Ήπια	85%	Εύρος IQ 50–69	Μπορεί να ζήσει ανεξάρτητα με ελάχιστα επίπεδα υποστήριξης.	Χρειάζεται ενδιάμεση υποστήριξη κατά τη διάρκεια μεταβάσεων ή περιόδων αβεβαιότητας..	IQ 60-70 και σωματική ή πνευματική αναπηρία που περιορίζει σημαντικά την ικανότητα κάποιου να λειτουργήσει.

Κατηγορία σοβαρότητας	Επιπολασμός	DSM-IV Criteria (σοβαρότητα με βάση το IQ)	DSM-5 Criteria (σοβαρότητα ανάλογα με την ανάγκη υποστήριξης)	AAIDD Criteria (σοβαρότητα ανάλογα με την ανάγκη υποστήριξης)	SSI Listings Criteria
Μέτρια	10%	Εύρος IQ 36–49	Η ανεξάρτητη διαβίωση μπορεί να είναι εφικτή με μέτρια επίπεδα υποστήριξης, όπως αυτά που είναι διαθέσιμα σε ομαδικά σπίτια.	Απαιτείται περιορισμένη υποστήριξη στις καθημερινές καταστάσεις.	Η βαθμολογία IQ ενός ατόμου 59 ή λιγότερο θεωρείται έγκυρο μέτρο νοημοσύνης.
Σοβαρή	3.5%	IQ εύρος 20–35	Απαιτεί βοήθεια σε καθημερινή βάση για την εκτέλεση απλών δραστηριοτήτων και για την ασφάλεια.	Χρειάζεται εκτενής υποστήριξη για την ασφαλή εκτέλεση δραστηριοτήτων	Καλή επίδοση στις λεκτικές δεξιότητες, εύρος IQ από 59 και κάτω
Προφανής	1.5%	IQ <20	Χρειάζεται υποστήριξη σε 24ωρη βάση	Υποστήριξη για όλους τους τομείς των καθημερινών δραστηριοτήτων	Καλή επίδοση στις λεκτικές δεξιότητες, εύρος IQ από 59 και κάτω



## **1.5 Ψυχικές διαταραχές ως αναπηρία**

Όπως αναφέρει ο Rudnick (2013), η έννοια της ψυχιατρικής αναπηρίας δεν έχει ακόμη πλήρως αποσαφηνιστεί. Ωστόσο, έχει αποδειχτεί πως η φύση μιας οποιασδήποτε ψυχικής διαταραχής καθορίζεται από συγκεκριμένα συμπτώματα, τα οποία με τη σειρά τους οδηγούν τα άτομα πολλές φορές σε μη αποδεκτές νόρμες συμπεριφοράς, ψυχοκοινωνικά προβλήματα και γενικότερους περιορισμούς στην καθημερινή τους ζωή (Ezpeleta et al., 2001). Κατά τον Corrigan (2016), ο λόγος που οδηγεί στην ψυχιατρική αναπηρία είναι κάποιας μορφής ψυχιατρική ασθένεια (πχ διπολική διαταραχή, σχιζοφρένεια κ.α.) και τα άτομα με ψυχική αναπηρία αδυνατούν να επιτύχουν συγκεκριμένους στόχους, που σχετίζονται με την καθημερινή τους ζωή, την ηλικία και το κοινωνικό πλαίσιο στο οποίο διαβιούν, για μεγάλα χρονικά διαστήματα. Με άλλα λόγια, αυτό σημαίνει ότι μία ψυχιατρική ασθένεια που μπορεί να διαγνωστεί αποτελεί τη βάση της ψυχιατρικής αναπηρίας, καθώς και ότι ένα άτομο με ψυχιατρική ασθένεια αδυνατεί να επιτύχει συγκεκριμένους σημαντικούς στόχους ζωής εξαιτίας αυτής. Τέλος, τόσο η ίδια η ψυχική ασθένεια όσο και η επίδρασή της στην επίτευξη των στόχων ζωής του ατόμου επιμένουν για εύλογα χρονικά διαστήματα- σε πολλές περιπτώσεις για χρόνια (Corrigan , 2016).

## **1.6 Χορός**

Ο χορός αποτελεί μια μορφή σωματικής δραστηριότητας με ποικίλα οφέλη για τον άνθρωπο. Κάποια από αυτά τα οφέλη περιλαμβάνουν την ισορροπία, τη χωρική αντίληψη, την ευελιξία, τη ενίσχυση της μυϊκής δύναμης αλλά και την αντοχή (Albright, 2010). Όπως

και με κάθε τέχνη, η έννοια του χορού είναι πολυδιάστατη και δύσκολο να αποτυπωθεί με λίγα λόγια. Κατά τον Kraus (1980) : *«Ο χορός είναι μια τέχνη που εκτελείται από μεμονωμένα άτομα ή από ομάδες ατόμων, που υπάρχουν στον χρόνο και στον χώρο, και στην οποία το ανθρώπινο σώμα είναι το εργαλείο και η κίνηση είναι το μέσο. Η κίνηση έχει στυλ, και ολόκληρο το χορευτικό έργο χαρακτηρίζεται από μορφή και δομή. Ο χορός συνήθως εκτελείται με τη συνοδεία μουσικών ή άλλων ρυθμικών οργάνων και έχει έναν πρωταρχικό σκοπό: την έκφραση εσωτερων συναισθημάτων, αν και συχνά εκτελείται για κοινωνικούς, λατρευτικούς, ψυχαγωγικούς ή άλλους σκοπούς.»*

Ο χορός στην πιο απλή του μορφή είναι η κίνηση του σώματος σε μια σειρά βημάτων που συνήθως συνοδεύονται από μουσική. Για τον μέσο άνθρωπο, ο χορός είναι μια διασκεδαστική δραστηριότητα που γίνεται σε κοινωνικό πλαίσιο. Θεωρείται επίσης ως μια μορφή ψυχαγωγίας. Ωστόσο, όταν ζητάτε από έναν χορευτή να περιγράψει τι σημαίνει χορός, ο ορισμός είναι βαθύτερος. Για έναν χορευτή ο χορός είναι μέθοδος μετάδοσης συναισθημάτων μέσω κινήσεων του σώματος χωρίς χρήση λέξεων. Είναι μία εκφραστική τέχνη που λέει μια ιστορία, δηλαδή μια διαφορετική και ολοκληρωμένη γλώσσα. Για πολλούς, ο χορός είναι τρόπος ζωής. Επειδή είναι μια μορφή τέχνης που εμφανίζεται στο κοινό, ο χορός συχνά επικρίνεται τόσο από επαγγελματίες χορευτές όσο και από μη χορευτές. Ως αποτέλεσμα, δημιουργούνται πολλές προκατειλημμένες απόψεις σχετικά με το τι χρειάζεται για να είσαι χορευτής, καθώς και σχετικά με το τι χρειάζεται για να μοιάζεις με χορευτή. Από αυτές τις απόψεις γεννιούνται τα στερεότυπα των χορευτών (Levy, 1988).

Επιπλέον, ο χορός είναι μια μορφή τέχνης που περιλαμβάνει αλληλουχίες κινήσεων με αισθητική και συχνά συμβολική αξία. Μπορεί να κατηγοριοποιηθεί με βάση το χορογραφικό στυλ, το ρεπερτόριο των κινήσεών του, την ιστορική περίοδο ή τον τόπο καταγωγής του. Υπάρχει μεγάλη διαφορά μεταξύ του χορού στο θέατρο και του χορού που χορεύουν οι άνθρωποι στην καθημερινότητά τους. Στο θέατρο, ο χορός χρησιμοποιείται για να κάνει μια ιστορία πιο ενδιαφέρουσα. Οι άνθρωποι μπορούν επίσης να χορεύουν στην καθημερινότητά τους, αλλά όχι πάντα για διασκέδαση. Ο χορός μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί ως άσκηση και σε μερικές περιπτώσεις, αποτελεί και μία μορφή συναγωνισμού (Carey et al., 2019).

Ο χορός είναι μια μορφή τέχνης που απαιτεί τόσο γνωστική εστίαση όσο και σωματική δύναμη. Επιτρέπει στους ανθρώπους να εκφραστούν δημιουργικά μέσω της κίνησης και μπορούν να τον απολαύσουν τόσο στη σκηνή όσο και στον κινηματογράφο. Ο χορός συχνά θεωρείται ότι είναι πολύ ευχάριστος αισθητικά (Carey et al., 2019).

Επιπρόσθετα, ο χορός είναι σημαντικός στην κοινωνία γιατί βοηθά τους ανθρώπους να διασκεδάσουν, να παραμείνουν υγιείς, να δείξουν την πολιτιστική τους κληρονομιά και να μάθουν νέες δεξιότητες. Οι άνθρωποι χρησιμοποιούν τον χορό με διαφορετικούς τρόπους, και μερικοί τον χρησιμοποιούν επαγγελματικά, ως τρόπο δηλαδή για να βγάλουν τα προς το ζην. Πραγματοποιείται σε τελετουργίες, λατρείες, κοινωνικές εκδηλώσεις και αποτελεί εργαλείο διασκέδασης εδώ και χιλιάδες χρόνια (Kassing, 2007).

Σήμερα, ο χορός εξακολουθεί να αποτελεί μέρος των παραδοσιακών εκδηλώσεων, αλλά και στοιχείο νέων και καινοτόμων εμπειριών. Ο χορός είναι η πιο εφήμερη από όλες τις τέχνες, αν και η πρόοδος στην τεχνολογία βίντεο έχει επηρεάσει τον τρόπο με τον οποίο

μπορεί να ηχογραφηθεί και να παρακολουθηθεί. Αυτό που είναι μοναδικό σε αυτή τη μορφή τέχνης είναι ότι είναι επίσης προσβάσιμος από πολλά άτομα του γενικού πληθυσμού, διότι το σώμα είναι αρκετό για να δημιουργήσει τέχνη μέσω της κίνησης. Ενώ ο χορός είναι ο πιο συνηθισμένος τρόπος με τον οποίο οι άνθρωποι αλληλεπιδρούν με αυτήν την τέχνη, άλλα είδη χορευτικών εμπειριών περιλαμβάνουν τη δημιουργία χορογραφίας, την προβολή και την ανάλυση του χορού (Kassing, 2007).

## **2<sup>ο</sup> ΚΕΦΑΛΑΙΟ: ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΘΕΜΕΛΙΩΣΗ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ- ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ**

### **2.1 Χορός στην εκπαίδευση**

Η εκπαίδευση χωρίς αποκλεισμούς παιδιών και εφήβων με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες ή οποιασδήποτε μορφής αναπηρία, αποτελεί κύριο μέλημα και βασική πολιτική πολλών κρατών παγκοσμίως και βασίζεται στα θεμελιώδη ανθρώπινα δικαιώματα για ισότιμη συμμετοχή σε όλα τα αγαθά (Lindsay, 2003). Με την πάροδο του χρόνου όλο και περισσότεροι παιδαγωγοί και φιλόσοφοι ενίσχυσαν και υποστήριξαν τη χρήση της κίνησης ως μαθησιακό εργαλείο κατά τη διάρκεια της εκπαιδευτικής διαδικασίας (Skoning, 2008).

Ο στόχος της εκπαίδευσης χορού είναι να ενημερώσει και να ενισχύσει τους μαθητές ώστε να εκτιμήσουν και να συμμετέχουν στις διάφορες πτυχές του χορού: δημιουργία/χορογραφία, παράσταση και ανταπόκριση στον χορό. Οι μαθητές μαθαίνουν την τέχνη της χορογραφίας, η οποία τους δίνει την ευκαιρία να γίνουν δημιουργικοί καλλιτέχνες καθώς εξασκούνται χρησιμοποιώντας μια ποικιλία χορογραφικών εργαλείων. Στην εκπαιδευτική διαδικασία διδάσκεται ένα ευρύ φάσμα στυλ και τεχνικών χορού, από παραδοσιακούς λαϊκούς χορούς έως πολύ ανεπτυγμένο κλασικό μπαλέτο ή σύγχρονες τεχνικές, από εθνικούς και πολιτιστικούς χορούς όπως αυτοί της Ινδίας ή της Αφρικής, μέχρι σύγχρονους χορούς. Η εκμάθηση της κατανόησης και της ερμηνείας μιας παράστασης χορού μπορεί να προκαλέσει τη δια βίου ενασχόληση με τον χορό. Όταν δίνεται σε μαθητές η ευκαιρία να παρακολουθήσουν παραστάσεις χορού, ζωντανά ή σε βίντεο, τους βοηθά να αναγνωρίσουν τι κάνει τις χορευτικές κινήσεις ενδιαφέρουσες, ουσιαστικές ή καλλιτεχνικές

για αυτούς. Οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει επίσης να ενθαρρύνουν τα παιδιά να κάνουν εκφραστικές κινήσεις. Η ενθάρρυνση των παιδιών να εκφραστούν με ελεύθερο χορό με μουσική, ή με χορευτικά παιχνίδια τα βοηθά να αποκτήσουν πολύτιμες δεξιότητες. Ο χορός μπορεί να ενταχθεί στα μαθήματα φυσικής αγωγής και μουσικής στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση. Ωστόσο, διδάσκεται καλύτερα ως ξεχωριστή επιστήμη από δασκάλους που είναι ειδικοί στη διδασκαλία αυτού και τη δημιουργική κίνηση. Ο χορός μπορεί επίσης να είναι αναπόσπαστο συστατικό της ακαδημαϊκής μάθησης σε πιο πολύπλευρα προγράμματα σπουδών (Brinson, 2004).

Οι μεθοδολογίες του χορού που χρησιμοποιούνται στην εκπαίδευση, απαιτούν από τους μαθητές να εκπαιδευτούν σχετικά με τη χορογραφία. Ξεκινούν μαθαίνοντας μια ποικιλία χορογραφικών τεχνικών και διαδικασιών και στη συνέχεια πειραματίζονται με τη δημιουργία και τη σύλληψη των δικών τους χορευτικών κινήσεων. Εξερευνούν διαφορετικές πηγές καλλιτεχνικής έμπνευσης και χρησιμοποιούν διαφορετικές συνθήκες για να μάθουν πώς οι χορογράφοι παίρνουν τις ιδέες τους. Επίσης, οι μαθητές μαθαίνουν πώς να οργανώνουν και να αναπτύσσουν τις ιδέες τους σε ένα χορογραφικό αποτέλεσμα (Kassing & Jay, 2020).

Οι μαθητές μαθαίνουν να δημιουργούν χορούς χρησιμοποιώντας μια ποικιλία χορογραφικών κινήσεων και δομών αλλά και χρησιμοποιώντας αυτοσχεδιασμό, πειραματισμό, συνεργασία και αναστοχασμό για να βρουν νέες μεθόδους. Εξερευνούν τρόπους έκφρασης συναισθημάτων και ιδεών μέσω της κίνησης και τελικά αναπτύσσουν μια καλλιτεχνική δήλωση που επικοινωνεί τις προσωπικές, πολιτιστικές και καλλιτεχνικές τους απόψεις. Αφού αφομοιώσουν τα βασικά στοιχεία, οι μαθητές μαθαίνουν στη συνέχεια πώς να βελτιώνουν τη χορογραφία τους παίρνοντας ανατροφοδότηση από τους συμμαθητές και τους

εκπαιδευτικούς και εξετάζοντας τη σύνθεση της δουλειάς τους με νέους τρόπους. Μαθαίνουν επίσης να χρησιμοποιούν λεκτικά και γραπτά σύμβολα για να επικοινωνούν τις ιδέες και τις προθέσεις τους και χρησιμοποιούν διάφορα μέσα για να καταγράφουν τις χορευτικές κινήσεις και τις συνθέσεις τους (Kassing & Jay, 2020).

Αρκετά εκπαιδευτικά συστήματα παγκοσμίως, ενθαρρύνουν τους μαθητές να χρησιμοποιούν τον χορό για να εκφραστούν με διάφορους τρόπους. Μαθαίνοντας πώς το σώμα αλληλεπιδρά με τον χώρο, τον χρόνο, τη μουσική και την ενέργεια, οι μαθητές μπορούν να αναπτύξουν τις μουσικές και εκφραστικές τους δεξιότητες. Μπορούν επίσης να μάθουν να αναγνωρίζουν και να ερμηνεύουν ρυθμούς, τέμπο και φράσεις. Επιπλέον, κατανοώντας την ενέργεια και τη δυναμική, οι μαθητές μπορούν να χρησιμοποιήσουν τις χορευτικές τους δεξιότητες για να εκφραστούν. Οι μαθητές μαθαίνουν επίσης να αναγνωρίζουν διαφορετικά είδη κίνησης και αναπτύσσουν λεξιλόγιο για να περιγράψουν τα χαρακτηριστικά κίνησης. Διακρίνουν τις κινητικές ιδιότητες, μαθαίνουν πώς να ελέγχουν τη δική τους ενέργεια και να επιλέγουν την καλύτερη δυναμική για την απόδοσή τους. Ενσαρκώνουν τον χορό αναπτύσσοντας και τελειοποιώντας καλλιτεχνικές τεχνικές και προετοιμάζοντας το μυαλό και το σώμα τους για παράσταση. Αρχικά, οι μαθητές μαθαίνουν πώς να κινούνται σε απλούς ή σύνθετους σχηματισμούς διατηρώντας παράλληλα τον προσωπικό τους χώρο (Zitomer, 2016).

Ο χορός είναι ένας τρόπος για να γίνει εκμάθηση του πώς κινείται το σώμα με τρόπους που είναι χρήσιμοι και στην καθημερινή ζωή. Η εκμάθηση και η βελτίωση της τεχνικής βοηθάει στη βελτίωση της ισορροπίας, της ευκινησίας και της μυϊκής δύναμης. Επιπλέον, η

εκμάθηση βασικών χορευτικών κινήσεων μπορεί να προκαλέσει τη βελτίωση της ακρίβειας και της απόδοσής (Pakes, 2017).

Ο χορός είναι ένας διασκεδαστικός και συναρπαστικός τρόπος για να αναδειχτούν οι δεξιότητες και η δημιουργικότητά των μαθητών. Κατά την εκμάθηση χορού, είναι σημαντικό να γίνει χρήση μιας ποικιλίας στοιχείων προκειμένου οι χορευτικές παραστάσεις να γίνουν πιο ξεχωριστές. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει πράγματα όπως στηρίξεις, φωτισμό, κοστούμια και σκηνικά. Επιπλέον, η παρουσίαση των χορευτικών παραστάσεων σε διαφορετικούς χώρους μπορεί να βοηθήσει τους μαθητές στην εξοικείωση με νέα περιβάλλοντα εργασίας αλλά και με την παρουσίαση της δουλειάς τους σε άλλα άτομα (Hsia et al., 2016).

Το κλειδί για την απόλαυση μιας παράστασης χορού είναι η κατανόηση του σκοπού και του νοήματος του καλλιτέχνη πίσω από το έργο. Οι μαθητές μαθαίνουν να αναλύουν και να ερμηνεύουν τις χορογραφίες για να κατανοήσουν καλύτερα τη μορφή και το περιεχόμενό τους. Αυτό τους επιτρέπει να εκτιμήσουν και να ανταποκριθούν στον χορό με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Επίσης, εξετάζοντας διαφορετικούς τύπους χορών και ειδών, οι μαθητές μπορούν να βρουν κοινά μοτίβα κίνησης, θέματα και ιδέες (Raheb et al., 2019).

Συγκρίνοντας διαφορετικούς τύπους χορών και κινήσεων, τα παιδιά μαθαίνουν να βλέπουν τι καθιστά το κάθε είδος ξεχωριστό. Αυτό, τους βοηθά να καταλάβουν γιατί τα διαφορετικά στυλ χορού είναι ιδιαίτερα και επίσης τους βοηθά να κατανοήσουν καλύτερα την τέχνη σε γενικότερο πλαίσιο. Ο χορός ερμηνεύεται κοιτάζοντας την πρόθεση του καλλιτέχνη, τον τρόπο που εκτελέστηκε ο χορός και τον τρόπο που χρησιμοποιήθηκε η κίνηση στο πλαίσιο της παράστασης. Τα παιδιά μαθαίνουν να αναλύουν τον χορό παρακολουθώντας



παραστάσεις και συζητώντας τι βλέπουν με άλλους μαθητές και με τους εκπαιδευτικούς. Μαθαίνουν, επίσης να εκφράζουν τις σκέψεις τους για τις χορευτικές κινήσεις και τις θεωρίες τους για το τι μπορεί να εννοούσε ο καλλιτέχνης με αυτές (Raheb et al., 2019).

Τα κριτήρια για την αξιολόγηση του χορού μπορούν επίσης να βοηθήσουν τους μαθητές να κατανοήσουν τι κάνει τη χορευτική κίνηση ενδιαφέρουσα, ουσιαστική ή καλλιτεχνική. Αυτό μπορεί να τους βοηθήσει να ερμηνεύσουν συγκεκριμένα χαρακτηριστικά διαφορετικών ειδών χορού και πολιτιστικών χορών, με βάση τις δικές τους προσωπικές αξίες και προτιμήσεις (Gilbert, 2018). Ο χορός μπορεί να βοηθήσει στη σύνδεση και την αλληλεπίδραση με άλλους ανθρώπους και πολιτισμούς με τρόπους που έχουν νόημα. Μαθαίνοντας την αναγνώριση των ομοιοτήτων και των διαφορών ανάμεσα στις χορευτικές κινήσεις, μπορεί να γίνουν καλύτερα κατανοητά τα συναισθήματα και οι ιδέες που εκφράζονται σε ένα χορευτικό έργο. Αυτή η γνώση μπορεί να βοηθήσει στην καλύτερη κατανόηση των μεγάλων ιδεών που υπάρχουν σε ένα έργο (Stinson, 2016).

Οι μαθητές μαθαίνουν για διαφορετικά στυλ χορού ερευνώντας, παρακολουθώντας μια διάλεξη ή ολοκληρώνοντας ένα έργο. Αυτό τους βοηθά να κατανοήσουν την ιστορία και το πλαίσιο του χορού, γεγονός που τον κάνει πιο προσωπικό και ουσιαστικό για αυτούς. Ο χορός είναι παντού γύρω μας και παρατηρώντας τον στα σπίτια, τις κοινότητές μας και στα μέσα ενημέρωσης, μπορούμε να μάθουμε περισσότερα γι' αυτόν. Στη συνέχεια, παρακολουθώντας χορούς που παίζονται στο φυσικό τους περιβάλλον ή σε μια συγκεκριμένη χρονική περίοδο, οι μαθητές μπορούν να μάθουν περισσότερα για το πώς οι διαφορετικοί πολιτισμοί βιώνουν τον χορό. Επιπλέον, στη χρήση του χορού στην εκπαιδευτική διαδικασία, δίνεται έμφαση στις

ασκήσεις που βοηθούν τους μαθητές να βελτιώσουν τις δεξιότητες γραφής και επικοινωνίας τους που θα τους βοηθήσουν να συνδεθούν πιο βαθιά με τον χορό (Matzner, 2015).

## **2.2 Χορός στην εκπαίδευση ατόμων με αναπηρίες**

Οι μελέτες και οι θεωρίες για την αναπηρία αναπτύσσονται από άτομα που μελετούν τον πολιτισμό και την κοινωνιολογία. Ωστόσο, πολλές από τις ιδέες που προέρχονται από τον χώρο του χορού μπορεί να είναι πολύ χρήσιμες όταν πρόκειται για την κατανόηση της αναπηρίας. Ο χορός είναι ένα πεδίο που συχνά επικεντρώνεται στις αντιφάσεις σε σχέση με το σώμα, γεγονός που τον καθιστά εξαιρετικό πεδίο για την διερεύνηση των θεωριών της αναπηρίας.

Η Ann Cooper Albright είναι μία καταξιωμένη επιστήμονας σχετικά με τη θεωρία του χορού αλλά και χορογράφος. Έχει γράψει για τη σχέση μεταξύ χορού και αναπηρίας και πώς μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να εξερευνήσει κοινωνικές κατασκευές σχετικά με το σώμα, θέματα σωματικής ικανότητας, υποκειμενικότητας και πολιτισμού. Αφηγείται την ιστορία της δικής της εμπειρίας με αναπηρία για σύντομο χρονικό διάστημα, και πώς αυτό της έχει δείξει πως τα σώματα των ατόμων με αναπηρία παραμελούνται από την κοινωνία και αυτό καθιστά ριζοσπαστική πράξη την εκτέλεση κάποιας μορφής καλλιτεχνικής έκφρασης που σχετίζεται με την κίνηση σε βαθμό που πλησιάζει την υπέρβαση (Albright, 2013). Ο χορός είναι σημαντικός όταν μιλάμε για αναπηρία γιατί μπορεί να βοηθήσει τους ανθρώπους να καταλάβουν πώς όλοι οι άνθρωποι διαφέρουν μεταξύ τους και πώς αυτές οι διαφορές μπορεί να είναι σημαντικές. Για παράδειγμα, νωρίς στην ιστορία του θεατρικού χορού, οι άνθρωποι ήθελαν έναν ιδανικό σωματότυπο. Αυτό σήμαινε ότι τα άτομα με αναπηρία δεν

περιλαμβάνονταν συχνά στον χορό. Όμως, στη σύγχρονη θεώρηση του χορού, υπάρχει η αντίληψη ότι όλοι οι άνθρωποι έχουν θέση σε αυτόν και αυτό περιλαμβάνει και τα άτομα με αναπηρία. Στη βιβλιογραφία έχουν μελετηθεί ιστορικές πηγές για την εύρεση περισσότερων πληροφοριών σχετικά με το πώς η εξιδανίκευση του σώματος στον χορό έχει αλλάξει με την πάροδο του χρόνου (Clabaugh & Morling, 2004). Κατά τη διάρκεια της ρομαντικής εποχής, η ιδανική χορεύτρια ήταν γυναίκα, αιθέρια, επιδέξια, ψηλή, αδύνατη και ευέλικτη. Ωστόσο, η Albright μελέτησε πώς ο χορός βοήθησε στη δημιουργία ενός ιδανικού σωματότυπου και πώς αυτός ο σωματότυπος βασίζεται σε υπάρχοντα στερεότυπα. Πολλοί επαγγελματίες του χώρου αμφισβητούν στη σύγχρονη εποχή αυτά τα στερεότυπα (Albright, 2010).

Ο χορός είναι ένας τρόπος για να αναδείξει κάποιος τις ικανότητές του και να αισθανθεί όμορφα. Ωστόσο, μερικοί άνθρωποι δεν έχουν τις ίδιες σωματικές ικανότητες με άλλους ανθρώπους, κάτι που πρέπει να είναι αποδεκτό. Ακόμη τα άτομα με λιγότερες δεξιότητες μπορούν να χορέψουν, και αυτό είναι και ένα από τα βασικά αντικείμενα του επιστημονικού πεδίου που διερευνά την επίδραση του χορού στην ψυχοσύνθεση των ατόμων με αναπηρίες. Αρκετές μελέτες στον τομέα αυτό, συμπεραίνουν ότι ο όρος αναπηρία μπορεί να έχει αρνητική σημασία, και επίσης διαφωνούν με τη χρήση του όρου «αναπηρία» επειδή βασίζεται στην ταυτότητα κάποιου. Οι μελέτες αναλύουν το πώς έχει εδραιωθεί η ιδέα του «ιδανικού σώματος» και πώς η ιδέα αυτή οδηγεί στον αποκλεισμό. Συμπεραίνουν επίσης ότι γενικότερα η μελέτη σχετικά με τον χορό και την αναπηρία έχει περιορισμούς οι οποίοι καθιστούν ακόμη πιο δύσκολη την αποδοχή των χορευτών με αναπηρία. Ειδικότερα, επισημαίνει πως οι κριτικοί χορού, παλιότερα ήταν απρόθυμοι να εξετάσουν το θέμα του χορού και της αναπηρίας, επειδή η πραγματικότητα της αναπηρίας μπορεί συχνά να

διαταράζει τις πολιτιστικές αναπαραστάσεις και τις θεωρητικές ιδέες που πρεσβεύονται από τον χορό (Whatley, 2007).

Υπάρχουν πολλοί άνθρωποι που πιστεύουν ότι ο χορός και τα άτομα με αναπηρία δε συνδυάζονται, αλλά αυτή η πεποίθηση έχει καταρριφθεί σήμερα. Ο χορός είναι ένας πραγματικά αποτελεσματικός τρόπος για διασκέδαση και για την απόκτηση καλής φυσικής κατάστασης, ενώ τα άτομα με αναπηρία μπορούν να λάβουν μέρος σε τέτοιους είδους δραστηριότητες εξίσου καλά με οποιονδήποτε άλλο και να έχουν αντίστοιχα αποτελέσματα (Cheesman, 2014). Η καλλιτέχνης Petra Kupperts έχει υποστηρίξει ότι όταν τα άτομα με αναπηρία εκτελούν χορευτικές κινήσεις, συχνά δε θεωρούνται ως ερμηνευτές, αλλά ως άτομα με «ειδικές ανάγκες». Στην ίδια μελέτη υποστηρίζεται ότι το να είναι κάποιος ανάπηρος είναι μια ταμπέλα που δίνεται σε άτομα που έχουν διαφορετικό τρόπο ύπαρξης σε σύγκριση με την πλειοψηφία του γενικού πληθυσμού. Αυτή η πεποίθηση, μπορεί να κάνει τα άτομα με αναπηρία να αισθάνονται περιθωριοποιημένα και εκτός κοινωνικού συνόλου (Kupperts, 2000).

Στην πρόσφατη βιβλιογραφία, αναφέρεται ότι φράσεις όπως "μαύρος" και "θηλυκός" χρησιμοποιούνταν για να χωρίσουν τους ανθρώπους σε διαφορετικές ομάδες και ότι τέτοιου είδους φράσεις μπορεί να έχουν μεγάλο αντίκτυπο σε άτομα που προσδιορίζονται ως άτομα με αναπηρία. Αναφέρεται επίσης ότι, ως κοινωνική κατασκευή, η αναπηρία έχει πολλές συνέπειες για τα άτομα, όπως ο καθορισμός της ζωής και της ταυτότητάς τους με τρόπο που δεν είναι εύκολο να αλλάξει. Η κυρίαρχη κουλτούρα περιορίζει τις επιλογές των ατόμων με αναπηρία και επιβάλλει μια συγκεκριμένη εικόνα σώματος που προκαλεί αποκλεισμό. Εξηγείται επίσης ότι «η αναπηρία λειτουργεί ως κύριο σημάδι στην κουλτούρα μας» και ότι

αυτή η «ταμπέλα» δεν είναι εύκολο να εξαλειφθεί. Επομένως, το να είσαι ανάπηρος σημαίνει να είσαι βαθιά αποκλεισμένος ενώ υπάρχει σημαντική δυσκολία στην αυτο-αναπαράσταση (Cheesman, 2014).

Οι προτάσεις για την αντιμετώπιση του φαινομένου του αποκλεισμού είναι να γίνουν στοχευμένες παρεμβάσεις και να λειτουργήσει κοινωνικά μία ανατρεπτική αισθητική που τονίζει την παρουσία του σώματος. Οι μελέτες αναφέρουν ότι ο στόχος πρέπει να είναι η αποσταθεροποίηση των υπαρχόντων στερεοτύπων, ώστε να δημιουργηθεί περισσότερος χώρος για εναλλακτικές λύσεις (Aujla & Redding, 2013).

Η Kate Marsh στη διδακτορική της διατριβή για τον χορό και την αναπηρία, διαπίστωσε ότι τα άτομα με αναπηρία δεν έχουν μεγάλη εκπροσώπηση στην ηγεσία του τομέα του χορού και αυτό θα μπορούσε να έχει σημαντικές επιπτώσεις. Επίσης, η Sarah Whatley πιστεύει ότι δεν υπάρχουν αρκετά πρότυπα στα σχολεία που θα εμπνεύσουν, θα καθοδηγήσουν και θα υποστηρίξουν μαθητές με αναπηρία και χωρίς αναπηρία όσον αφορά τον χορό. Τέλος, η Marsh πιστεύει ότι οι ανάπηροι καλλιτέχνες χορού εκτιμώνται και αξιολογούνται με τον ίδιο τρόπο όπως και άλλοι καλλιτέχνες, αλλά ότι αυτό βασίζεται σε ένα υπάρχον, παραδοσιακό πλαίσιο. Προτείνει να δημιουργηθούν εναλλακτικά πλαίσια για να ταιριάζουν καλύτερα σε διαφορετικούς φορείς. Επομένως, υπάρχει μία πρόσφατη επιστημονική τάση που εξετάζει πώς τα άτομα με αναπηρία μπορούν να συμμετέχουν σε σημαντικές θέσεις στον τομέα του χορού (Aujla & Redding, 2013).

### **3<sup>ο</sup> ΚΕΦΑΛΑΙΟ : ΣΚΟΠΟΣ ΚΑΙ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗΣ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗΣ**

Ο σκοπός της παρούσας διατριβής είναι, μέσω της ανασκόπησης της βιβλιογραφίας να μελετηθεί αν και κατά πόσο η τέχνη του χορού μπορεί να βελτιώσει τις ευρύτερες δεξιότητες αλλά και την ποιότητα ζωής ενός ατόμου με αναπηρία.

Τα ερευνητικά ερωτήματα της διατριβής διαμορφώνονται επίσης ως εξής:

- Μπορεί η ένταξη της διδασκαλίας της τέχνης του χορού στο σχολικά προγράμματα να αποτελέσει παράγοντα συμπερίληψης παιδιών με αναπηρία στο σχολικό περιβάλλον;
- Ποιοι παράγοντες επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο θα επιδράσει η τέχνη του χορού στη βελτίωση των δεξιοτήτων (σωματικών ή μη) ενός ατόμου με αναπηρίες;
- Παίξει ρόλο το είδος της αναπηρίας που έχει ένα άτομο στην ευρύτερη εξέλιξη και ανάπτυξή του μέσω της τέχνης του χορού;

## 4<sup>ο</sup> ΚΕΦΑΛΑΙΟ: ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Η παρούσα εργασία αποτελεί μια βιβλιογραφική ανασκόπηση. Για τη συλλογή δεδομένων από τη βιβλιογραφία πραγματοποιήθηκε σύνθετη αναζήτηση με τους όρους: dance inclusion OR inclusive dance OR dance programs AND youth OR adolescents people with disabilities OR disabled people OR impaired people AND dance education dance OR dance education AND blindness OR visual loss OR blind people OR visually impaired OR visually impairments OR dance and visual loss OR people with visual impairment "dance education" καθώς και συνώνυμες λέξεις. Η αναζήτηση πραγματοποιήθηκε στις βάσεις δεδομένων Google Scholar, PubmEd, SCIENCE DIRECT, SCOPUS και CINAHL.

Για την επιλογή των άρθρων από τη βιβλιογραφία τέθηκαν εξαρχής κάποια κριτήρια συμπερίληψης. Πρώτο κριτήριο συμπερίληψης των μελετών ήταν να είναι άρθρα δημοσιευμένα σε περιοδικά. Δεύτερο κριτήριο συμπερίληψης ήταν η χρονολογία δημοσίευσης των άρθρων. Πιο συγκεκριμένα, επιλέχθηκαν μόνο άρθρα που δημοσιεύτηκαν από το 2012 ως το 2022. Επιπλέον, ως κριτήριο συμπερίληψης τέθηκε η γλώσσα συγγραφής των άρθρων να είναι η ελληνική ή η αγγλική, καθώς και το περιεχόμενό τους να είναι σχετικό με τον χορό και την αναπηρία.

Αντίθετα, αποκλείστηκαν μελέτες οι οποίες ήταν δημοσιευμένες παλαιότερα της δεκαετίας, ήταν δημοσιευμένες σε άλλη γλώσσα (Γαλλικά, Κινεζικά, Πορτογαλικά), ήταν μεταπτυχιακές και διδακτορικές διατριβές, δεν περιείχαν παρέμβαση που σχετίζεται με τον χορό και δεν περιείχαν δείγμα από πληθυσμό με κάποια αναπηρία. Με βάση τα παραπάνω προέκυψαν 387 μελέτες . Στη συνέχεια, μελετήθηκαν οι περιλήψεις τους και για το επόμενο

στάδιο επιλέχθηκαν 160 μελέτες. Στην τελική φάση επιλογής αφαιρέθηκαν όσες έρευνες κρίθηκαν μη σχετικές με το θέμα της παρούσας βιβλιογραφικής ανασκόπησης, όσες δεν περιείχαν τον χορό σαν μέθοδο παρέμβασης (είχαν παρεμβάσεις μόνο με μουσική), καθώς και μία μελέτη που ήταν σε πρώιμο στάδιο και δεν είχαν δημοσιευτεί τα αποτελέσματά της. Συνολικά, μετά από τη διαδικασία επιλογής που περιγράφηκε, 48 μελέτες συμπεριλήφθηκαν στη βιβλιογραφική ανασκόπηση.



## **5° ΚΕΦΑΛΑΙΟ: ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

### **5. 1 Η ένταξη της διδασκαλίας της τέχνης του χορού στα σχολικά προγράμματα ως παράγοντας συμπερίληψης παιδιών με αναπηρία στο σχολικό περιβάλλον.**

Η συμπεριληπτική εκπαίδευση χορού είναι διαθέσιμη σε όλους τους μαθητές ανεξάρτητα από την ικανότητά τους να βιώσουν τον χορό. Ωστόσο, για να κατανοήσουμε καλύτερα πώς και εάν ο χορός μπορεί να αποτελέσει παράγοντα συμπερίληψης παιδιών με αναπηρία στο σχολικό περιβάλλον σύμφωνα με τη βιβλιογραφία θα πρέπει πρώτα να δούμε πώς χρησιμοποιείται αρχικά ο χορός στην εκπαιδευτική διαδικασία, καθώς και τι αποτελέσματα έχει σε αυτήν. Έτσι, σε πρώτο επίπεδο, παρακάτω εξετάζονται οι επιπτώσεις διαφορετικών προγραμμάτων χορού στη σωματική, κοινωνική, ψυχολογική και γνωστική λειτουργία των παιδιών με αναπηρίες στο πλαίσιο της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Δυστυχώς, υπήρξε έλλειψη μελετών υψηλής ποιότητας σχετικά με αυτό το θέμα, καθιστώντας δύσκολη την εξαγωγή ορισμένων ασφαλών συμπερασμάτων.

Η σωματική υγεία ήταν ο πιο συχνά μετρούμενος τομέας σε μια αρκετά μεγάλη ποικιλία μέτρων έκβασης σχετικών με τις σωματικές δεξιότητες. Από τα αποτελέσματα φαίνεται ότι ένα πρόγραμμα χορού προσφέρει στα παιδιά με αναπηρίες ευκαιρίες να βελτιώσουν τις αντιληπτικές κινητικές τους δεξιότητες, τις δεξιότητες ισορροπίας και συντονισμού και τις ικανότητες φυσικής κατάστασης. Και στις επτά μελέτες που αξιολόγησαν τις δεξιότητες χορού/ρυθμού, υπήρξε βελτίωση και στους τομείς που αξιολογήθηκαν. Με βάση τα αναφερόμενα αποτελέσματα, αυτό υποδηλώνει ότι υπάρχει μέση έως μεγάλη βελτίωση στη σωματική λειτουργία, συγκεκριμένα στην ισορροπία και την ικανότητα

άλματος (Arzoglou et al., 2013; DORSAN et al., 2014; Ito et al., 2017; Mauerberg-deCastro & Moraes, 2013; Neville & Makropoulou, 2020; Reinders et al., 2015; de De Villiers et al., 2013). Τρεις μελέτες διαπίστωσαν ότι η γνωστική βελτίωση βρέθηκε σε τρεις από τους τέσσερις τομείς που αξιολογήθηκαν στα μέτρα έκβασης των μελετών. Οι τομείς αυτοί ήταν η προσοχή, οι οργανωτικές δεξιότητες και η μάθηση (Arzoglou et al., 2013; Mauerberg-deCastro & Moraes, 2013; Reinders et al., 2015). Ωστόσο, φαίνεται ότι δεν αξιολογήθηκε η επίδραση του χορού στις βασικές εκτελεστικές δεξιότητες. Οι συγγραφείς αναφέρουν ότι είναι σημαντικό να διερευνηθεί εάν ο χορός μπορεί να βελτιώσει τους ευρύτερους τομείς της γνώσης που παρουσιάζουν συχνά προβλήματα σε παιδιά με αναπτυξιακές δυσκολίες, όπως η μνήμη εργασίας, η ταχύτητα επεξεργασίας, η ικανότητα λεκτικής και οπτικής επεξεργασίας (Arzoglu et al., 2013; Mauerberg-deCastro & Moraes, 2013; Reinders et al., 2015).

Σε τρεις μελέτες διαπιστώθηκε ότι οι συμμετέχοντες που είχαν βελτιώσει τις χορευτικές τους δεξιότητες είδαν επίσης βελτιώσεις στη φυσική τους κατάσταση. Οι τομείς της σωματικής υγείας που είχαν τα πιο θετικά αποτελέσματα ήταν η ισορροπία και ο συντονισμός, η ευελιξία και η ευκινησία οι αντιληπτικές κινητικές δεξιότητες και οι δεξιότητες κίνησης και ρυθμού (Neville & Makropoulou, 2020; Reinders et al., 2015; de De Villiers et al., 2013).

Οι ερευνητές εξέτασαν επίσης, πώς άλλαξαν τα επίπεδα δραστηριότητας στους ανθρώπους και διαπίστωσαν ότι οι περισσότεροι άνθρωποι βίωσαν θετικές αλλαγές ωστόσο, δεν διαπιστώθηκε αλλαγή στο BMI (Δείκτης Μάζας Σώματος) στη μελέτη των Neville and Makropoulou (2020), στην οποία αυτό αξιολογήθηκε. Αυτό σημαίνει ότι, συνολικά, τα μέτρα έκβασης που σχετίζονται με την υγεία βρέθηκαν βελτιωμένα ως αποτέλεσμα της αύξησης της σωματικής δραστηριότητας που επιτυγχάνεται με τον χορό. Οι τρεις μελέτες που εξέτασαν τις

γνωστικές/εκτελεστικές δεξιότητες λειτουργίας συμπεριέλαβαν τις δεξιότητες οργάνωσης και δεξιότητες σειριακής μάθησης. Τα αποτελέσματα έδειξαν βελτίωση σε όλες τις μελέτες, χωρίς ωστόσο να αναφέρεται στατιστική σημαντικότητα σε καμία από αυτές (Mauerberg-deCastro & Moraes, 2013; Neville & Makroulou, 2020; de De Villiers et al., 2013).

Από τις μελέτες που συμπεριλήφθηκαν, φάνηκαν επίσης θετικές αλλαγές σε διαφορετικούς τομείς της ψυχολογικής ευεξίας. Οι τομείς αυτοί συμπεριλάμβαναν αυξημένη δημιουργικότητα, αυτοαντίληψη, στάση απέναντι στο χορό, εικόνα σώματος και συνολική ικανοποίηση. Γενικά, οι μελέτες έδειξαν ότι τα άτομα που βελτιώθηκαν σε αυτούς τους τομείς έτειναν να συνεχίσουν να το κάνουν και μετά το τέλος της παρέμβασης. Αναφορικά με τα μέτρα έκβασης που αφορούσαν την κοινωνικότητα, διαπιστώθηκε ότι τα παιδιά με αυτισμό και εκείνα σε μεικτές ομάδες με σοβαρές αναπηρίες παρουσίασαν σημαντική βελτίωση στις κοινωνικές δεξιότητες. Αναλυτικότερα, τα μέτρα έκβασης αφορούσαν την αλληλεπίδραση με τους συνομηλίκους, αλλαγές στο παιχνίδι με τους συνομηλίκους και την κοινωνική επαφή με τους συνομηλίκους. Το σύνολο των μελετών διαπίστωσαν ότι τα παιδιά που συμμετείχαν στην ομάδα παρέμβασης είχαν βελτιωθεί στον τομέα της κοινωνικότητας με στατιστική σημαντικότητα, στοιχείο που αποδεικνύει πως ο χορός μπορεί να λειτουργήσει ως μέσο για τη συμπερίληψη παιδιών με αναπηρία στο σχολικό περιβάλλον (Arzoglu et al., 2013; DORSAN et al., 2014; Ito et al., 2017; Mauerberg-deCastro & Moraes, 2013; ; Neville & Makroulou, 2020; Reinders et al., 2015; de De Villiers et al., 2013).

Η χαμηλή αυτοεκτίμηση συνδέεται συνήθως με την εφηβεία ενώ το φαινόμενο είναι περισσότερο έντονο εάν ο έφηβος έχει κάποια μορφή σωματικής αναπηρίας. Οι σωματικές αναπηρίες μπορεί να οδηγήσουν σε μειωμένη αυτοεκτίμηση στα παιδιά, αλλά έρευνες και

εμπειρικά στοιχεία δείχνουν ότι η συμμετοχή σε χορευτικές δραστηριότητες μπορεί να οδηγήσει σε θετικά αποτελέσματα για μαθητές με και χωρίς ειδικές δεξιότητες. Τα αποτελέσματα πρόσφατων μελετών επιβεβαιώνουν ότι η συμμετοχή στον χορό μπορεί επίσης να οδηγήσει σε βελτιωμένη φυσική κατάσταση, κοινωνικο-συναισθηματικά οφέλη και ακαδημαϊκές επιδόσεις.

Σε πρόσφατη μελέτη έχει διαπιστωθεί ότι ο χορός δεν είναι μόνο μια θετική διέξοδος για τα άτομα με αναπηρία, αλλά και ένα βασικό σημείο για την έναρξη της δημιουργικής και καλλιτεχνικής τους προσωπικότητας. Σε μία μελέτη από τους Reinders et al. (2015), που διήρκησε για οκτώ εβδομάδες διερευνήθηκε εάν η φυσιολογική και ψυχολογική τους ευεξία επηρεάστηκε από τη συμμετοχή σε ένα δημιουργικό πρόγραμμα χορού. Οι ερευνητές διαπίστωσαν ότι τρεις δείκτες της φυσικής δραστηριότητας (χωρητικότητα των πνευμόνων, ευελιξία και αερόβια ικανότητα) αυξήθηκαν όταν οι συμμετέχοντες ολοκλήρωσαν το πρόγραμμα. Επιπλέον, βελτιώθηκε η ψυχολογική ευεξία, συμπεριλαμβανομένης της αυτοεκτίμησης, των εγγενών κινήτρων και της θετικής στάσης απέναντι στον χορό. Ωστόσο, τα αποτελέσματα στα μέτρα έκβασης σχετικά με την ψυχολογική ευεξία ήταν λιγότερο έντονα σε σύγκριση με τη βελτίωση στις φυσικές (σωματικές) δεξιότητες. Από αυτό, οι ερευνητές κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι η συμμετοχή σε ένα μάθημα χορού είναι ευεργετική σε πολλές παραμέτρους και ότι ο δημιουργικός χορός είναι ένα σημαντικό εργαλείο για την ανάπτυξη των δημιουργικών και καλλιτεχνικών, προσωπικών και κοινωνικών δεξιοτήτων των εφήβων και την αλληλεπίδρασή τους με τον χώρο και τους άλλους συμμετέχοντες (Reinders et al., 2015).

Επίσης, σε μία μελέτη με παρόμοιο σχεδιασμό με αυτή των Reinders et al. (2015), που διεξήχθη από τους Munsell and Bryant Davis (2015) διαπιστώθηκε ότι για όλους τους μαθητές, η αποτυχία στις κοινωνικές σχέσεις μπορεί να οδηγήσει σε κακή διαπροσωπική ανάπτυξη, απόρριψη από συνομηλίκους και ενήλικες και ακαδημαϊκή αποτυχία. Αν και ο χορός συνήθως αγνοείται ως συστατικό για τη βελτίωση αυτών των σχέσεων, τα στοιχεία της μελέτης δείχνουν ότι η συμμετοχή σε δραστηριότητες που σχετίζονται με τον χορό, μπορεί να αυξήσει τις δεξιότητες συνεργασίας των μαθητών, να τους βοηθήσει να επιλύσουν συγκρούσεις και να ενισχύσουν την αυτοεκτίμησή τους, επιπλέον στοιχεία που απαιτούνται για τη συμπερίληψη ατόμων με αναπηρία στο σχολικό περιβάλλον (Munsell & Bryant Davis, 2015).

Σε πρόσφατη μελέτη του Anderson (2015), συμπεραίνεται ότι η ενσωμάτωση χορού/κίνησης στις δραστηριότητες των εφήβων στο πλαίσιο ενός εκπαιδευτικού συστήματος, έχει αποδειχθεί ότι ενισχύει τη μάθηση και τη συμμετοχή των μαθητών (Anderson, 2015). Επίσης, σε πρόσφατη μελέτη από τη Matzner (2015), που είναι μέλος του Εθνικού Ινστιτούτου Χορού της Νέας Υόρκης, με δείγμα 1500 παιδιά που χόρευαν κάθε εβδομάδα, διαπιστώθηκαν μετρήσιμες βελτιώσεις όσον αφορά τα ακαδημαϊκά και κοινωνικά μέτρα έκβασης, συμπεριλαμβανομένων θετικών αλλαγών στην αυτοπειθαρχία, αύξηση στους βαθμούς και τη δημιουργία μιας αίσθησης σκοπού στη ζωή (Matzner, 2015).

Ο δημιουργικός χορός βοηθά στην ενεργοποίηση της φαντασίας, ενθαρρύνει την πρωτοτυπία και τον αυθορμητισμό και προάγει την ελευθερία της έκφρασης. Είναι ένας τρόπος για να ανακαλύψει, ένα παιδί τα δυνατά και αδύνατα σημεία του και να εξερευνήσει νέες φυσικές, κοινωνικές και συναισθηματικές δεξιότητες. Επιπλέον, ενθαρρύνει την

καινοτομία και τιμά την ατομική εμπειρία και τους διαθέσιμους πόρους. Όλα τα παιδιά, ανεξάρτητα από το επίπεδο των ικανοτήτων τους, πρέπει να συμμετέχουν σε σωματική δραστηριότητα σε τακτική βάση. Για τον λόγο αυτό ο χορός δε βοηθά μόνο τα παιδιά να είναι υγιή και σε φόρμα, αλλά αυξάνει επίσης τον συντονισμό και τις κοινωνικές τους αλληλεπιδράσεις. Αυτό υποστηρίχτηκε από τον Jenson (2018), ενώ στη μελέτη του αναφέρεται επίσης, ότι όπως η άσκηση βελτιώνει τους μύες, την καρδιά, τους πνεύμονες και τα οστά, βελτιώνει επίσης βασικές περιοχές του εγκεφάλου, όπως τα βασικά γάγγλια, την παρεγκεφαλίδα και το μεσολόβιο. Η σωματική δραστηριότητα ωφελεί όλα τα παιδιά με πολλούς τρόπους και ο χορός είναι μια ιδανική δραστηριότητα που προάγει όχι μόνο την κινητική μάθηση, αλλά και τη γνωστική και κοινωνική ανάπτυξη (Jenson, 2018).

Ο χορός μπορεί να προσφέρει οφέλη όπως δύναμη, αντοχή και αυξημένο συντονισμό. Οι κινητικές δεξιότητες όπως η ταχύτητα, η σταθερότητα και η ευελιξία είναι μεγέθη τα οποία εμφανίζονται αυξημένα στα αντίστοιχα μετρούμενα μέτρα έκβασης των μελετών που διερευνούν την επίδραση των εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων που εμπλέκουν τον χορό στα παιδιά με αναπηρίες. Ειδικότερα, τα παιδιά με σωματικές αναπηρίες που συμμετέχουν σε τέτοιου είδους προγράμματα, είναι σε θέση να ανακτήσουν ή να αυξήσουν τη μυϊκή δύναμη και την ισορροπία, ενώ θα κατακτήσουν σημαντικά σωματικά ορόσημα όπως η κάμψη των γονάτων κατά το περπάτημα, η τήρηση των οδηγιών και ο συντονισμός χεριού-ματιού (Neville & Makropoulou, 2020; Reinders et al., 2015; de De Villiers et al., 2013).

Η παρουσίαση πληροφοριών σε διαφορετική μορφή μπορεί να τις κάνει πιο προσιτές. Αν και δεν είναι μία συνηθισμένη εκπαιδευτική μέθοδος, ο χορός μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως μέσο διδασκαλίας και ερμηνείας πληροφοριών. «Οι δραστηριότητες χορού φαίνεται να

παρέχουν έναν εναλλακτικό τρόπο για την κάλυψη των διαφορετικών εκπαιδευτικών αναγκών των μαθητών. Στην τάξη γενικής εκπαίδευσης, η συνένωση του χορού με καθημερινές δραστηριότητες μπορεί να βοηθήσει στην κάλυψη των αναγκών των μαθητών που μαθαίνουν με μη παραδοσιακούς τρόπους», αναφέρουν τα ευρήματα σχετικής μελέτης (Dabalsa, 2017).

Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να χρησιμοποιούν κινητικές δραστηριότητες στην τάξη για να αυξήσουν την ακαδημαϊκή και κοινωνική αντίληψη των μαθητών. Σχετικές μελέτες υποδεικνύουν ότι η ανάπτυξη και η παροχή ευκαιριών στους μαθητές να συμμετέχουν σε δραστηριότητες δημιουργικής κίνησης υποστηρίζει τις ανάγκες των ατόμων που μαθαίνουν καλύτερα μέσω της δημιουργικότητας και της κίνησης. Συμμετέχοντας σε δραστηριότητες δημιουργικής κίνησης, τα παιδιά με ειδικές δεξιότητες και αναπηρίες, όπως για παράδειγμα η ΔΕΠΥ (Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητα) που δυσκολεύονται σε ακαδημαϊκό και κοινωνικό επίπεδο, έχουν έναν άλλο τρόπο να βιώσουν την επιτυχία στην τάξη (Shilpa & Shetty, 2015). Για μαθητές με συναισθηματικές και συμπεριφορικές διαταραχές που έχουν συνήθως παρόμοιες ανάγκες, η συμπερίληψη των δραστηριοτήτων χορού και δημιουργικής κίνησης στο πρόγραμμα σπουδών μπορεί να είναι επίσης επωφελής. Σε πρόσφατη μελέτη με δείγμα που συμπεριλάμβανε μαθητές με μαθησιακές δυσκολίες, και σαν μέτρο έκβασης των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε ένα ερωτηματολόγιο αυτό-αναφοράς, αποδείχτηκε ότι οι μαθητές με κάποιου είδους αναπηρία αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην κατάκτηση γλωσσικών και μαθηματικών ορόσημων σε σύγκριση με τους συμμαθητές τους χωρίς κάποιου είδους αναπηρία. Για αυτούς τους μαθητές, η ένταξη δημιουργικών και κιναισθητικών δραστηριοτήτων στο πρόγραμμα σπουδών της τάξης μπορεί να τους βοηθήσει να μάθουν το υλικό του προγράμματος σπουδών πιο αποτελεσματικά (Anderson, 2015).

Μέσα σε ένα πρόγραμμα σπουδών υπάρχουν πάντα αξιολογήσεις και εκτιμήσεις για την επιτυχία της προόδου του κάθε μαθητή. Όταν εξετάζεται η ταυτόχρονη αξιολόγηση του χορού και των ακαδημαϊκών επιδόσεων των μαθητών, σπάνια υπάρχει διαφορά. Κάθε μάθημα έχει τη δική του μεθοδολογία για να εξασφαλίσει ότι οι μαθητές λαμβάνουν όσο το δυνατόν περισσότερες πληροφορίες με τον βέλτιστο δυνατό τρόπο. Οι εκπαιδευτικοί χρησιμοποιούν για το σκοπό αυτό αξιολογήσεις, εξετάσεις, δοκίμια και ορολογία που πρέπει να μάθει κάθε μαθητής για να αποκτήσει τις απαραίτητες πληροφορίες. Η μόνη διαφορά στην περίπτωση του χορού είναι ότι αποτελεί μία περισσότερο φυσική αξιολόγηση για να εγγυηθεί ότι κάθε μαθητής αποκτά γνώση μιας συγκεκριμένης δεξιότητας (Anderson, 2015).

Το Συμβούλιο Τεχνών της Μεγάλης Βρετανίας, σχετικά με μια πρόσφατη πιλοτική χρήση του χορού στο εκπαιδευτικό σύστημα της Μεγάλης Βρετανίας, αναφέρει ότι όλοι οι μαθητές μπορούν να εντάξουν τον χορό στην εκπαιδευτική τους διαδικασία, ανεξάρτητα από την ηλικία ή το υπόβαθρό τους, από την ύπαρξη ή όχι αναπηρίας, από το αν υπάρχει προηγούμενη εμπειρία στον χορό ή όχι. Ο χορός βοηθά τα άτομα με κάποιου είδους σωματική αναπηρία να αυξήσουν την αλληλεπίδραση με τους συνομηλίκους τους, να μάθουν για τον προσωπικό χώρο και να αντλήσουν νέες πληροφορίες με τον δικό τους δημιουργικό τρόπο. Οι εκπαιδευτικοί καταγράφουν παρατηρήσεις και αξιολογήσεις τόσο σε χορευτικά όσο και σε πιο παραδοσιακά ακαδημαϊκά θέματα, αλλά συχνά για μαθητές με αναπηρίες, η αξιολόγηση περιλαμβάνει όχι μόνο μια ανασκόπηση των βαθμολογιών των εξετάσεων στο τέλος του έτους ή της απόδοσης του βασικού εκπαιδευτικού προγράμματος, αλλά και μια ανασκόπηση της απόδοσης σε σχέση με τους στόχους ενός εκπαιδευτικού προγράμματος εξατομικευμένης εκπαίδευσης. Επομένως, αν ένας εκπαιδευτικός επιλέξει να συνδέσει τον χορό με ακαδημαϊκά



θέματα, αυτό θα πρέπει να αντικατοπτρίζεται στους στόχους του προγράμματος. Αυτό τονίζεται και στην πρόσφατη αναφορά των Colquitt et al. (2017), οι οποίοι χρησιμοποιούν ένα μάθημα χορού στο μάθημα της γυμναστικής στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση, με σκοπό να καλύψουν τις προσωποποιημένες ανάγκες του κάθε μαθητή με αναπηρία (Colquitt et al., 2017).

Κατά τον Zitomer (2016), ένα περιβάλλον συμπεριληπτικής εκπαίδευσης μέσω του χορού είναι ένας χώρος, όπου κάθε μαθητής- με ή χωρίς αναπηρία- έχει την ευκαιρία να βιώσει το αίσθημα του «ανήκειν» σε μια ομάδα και να απολαύσει υψηλές ποιοτικά εκπαιδευτικές εμπειρίες. Για να επιτευχθεί αυτό απαιτείται αμοιβαίος σεβασμός μεταξύ των μελών που συμμετέχουν σε τέτοιου είδους μαθήματα, συναισθηματική δέσμευση, ενσωμάτωση και κατάλληλο περιβάλλον. Στη συγκεκριμένη μελέτη, 8 παιδιά ηλικίας μεταξύ 6 ως 10 ετών με διάφορες αναπηρίες συμμετείχαν σε μαθήματα χορού μαζί με συμμαθητές τους χωρίς κάποια αναπηρία. Οι ερευνητές μέσω της παρατήρησης αλλά και συνεντεύξεων διαπίστωσαν με την ολοκλήρωση της έρευνας πως οι μαθητές με αναπηρία είχαν γίνει αποδεκτοί από τους συνομηλίκους τους, παρουσίαζαν μεγαλύτερη επίγνωση όσον αφορά τις κινητικές και σωματικές τους δεξιότητες και επιπλέον παρατηρήθηκε δημιουργία υποστηρικτικού περιβάλλοντος και ενδυνάμωσης της ομάδας, στοιχεία που επίσης αποδεικνύουν πως η ένταξη της διδασκαλίας του χορού στα σχολικά προγράμματα μπορεί να αποτελέσει παράγοντα συμπερίληψης παιδιών με αναπηρία στο σχολικό περιβάλλον (Zitomer, 2016).

Συνολικά, αν και οι σχετικοί επιστήμονες και θεραπευτές έχουν αναπτύξει πολλά δομημένα προγράμματα για τη βελτίωση των κοινωνικών δεξιοτήτων των μικρών παιδιών, λίγοι έχουν αναγνωρίσει τον ρόλο των τεχνών στη βελτίωση των κοινωνικών αποτελεσμάτων.

Πιο συγκεκριμένα, ο ρόλος που οι δραστηριότητες χορού και κίνησης μπορούν να διαδραματίσουν στη διαδικασία αυτή συχνά παραβλέπεται. Μέσω των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων, τα άτομα με αναπηρίες αποκτούν αυτογνωσία και αυθεντικότητα όταν χρησιμοποιούν τον χορό ως μορφή αυτοέκφρασης. Τα περισσότερα προγράμματα δίνουν στα άτομα αυτά έναν χώρο στον οποίο μπορούν να είναι ο εαυτός τους, επιτρέπουν την αυτοέκφραση και μπορούν να παρέχουν ευκαιρίες προκειμένου να μάθουν περισσότερα για τον εαυτό τους και τις προσωπικές τους ικανότητες, καθώς και να μπορέσουν εν τέλει να συμπεριληφθούν στο εκάστοτε εκπαιδευτικό περιβάλλον (Dabalsa, 2017).

## **5.2 Παράγοντες που επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο θα επιδράσει η τέχνη του χορού στην ολόπλευρη βελτίωση των δεξιοτήτων (σωματικών ή μη) ενός ατόμου.**

Ο χορός που διδάσκεται στα σχολεία ως μάθημα των καλλιτεχνικών επικεντρώνεται στη δημιουργία, ερμηνεία και εκτίμηση του χορού ως μέσο καλλιτεχνικής επικοινωνίας. Η εκπαίδευση στον χορό μπορεί να προσφέρει στα παιδιά με αναπηρίες τα μέσα για να εκφραστούν, να μάθουν και να προσαρμοστούν σε διαφορετικές μορφές χορού. Οι εκπαιδευτικοί αποτελούν σημαντικό παράγοντα που μπορεί να επηρεάσει τον τρόπο με τον οποίο θα επιδράσει η τέχνη του χορού στη βελτίωση των δεξιοτήτων ενός ατόμου. Μπορούν ακόμη, να επηρεάσουν τις αντιλήψεις και τις εμπειρίες των μαθητών στο εκπαιδευτικό περιβάλλον και το αντικείμενο του χορού. Επιπλέον, οι εκπαιδευτικές φιλοσοφίες, το προσωπικό υπόβαθρο και οι αξίες των εκπαιδευτικών, μαζί με τις αντιλήψεις τους για τις ικανότητες των μαθητών, καθορίζουν την επαγγελματική τους πρακτική. Ως εκ τούτου, οι

δάσκαλοι που εστιάζουν στην συμπεριληπτική εκπαίδευση είναι πιθανότερο να χρησιμοποιήσουν ένα μεγαλύτερο εύρος εκπαιδευτικών στρατηγικών με απώτερο σκοπό τη δημιουργία ενός περιβάλλοντος μάθησης στο οποίο όλοι οι μαθητές μπορούν να συμμετέχουν στις δραστηριότητες που συνδυάζουν τον χορό με την εκπαίδευση (Svendby & Dowling, 2013). Όλα τα παραπάνω αποτελούν παράγοντες που επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο μπορεί η τέχνη του χορού να επιδράσει στη βελτίωση των δεξιοτήτων (σωματικών ή μη) ενός ατόμου με αναπηρίες, κάτι που θα αναλυθεί περισσότερο στις επόμενες παραγράφους.

Πιο συγκεκριμένα, σε πρόσφατες μελέτες εξετάστηκαν οι αντιλήψεις και οι πρακτικές των εκπαιδευτών χορού που διδάσκουν συμπεριληπτικό χορό σε πανεπιστήμια, επαγγελματικές σχολές κατάρτισης χορού ή σε εκπαιδευτικά προγράμματα ενηλίκων στην κοινότητα. Οι εκπαιδευτές σε προγράμματα επαγγελματικής κατάρτισης και σε προγράμματα για φοιτητές, εξέφρασαν την έλλειψη επαρκών πόρων (π.χ. φυσικά προσβάσιμα κτίρια και ανθρώπινους πόρους όπως βοηθούς εκπαιδευτικούς) και γνώσεων σχετικά με την αναπηρία ως τα βασικότερα εμπόδια στην προσφορά ευκαιριών κατάρτισης σε άτομα με αναπηρία. Επιπλέον, οι εκπαιδευτές εξέφρασαν ανησυχία σχετικά με τους τρόπους παροχής υποστήριξης ένταξης και την ανάγκη προσαρμογής της διδασκαλίας των μαθημάτων χωρίς να διακυβεύεται το επίπεδο του προγράμματος σπουδών (Aujla & Redding, 2013).

Ανάλογες ανησυχίες εξέφρασαν και οι καθηγητές φυσικής αγωγής της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης. Κάποιες βασικές ιδέες, σημαντικές για τους εκπαιδευτικούς σε οποιοδήποτε πλαίσιο χωρίς αποκλεισμούς, μπορούν να προκύψουν από τη συγκεκριμένη μελέτη. Αναλυτικότερα, η συλλογή πληροφοριών σχετικά με τις φυσικές και επικοινωνιακές ανάγκες, τις ικανότητες και τους περιορισμούς των μαθητών είναι ένας από τους σημαντικότερους παράγοντες επιτυχίας της συμπερίληψης μαθητών με αναπηρία. Δεύτερον, είναι σημαντικό να

υιοθετηθεί μια ευέλικτη διδακτική προσέγγιση που βασίζεται στη στοχαστική πρακτική του εκπαιδευτικού και στη δημιουργία στενών σχέσεων με τους μαθητές του. Οι στενές σχέσεις διευκολύνουν τη δημιουργία ενός ασφαλούς περιβάλλοντος για τους μαθητές στο οποίο θα μπορούν να επικοινωνούν ανοιχτά τις ανάγκες τους στον εκπαιδευτή. Μια ευέλικτη διδακτική προσέγγιση μπορεί επίσης να συμβάλει στη δημιουργία ενός περιβάλλοντος που είναι ανοιχτό στις ιδέες των μαθητών. Τέλος, η κατανόηση των μοναδικών μαθησιακών αναγκών των μαθητών με αναπηρίες, δίνει τη δυνατότητα στους εκπαιδευτές να κάνουν πρακτικές επιλογές διδασκαλίας και να προσαρμόζουν τις προσεγγίσεις διδασκαλίας και μάθησης (Aujla & Redding, 2014; Urmston & Aujla, 2021).

Οι Sööt and Viskus (2014), υποστήριξαν τον ανοιχτό διάλογο εκπαιδευτικού-μαθητή και τις συνεργατικές δημιουργικές δραστηριότητες στις οποίες όλοι οι μαθητές ενθαρρύνονται να μοιραστούν ιδέες. Επιπλέον, στην ίδια μελέτη δίνεται έμφαση στις εντάσεις που μπορεί να βιώσουν οι καθηγητές χορού χωρίς αναπηρία όταν εργάζονται με μαθητές με αναπηρίες σε περιβάλλοντα κοινότητας ενηλίκων. Αυτά περιλαμβάνουν προβλήματα στη χρήση εκπαιδευτικής γλώσσας όπως «περπάτα» ή «στάσου». Για τον λόγο αυτό οι συγγραφείς συστήνουν τη συζήτηση με μαθητές που χρησιμοποιούν αναπηρικά καροτσάκια για να αναζητήσουν εναλλακτικές λύσεις. Αναφέρεται επίσης ένταση μεταξύ της προσφοράς δυνατοτήτων προσαρμογής σε μαθητές με αναπηρίες και της ανάγκης να τους προσφερθεί η δυνατότητα να προσαρμοστούν ανεξάρτητα (Sööt & Viskus, 2014).

Κατά τον Zitomer (2016), τέτοια διλήμματα είναι φυσικά για οποιονδήποτε ασκούμενο, καθώς το ένστικτο φροντίδας του πιθανόν να προκαλεί την ανάγκη να «κάνει κάτι» ακόμη και όταν μπορεί να είναι απαραίτητη απλώς η παρουσία του σε ένα σχετικό

τιμήμα. Συνεπώς, η αίσθηση ευθύνης των δασκάλων για τα παιδιά υπό τη φροντίδα τους πιθανότατα θα προκαλέσει παρόμοιες εντάσεις για τους δασκάλους χορού σε σχολεία (Zitomer, 2016).

Οι Foster and Turkki (2021), βασίζονται σε μια ηθική περίθαλψης, δικαιοσύνης και κριτικής καθώς και στην ανάπτυξη ενδυνάμωσης και περιγράφουν την προσπάθεια του Morgan Jai-Moincome, ενός δασκάλου χορού που δημιούργησε το Radiance Dance Project. Το πρόγραμμα του Jai-Moincome έδωσε τη δυνατότητα στους χορευτές να βιώσουν ατομική και συλλογική ενδυνάμωση σε έναν χώρο όπου εκτιμήθηκε η διαφορετικότητα και ενθαρρύνθηκε η αυτοέκφραση. Οι μαθητές πέτυχαν ατομική ενδυνάμωση μέσω της ενσωματωμένης εμπειρίας και συλλογική ενδυνάμωση μέσω της συμμετοχής σε δραστηριότητες συνεργατικής κίνησης. Οι διδακτικές πρακτικές του Jai-Moincome δημιούργησαν ένα περιβάλλον βασισμένο σε αξίες σεβασμού και φροντίδας όπου αφαιρέθηκαν τα εμπόδια μεταξύ των χορευτών με και χωρίς αναπηρία (Foster & Turkki, 2021).

### **5.3 Ο ρόλος του είδους της αναπηρίας που έχει ένα άτομο στην ευρύτερη εξέλιξη και ανάπτυξή του μέσω της τέχνης του χορού**

Όπως είναι εύλογα κατανοητό, τα είδη της αναπηρίας που μπορεί να βιώσει κάποιος είναι πάρα πολλά. Στα επόμενα υποκεφάλαια θα γίνει αναφορά στα είδη της αναπηρίας με τα οποία ασχολείται η παρούσα βιβλιογραφική ανασκόπηση και στις πληροφορίες που μας δίνει η μέχρι τώρα έρευνα για το πώς ο χορός μπορεί να επιδράσει στην ευρύτερη εξέλιξη και ανάπτυξη ενός ατόμου με κάποια από αυτές τις αναπηρίες.

### 5.3.1 Χορός και τύφλωση/μειωμένη όραση

Σύμφωνα με τον ΠΟΥ (Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας), η εξασθένηση της όρασης μπορεί να θεωρηθεί ως μη φυσιολογική οπτική οξύτητα ή μειωμένη λειτουργία της οπτικής οξύτητας, σημαντική μείωση του οπτικού πεδίου, ευαισθησία στην αντίθεση και καταστολή άλλων οπτικών δεξιοτήτων. Η τύφλωση ή η πλήρης απώλεια της όρασης μπορεί να είναι επίκτητη ή συγγενής. Ένα άτομο που γεννιέται με όραση και χάνει την όρασή του καθώς προχωρά η ζωή διατηρεί αναμνήσεις (φώτα, εικόνες, χρώματα). Αυτό είναι πολύ σημαντικό για την επαναπροσαρμογή του . Σύμφωνα με στατιστικά στοιχεία από την ίδια πηγή, ο αριθμός των τυφλών παγκοσμίως έφτασε τα 285 εκατομμύρια, εκ των οποίων τα 39 εκατομμύρια είναι τυφλοί και τα 246 εκατομμύρια με μειωμένη όραση. Σύμφωνα με τον αντίκτυπο αυτής της έρευνας, το 65% των ατόμων με προβλήματα όρασης και το 82% των τυφλών είναι άνω των 50 ετών και οι κύριες αιτίες τύφλωσης είναι α) μη χειρουργικός καταρράκτης 51% β) γλαύκωμα 8% γ) . Ηλικιακή εκφύλιση της ωχράς κηλίδας 5%, δ) παιδική τύφλωση 4%, ε) όγκος κερατοειδούς 4%, στ) μη διορθωμένο διαθλαστικό σφάλμα 3%, τράχωμα 3%, διαβητική αμφιβληστροειδοπάθεια 1%, άγνωστη αιτία 18% (Vashist et al., 2017).

Οι σωματικές εμπειρίες μπορούν να φανούν με διάφορους τρόπους, μεταξύ των οποίων είναι η ανακάλυψη νέων κινήσεων και διαφορετικών αισθήσεων, μια διαδικασία που συνεχίζεται από τις πρώτες στιγμές της ζωής. Σε πρόσφατες μελέτες σχετικά με την αναπηρία και τα άτομα με αναπηρίες όρασης, αναφέρεται ότι η ανακάλυψη αυτή είναι μια κρίσιμη έκφραση της ανθρώπινης ανάπτυξης και της ανθρώπινης κουλτούρας, μέσω της οποίας, από τη γέννησή τους, τα παιδιά έχουν όλο και περισσότερο έλεγχο του σώματός τους και

βελτιώνουν γρήγορα τις δυνατότητες αλληλεπίδρασης με τον κόσμο, μπουσουλώντας, περπατώντας, προβαίνοντας στον χειρισμό αντικειμένων και βρίσκοντας συνεχώς νέους τρόπους χρήσης του σώματός τους. Μέσω της κίνησης, τα παιδιά εκφράζουν συναισθήματα και σκέψεις που θα τους επιτρέψουν να βιώσουν διάφορους τρόπους αντιμετώπισης του σώματός τους και, κατά συνέπεια, να ανακαλύψουν την πραγματικότητα (Hackney et al., 2013).

Έτσι, μπορεί κανείς να σκεφτεί ότι η ανθρώπινη κίνηση είναι κάτι περισσότερο από μια μεταφορά του σώματος στον χώρο. Είναι μία γλώσσα που καθιστά εφικτή την εκτέλεση κινήσεων στο εξωτερικό περιβάλλον. Είναι επίσης σημαντικό να αναφέρουμε ότι για να είναι σταθερή αυτή η διαδικασία, εκτός από τα θέματα που σχετίζονται με την ανάπτυξη της σωματικής ωριμότητας, το παιδί θα χρειαστεί ένα ψυχικό ερέθισμα και τη βοήθεια ενός εξαιρετικά προσεκτικού φροντιστή που θα το ενθαρρύνει και θα το παρακολουθεί. Εάν υπάρχουν κωλύματα στη διαδικασία αυτή, η ανάπτυξη μπορεί να μην είναι πλήρως λειτουργική και όπως αναμένεται (Hackney et al., 2013).

Η σχέση μεταξύ ζωής και ανθρώπινης κίνησης δημιουργεί το συμπέρασμα ότι δεν υπάρχει ζωή χωρίς κίνηση, προσθέτοντας ότι η ανάπτυξη των δεξιοτήτων μας στο περπάτημα, το τρέξιμο, το παιχνίδι και τον χορό πρέπει να τονωθεί μέσω του ελεύθερου χρόνου και της αναψυχής. Η κίνηση επιτυγχάνεται μέσω της διέγερσης και οι δεξιότητές των ατόμων βελτιώνονται μέσω της επανάληψης. Σύμφωνα με τους Seham and Yeo (2015), αυτή η διαδικασία μάθησης θα εξαρτηθεί από την εμπειρία των ατόμων αλλά και από τα ερεθίσματα που λαμβάνουν για αυτήν. Παρέχοντας κατάλληλα ερεθίσματα, είναι δυνατό να αναπτυχθεί ένα μεγαλύτερο ρεπερτόριο κινήσεων που θα περιλαμβάνει την αρμονία, τον ρυθμό και τη

δυνατότητα κοινωνικοποίησης. Οι συγγραφείς καταλήγουν στο συμπέρασμα ότι ο χορός, μέσω του συγχρονισμού των κινήσεων με τις αντίστοιχες κινήσεις ενός άλλου ατόμου, παρέχει τη δυνατότητα να γνωρίσει κάποιος καλύτερα τον εαυτό του (Seham & Yeo, 2015).

Με βάση τις πληροφορίες που παρέχονται στη βιβλιογραφία, γίνεται αντιληπτό, ότι τα άτομα με κοινωνικά προβλήματα, όπως είναι τα άτομα με αναπηρίες όρασης μπορεί να αλλάξουν τον τρόπο της συμπεριφοράς τους δουλεύοντας με μουσική, επειδή ο χορός απαιτεί ενότητα και αλληλοσεβασμό και η συνεργασία φέρνει χαρούμενες στιγμές και την εκπλήρωση ενός κοινού στόχου στα άτομα που συμμετέχουν σε τέτοιους είδους δραστηριότητες. Τα άτομα με πλήρη απώλεια όρασης σχηματίζουν επανειλημμένα προκατασκευασμένες εικόνες λόγω έλλειψης πληροφοριών, ενώ μερικές φορές λόγω της τάσης να κρίνονται ανίκανα να λάβουν μέρος σε δραστηριότητες με κίνηση. Αυτό αποτελεί σημαντικό εμπόδιο στη δραστηριοποίησή τους σε θεραπευτικές προσεγγίσεις που συμπεριλαμβάνουν τον χορό (Sweeting et al., 2020).

Αν και λίγες σε αριθμό, υπάρχουν εταιρείες που ασχολούνται με τον χορό παγκοσμίως και παρέχουν ευκαιρίες εκπαίδευσης ειδικά για τις ανάγκες των ατόμων με προβλήματα όρασης, συμπεριλαμβανομένου του Touchdown (Touchdown Dance) στο Ηνωμένο Βασίλειο και τις ΗΠΑ και The Association of Ballet and Ballet and Arts για τους τυφλούς (ABAB) στο Σάο Πάολο της Βραζιλίας. Οι συνεργασίες μεταξύ εθνικά χρηματοδοτούμενων οργανισμών για τυφλούς και επαγγελματικών εταιρειών χορού χρησιμεύουν επίσης για την παροχή πρόσβασης στην εκπαίδευση και την πραγματοποίηση δραστηριοτήτων χορού σε άτομα με αυτού του είδους την αναπηρία. Τέτοιου είδους συνεργασίες περιλαμβάνουν το Canadian National Institute for the Blind (CNIB) και το DZouk Productions στο Τορόντο του Καναδά, το Association for India (AID) and Articulate Ability, India και το Greater London Fund for



the Blind και Extant στο Λονδίνο. Υπάρχουν και άλλοι πόροι, όπως το πρόγραμμα Lighthouse, αλλά όπως μας λένε οι ίδιοι δημιουργοί του, η πρόσβαση των ατόμων με προβλήματα όρασης είναι περιορισμένη και χρειάζεται βελτίωση (Seham & Yeo, 2015).

Ο τομέας της εκπαίδευσης μέσω χορού παρέχει σήμερα σημαντικούς πόρους και δυνατότητες με βασικές τεχνικές για τη διδασκαλία των ατόμων με αναπηρίες, συμπεριλαμβανομένων των προβλημάτων όρασης. Πολλοί συγγραφείς περιλαμβάνουν την οπτική αναπηρία σε ένα φάσμα αναπηριών, αλλά οι περισσότεροι δε δίνουν έμφαση στις πολύ συγκεκριμένες ανάγκες των μη οπτικών μαθητών ούτε παρέχουν ολοκληρωμένη μεθοδολογία για την αντιμετώπιση αυτών των αναγκών. Για περαιτέρω τεκμηρίωση των απαραίτητων τεχνικών διδασκαλίας για δασκάλους χορού, δίνεται περισσότερη έμφαση στις σπουδές στη φυσική αγωγή. Οι ερευνητές της επιστήμης της κίνησης, τονίζουν τη σημασία των παιδαγωγικών τεχνικών όπως η απτική μοντελοποίηση, η φυσική επίδειξη και η προφορική περιγραφή για τη βελτίωση των κινητικών δεξιοτήτων των μαθητών με προβλήματα όρασης. Η μοντελοποίηση είναι μια διαδικασία κατά την οποία οι παρατηρητές προσπαθούν να αναπαράγουν τις ενέργειες που εκτελεί ένα άλλο άτομο. Η απτική μοντελοποίηση περιλαμβάνει μια διαδικασία στην οποία ο μαθητής αγγίζει ένα μοντέλο για να αναπαράγει ή να κατανοήσει τις ενέργειες, όπως στη μοντελοποίηση του Merce Cunningham για την Helen Keller. Αν και οι οδηγίες μπορεί να δίνονται προφορικά, η μοντελοποίηση αυξάνει την κατανόηση, παρέχοντας βάθος και αποχρώσεις σε αυτό που χρειάζεται να κάνει ένα άτομο για να αναπαραγάγει την κίνηση. Στον χορό, προσθέτει ένα σημαντικό επίπεδο σωματικής κατανόησης σχετικά με το πώς αισθάνεται και εκτελείται μια κίνηση ή στάση. Μόλις γίνει σωματικά κατανοητή μια δεξιότητα, τα παιδιά με προβλήματα όρασης έχουν μια νοητική

εικόνα και γενικά ξέρουν τι να κάνουν. Όλοι οι χορευτές βασίζονται στη μυϊκή μνήμη για να ανακαλέσουν και να εκτελέσουν την κίνηση από ένα απλό plié μέχρι την πιο περίπλοκη χορογραφία. Κατά τη διδασκαλία των τυφλών, ωστόσο, η αρχική ιδέα κάθε βήματος, στάσης, θέσης ή κίνησης πρέπει να μεταφέρεται χωρίς να βασίζεται σε οπτικές ενδείξεις. Η τεχνική της μοντελοποίησης χρησιμοποιείται από αρκετές σύγχρονες μελέτες με θετικά αποτελέσματα σχετικά με τη βελτίωση των συμμετεχόντων στις πειραματικές ομάδες σε σύγκριση με τους συμμετέχοντες στις ομάδες ελέγχου (Barati et al., 2014; Hackney et al., 2013; Haegele et al., 2014).

Η φυσική επίδειξη για μαθητές που είναι τυφλοί σημαίνει ότι ο εκπαιδευτής πρέπει να βοηθήσει τον μαθητή να μάθει καθοδηγώντας το σώμα του ή χρησιμοποιώντας απτικά μοντέλα για να διδάξει κινητικές δεξιότητες. Χρησιμοποιούνται τεχνικές φυσικής επίδειξης μαζί με λεκτικές προτροπές, περιγραφές και σχόλια που ταιριάζουν στο επίπεδο της δεκτικής γλώσσας του μαθητή. Οι Barati et al. (2014) συζητούν τη σημασία των εξειδικευμένων μεθόδων λεκτικής επικοινωνίας για τη διδασκαλία της φυσικής αγωγής και του αθλητισμού σε παιδιά με προβλήματα όρασης. Οι ακουστικές πληροφορίες βοηθούν στην αντιστάθμιση των ατόμων που δεν μπορούν να λάβουν οπτικές πληροφορίες (Barati et al., 2014).

Η γνωστική ανάπτυξη των παιδιών με προβλήματα όρασης εξαρτάται σε σημαντικό βαθμό από τα ακουστικά ερεθίσματα. Η βέλτιστη κινητική λειτουργία βασίζεται στην ποιότητα της λεκτικής διδασκαλίας, γι' αυτό τα προγράμματα φυσικής αγωγής πρέπει να χρησιμοποιούν ενεργά την ακουστική απεικόνιση για να βελτιώσουν τα κίνητρα, την κίνηση και την κινητικότητα των παιδιών με απώλεια όρασης. Αυτές οι τεχνικές απαιτούν εκπαίδευση, εξάσκηση και, κατά προτίμηση, ένα μαθησιακό περιβάλλον στο οποίο κάθε

μαθητής λαμβάνει την ατομική προσοχή που απαιτείται για να εξυπηρετηθούν οι ανάγκες του/της. Η συνεργασία μεταξύ συνομηλίκων παρέχει στους μαθητές με προβλήματα όρασης έναν σύντροφο με τα ίδια προβλήματα που μπορεί να διευκολύνει την απαραίτητη ατομική προσοχή (Haeghele et al., 2014).

Αυτό επιτρέπει στους εκπαιδευτές να διευκολύνουν την ομαδική μάθηση, μεγιστοποιώντας τις ευκαιρίες για οπτική μοντελοποίηση, φυσική καθοδήγηση και εξειδικευμένη προφορική διδασκαλία μεταξύ των μαθητών. Αν και οι χορευτές δεν χρειάζεται απαραίτητα να είναι συνομήλικοι της ίδιας ηλικίας, υπάρχει ένα επιπλέον όφελος από την κοινωνική σύνδεση όταν χρησιμοποιείται αυτό το μοντέλο. Οι «κοινωνικές αναπηρίες» που αρνούνται την πρόσβαση στον χορό για τυφλούς περιλαμβάνουν περιορισμένες ευκαιρίες σε προγράμματα εκπαιδευτικών χορών για τα άτομα με προβλήματα όρασης. Αυτό μπορεί να είναι αποθαρρυντικό, αλλά από την άλλη πλευρά, υπάρχουν σήμερα πόροι που μπορούν να παρέχουν σε έναν εκπαιδευτή χορού βασικές πληροφορίες που σχετίζονται με τα άτομα με αναπηρίες όρασης, ένα γεγονός που επιβεβαιώνεται και από τα ευρήματα της μελέτης των Pires et al., (2020).

Μέθοδοι σωματικής εκπαίδευσης όπως η τεχνική Alexander, το body-mind centering, οι μέθοδοι Laban/Bartenieff και FeldenkraisMethod® παρέχουν πολύτιμους πόρους για τη διδασκαλία του χορού σε συμπεριληπτική εκπαίδευση. Αυτές οι μέθοδοι δίνουν έμφαση στην προσοχή στην εσωτερική αισθητηριακή είσοδο, αντί να βασίζονται σε επαναλαμβανόμενες οπτικές ενδείξεις. Οι ασκήσεις επίγνωσης της κίνησης που βασίζονται σε αυτές τις προσεγγίσεις μπορούν να προσφέρουν στους μαθητές αισθητικοκινητικές εμπειρίες που μπορούν να αποθηκευτούν, να μεταφερθούν και να εφαρμοστούν στην εκμάθηση και την

απόδοση χορού. Ένα παράδειγμα είναι η άσκηση «όρθιας θέσης», της μεθόδου Feldenkrais κατά την οποία οι μαθητές εστιάζουν στην «κατακόρυφη αίσθηση» και μεταφέρουν τις κιναισθητικές αναμνήσεις σε κινήσεις που σχετίζονται με την ορθοστασία και την κίνηση και χρησιμοποιείται στην πρόσφατη μελέτη των Wallman-Jones et al. (2022).

Οι αισθησιοκινητικές εμπειρίες που αποκτήθηκαν στις ασκήσεις με χορό, εξασκούνται περαιτέρω και προσαρμόζονται σε άλλους τομείς της σωματικής εκπαίδευσης. Τέτοιες σωματικές πρακτικές προσφέρουν στους μαθητές με προβλήματα όρασης ευκαιρίες να αντιληφθούν τον χορό μέσα από κιναισθητικές αισθητικοκινητικές εμπειρίες. Μέσα από τέτοιες ασκήσεις, οι μαθητές ενισχύουν την επίγνωσή τους για τις εσωτερικές σωματικές τους διεργασίες και την αισθητηριακή τους ανατροφοδότηση, αναπτύσσοντας ψυχοφυσικές ικανότητες για την παραγωγή συντονισμένων ενεργειών. Τελικά, οι μαθητές κατακτούν τις χορευτικές κινήσεις και τις ακολουθίες παρακολουθώντας τις αισθήσεις τους και αναδημιουργώντας την αίσθηση της κίνησης. Αν και αυτές οι μέθοδοι δεν έχουν μελετηθεί εμπειρικά ούτε έχουν σχεδιαστεί ειδικά για άτομα με προβλήματα όρασης, η σωματική παιδαγωγική παρουσιάζει βιώσιμες, μη οπτικές επικοινωνιακές στρατηγικές κίνησης συμβατές με τις μαθησιακές ανάγκες των τυφλών μαθητών (Gilbert, 2015).

Ένας άλλος λόγος για τον οποίο η σωματική εκπαίδευση μπορεί να είναι χρήσιμη για τη διδασκαλία αυτού του συγκεκριμένου πληθυσμού είναι ότι πολλά από τα μαθήματα μπορούν να παραδοθούν προφορικά. Επιπλέον, οι εκπαιδευτές μπορούν να παρουσιάσουν προφορικά τις εργασίες και μπορούν επίσης να επιδείξουν τους μαθησιακούς στόχους με λέξεις, περιγράφοντας τις κινήσεις που πρέπει να γίνουν αισθητές κατά την εκτέλεση των εργασιών (Seham & Yeo, 2015).

### 5.3.2 Χορός και κώφωση

Τα τελευταία χρόνια έχουν σημειωθεί πολλές θετικές αλλαγές στον χώρο του χορού όσον αφορά την ένταξη, τη διαφορετικότητα και την προσβασιμότητα. Ωστόσο, υπάρχει ακόμη πολύς δρόμος μπροστά μας και η επίγνωση του προβλήματος είναι μόνο το πρώτο βήμα. Με την αυξανόμενη εισαγωγή των κοχλιακών εμφυτευμάτων, πολλοί πιστεύουν ότι η κώφωση μειώνεται και η ένταξή των ατόμων στην κοινωνία είναι όλο και λιγότερο απαραίτητη.

Ωστόσο υπάρχουν πολλές παράμετροι που πρέπει να αναλυθούν, οι οποίες διαφέρουν από άτομο σε άτομο. Μία από αυτές, είναι ότι η επιλογή ενίσχυσης του ήχου με ακουστικά βαρηκοΐας ή κοχλιακά εμφυτεύματα μπορεί να είναι μια περίπλοκη απόφαση, επειδή πολλοί στην κοινότητα των κωφών θεωρούν την κώφωση ούτως ή άλλως σαν κοινωνικό εμπόδιο (Ritzel, 2020).

Τόσο η νοηματική γλώσσα όσο και ο χορός είναι μορφές έκφρασης που βασίζονται στην κίνηση. Από αυτό προκύπτει ότι συνδυάζονται καλά μεταξύ τους, εύκολα και διεξοδικά. Ορισμένοι χορογράφοι χρησιμοποιούν τη διατύπωση των λέξεων με νοηματική γλώσσα ως χορογραφική έμπνευση για το κομμάτι τους. Ο Βρετανός χορογράφος της νοηματικής γλώσσας MarkSmith ενσωματώνει τη νοηματική γλώσσα στα έργα του. Ο Smith χρησιμοποιεί τη βρετανική νοηματική γλώσσα. Κάθε νοηματική γλώσσα είναι διαφορετική, αλλά επειδή όλες βασίζονται στην κίνηση, όλα τα σημεία εξακολουθούν να ισχύουν. Ένα παράδειγμα ενσωμάτωσης της νοηματικής γλώσσας στη χορογραφία μπορεί να φανεί στο έργο του Smith, Resolution, το οποίο συνεχίζει να παρουσιάζεται και σήμερα σε πολλές σκηνές παγκοσμίως.

Οι στίχοι της μουσικής υπογράφονται με τη νοηματική γλώσσα, τόσο για να κατανοήσει ο κωφός ακροατής τους στίχους όσο και για να μπορούν όλοι οι ακροατές να δουν τη χορογραφική του έμπνευση από αντίστοιχες πινακίδες ("Deaf Men Dancing, Resolution at ThePlace, 22 Jan. 2011", 2:07- 2:48) (Marozeau, 2021).

Μερικές φορές είναι πολύ ξεκάθαρο το σημάδι που σχετίζεται άμεσα με το κινητικό λεξιλόγιο της χορογραφίας. Ο Smith είναι ένας από τους πολλούς χορογράφους, κωφούς και ακούοντες, που ενσωματώνουν τη νοηματική γλώσσα στον χορό. Ίσως ένα πιο γνωστό παράδειγμα από τη μουσική παραγωγή του Lin Manuel Miranda θα ήταν ο Hamilton. Υπάρχει μια πολύ σύντομη χρονική περίοδος, όπου η νοηματική γλώσσα ενσωματώνεται σε δύο σκηνές της κινηματογραφημένης παραγωγής του Hamilton. Ο χορογράφος Andy Blankenbuehler χρησιμοποίησε αριθμούς ASL στη χορογραφία για τα "Ten DuelCommandments" και "The World Was Wide Enough". Αυτές είναι πολύ μικρές χειρονομίες, αλλά με τη γνώση της κουλτούρας των κωφών και της νοηματικής γλώσσας προσθέτουν σημαντική εξέλιξη στην αντίληψη του χορού από τους θεατές (Smith et al., 2015).

Στην εκπαίδευση, οι προσπάθειες που έχουν γίνει σε σχέση με τον χορό στη συμπεριληπτική διαδικασία των ατόμων με ακουστικές αναπηρίες είναι περιορισμένες. Ωστόσο, αξίζει να αναφερθεί η πρόσφατη μελέτη των Vongpaisal et al. (2016), από τους οποίους έγινε προσπάθεια να βελτιωθούν οι ενδείξεις χρονισμού της μουσικής (π.χ. πότε «μπαίνει» η μουσική κτλ) που είναι διαθέσιμες στα άτομα με αναπηρίες τα οποία συμμετέχουν σε χορευτικές δραστηριότητες, διερευνώντας τρόπους με τους οποίους μπορούν να οπτικοποιηθούν και να κωδικοποιηθούν ταυτόχρονα οι κινήσεις. Αντίστοιχα, εξετάστηκε η

περίπτωση κατά την οποία η χορευτική εκμάθηση περιλαμβάνει ενεργή ακρόαση μουσικής μέσω του χορού και κατά πόσο αυτό θα μπορούσε να ενισχύσει τις δεξιότητες αναγνώρισης τραγουδιών των κωφών παιδιών. Εννέα παιδιά με ακουστικές αναπηρίες έμαθαν νέα τραγούδια σε δύο συνθήκες εκπαίδευσης: (α) μόνο ακρόαση (ακουστική μάθηση) και (β) ακρόαση και χορό (ακουστική-κιναισθητική μάθηση). Τα μέτρα έκβασης ήταν η ικανότητα των παιδιών να αναγνωρίζουν αποσπάσματα πρωτότυπων τραγουδιών, καθώς και λανθασμένες εκδοχές. Ενώ τα παιδιά με προβλήματα ακοής ήταν λιγότερο ακριβή από τους συνομηλίκους τους με κανονική ακοή, έδειξαν μεγαλύτερη ακρίβεια αναγνώρισης τραγουδιών στις εκδόσεις που διατήρησαν τους αρχικούς ρυθμούς των οργάνων αφού έμαθαν ότι περιλάμβαναν ενεργητική ακρόαση που συνδυαζόταν με χορό. Το παρατηρούμενο πλεονέκτημα απόδοσης υποδεικνύει ότι τα κέρδη που παρέχονται από την ακουστική-κιναισθητική μάθηση έχουν πρακτική σημασία. Επιπλέον, η ανάλυση των κινήσεων του σώματος έδειξε ότι τα παιδιά με προβλήματα ακοής, συγχρονίστηκαν με τις χρονικές δομές της μουσικής με τρόπο συγκρίσιμο με τους συνομηλίκους τους με φυσιολογική ακοή. Εκτός από την αυξημένη διέγερση από την ενεργό ενασχόληση με τη μουσική, τα ευρήματά υποδεικνύουν ότι η πιο ισχυρή αναπαράσταση ή μνήμη των χαρακτηριστικών του μουσικού χρονισμού καθίσταται δυνατή μέσω της πολυτροπικής επεξεργασίας από τα άτομα που έλαβαν μέρος στη μελέτη. Συνεπώς, μέθοδοι που ενθαρρύνουν τα παιδιά με ακουστικές αναπηρίες να κατανοήσουν τον μουσικό χρονισμό ή να τον παρακολουθούν με κινήσεις του σώματος μπορεί να είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικές στην ενίσχυση της μουσικής γνώσης από τις μεθόδους που περιλαμβάνουν μόνο ακρόαση (Vongpaisal et al., 2016).

### 5.3.3 Χορός και κινητικές αναπηρίες

Για τα άτομα με κινητικές αναπηρίες, μια βοηθητική συσκευή μπορεί να είναι ένα σημαντικό μέρος της εμπειρίας τους. Είναι σημαντικό να καταγραφεί ότι, όπως και οι συσκευές ειδικά για αθλήματα, οι βοηθητικές συσκευές ειδικά για χορό δεν καλύπτονται συνήθως από την ασφάλιση. Ενδέχεται να υπάρχουν εμπόδια στην πρόσβαση σε αυτές τις συσκευές, ιδιαίτερα εάν είναι ειδικά για χορό (όπως μια προσθετική συσκευή με το πόδι στη θέση en pointe). Στις παρακάτω παραγράφους εξετάζονται τα βοηθήματα που μπορεί να είναι χρήσιμα για την υποστήριξη ατόμων που χρειάζονται βοηθητικές συσκευές ειδικά για τον χορό. Πολλά από αυτά τα βοηθήματα μπορεί να είναι διαθέσιμα από τους ασφαλιστικούς οργανισμούς οι οποίοι παρέχουν βοήθεια για αθλητικό προσαρμοστικό εξοπλισμό μέσω μιας διαδικασίας απλής αίτησης (Dubon et al., 2021).

Ανάλογα με τη σωματική αναπηρία, οι χορευτές μπορούν να χρησιμοποιούν χειροκίνητα αναπηρικά καροτσάκια, χειροκίνητα αναπηρικά καροτσάκια με ηλεκτρική υποβοήθηση ή ηλεκτρικά αναπηρικά καροτσάκια για χορό. Τα χειροκίνητα αναπηρικά αμαξίδια για χορευτικά αθλήματα έχουν συχνά 5 τροχούς, με 2 περιστρεφόμενους τροχούς εμπρός, 2 κινητήριους τροχούς και 1 περιστρεφόμενο τροχό πίσω. Χρησιμοποιείται μια μεταλλική πλάκα για την τοποθέτηση και τη στερέωση των ποδιών του χορευτή και έχει τους μπροστινούς περιστρεφόμενους τροχούς συνδεδεμένους από κάτω στο καρότσι. Αυτή η διάταξη με 5 τροχούς επιτρέπει ομαλές μεταβάσεις ολίσθησης διατηρώντας παράλληλα τη σταθερότητα για την αποφυγή ανατροπής (Cooper et al., 2018).



Μια στρατηγική για τον προσδιορισμό του αν το σύστημα καθισμάτων έχει τοποθετηθεί σωστά είναι να αναγκαστεί ο χρήστης της αναπηρικής πολυθρόνας να εκτελέσει μία στροφή. Το αναπηρικό καροτσάκι πρέπει να κινείται σε αρμονία με το άτομο. Ωστόσο σε άλλες μορφές χορού, όπως ο σύγχρονος χορός, η ανατροπή είναι μέρος της κίνησης και αυτός ο τύπος καρέκλας δεν θα ήταν βέλτιστος για έναν σύγχρονο χορευτή που θα ήθελε να έχει την ικανότητα να κάνει ανατροπή. Στις περιπτώσεις αυτές χρησιμοποιούνται τα αθλητικά αναπηρικά καροτσάκια τα οποία πρέπει να είναι ελαφριά, να κυλιούνται εύκολα και να εφαρμόζουν κατά παραγγελία σε κάθε αθλητή. Θα πρέπει να υπάρχουν τουλάχιστον 50 έως 75 mm (2-3 ίντσες) μεταξύ της πρόσθιας άκρης αυτού του καθίσματος και της ιγνυακής γωνίας του χορευτή για την κατάλληλη εφαρμογή του καθίσματος εντός της καρέκλας προκειμένου να τεθεί ο χορευτής σε κατάλληλη στάση με μειωμένο κίνδυνο τραυματισμών και ελκών πίεσης (Cooper et al., 2018; Morris et al., 2015).

Οι χορευτές με ακρωτηριασμούς άνω άκρων ή ελλείψεις άκρων μπορούν να επιλέξουν να χορέψουν χωρίς τη χρήση προσθετικού άνω άκρου ή μπορούν να χρησιμοποιήσουν παθητικό χέρι, γάντζο με επένδυση, προσθετικό χέρι με εξωτερική τροφοδοσία ή γάντια Super Sport που αποθηκεύει ενέργεια (π.χ. για πέσιμο/ ακροβατικά / σταντ), ανάλογα με τη λειτουργική χρήση του προσθετικού. Οι χορευτές με ακρωτηριασμούς κάτω άκρων ή ελλείψεις άκρων μπορούν επίσης να επιλέξουν να χορέψουν χωρίς προσθετικά, αν και οι χορευτές συχνά επιλέγουν να χρησιμοποιήσουν προσθετική (Morris et al., 2015).

Οι ελαστομερείς επενδύσεις υποδοχών γέλης μπορούν να βοηθήσουν στη μείωση των των δυνάμεων πολλαπλών κατευθύνσεων που συχνά αναμένονται με τις χορευτικές δραστηριότητες. Όταν αποφασίζεται η κατασκευή ενός προσθετικού για έναν χορευτή, είναι

σημαντικό να λαμβάνεται υπ' όψιν το είδος του χορού που εκτελεί, οι ειδικές ανάγκες του προσθετικού για αυτό το είδος χορού και οι λειτουργικές ανάγκες του προσθετικού πέρα από τον χορό. Η εφαρμογή και η άνεση στην υποδοχή είναι σημαντικά για την αθλητική και καλλιτεχνική ικανότητα καθώς και για την ασφάλεια. Θα πρέπει να ληφθούν υπόψη τα εξαρτήματα του ποδιού που απορροφούν τους κραδασμούς και, σε περιπτώσεις όπου απαιτείται πρόσθετη απορρόφηση κραδασμών, μπορούν να τοποθετηθούν πυλώνες απορρόφησης κραδασμών μεταξύ της υποδοχής και του προσθετικού ποδιού (Chen et al., 2017).

Η υλοποίηση μιας χορογραφίας είναι ένας τρόπος διαμόρφωσης ταυτότητας, αποδοχής της εικόνας του σώματος, ανάπτυξης φυσικών δεξιοτήτων και δημιουργία της αίσθησης της δράσης. Η χρήση μιας συσκευής στον χορό από τα άτομα με κινητικές αναπηρίες, είναι διαφορετική από την αντίληψη που συχνά συνδέεται με τα ιατρικά βοηθήματα. Τα ιατρικά βοηθήματα συνήθως νοούνται ως συσκευές που είναι χρηστικές και εξυπηρετούν έναν σκοπό αποκατάστασης. Ο τρόπος που χρησιμοποιείται η συσκευή στον χορό έρχεται σε αντίθεση με αυτήν την άποψη (Morris et al., 2015).

Στον χορό, τα ιατρικά βοηθήματα μπορούν να επανεξεταστούν σαν δημιουργικοί καταλύτες που διευκολύνουν μια καλλιτεχνική έκφραση, όπως το γύρισμα της συσκευής στο πλάι ή ανάποδα για να επιτρέψουν ενδιαφέρουσες διαμορφώσεις και αλληλεπιδράσεις κίνησης, μετατόπιση βάρους από τον κατακόρυφο άξονα για να προκαλέσει μια ποιότητα πτήσης ή ανάρτησης. ή χρησιμοποιώντας το σχήμα ή την υλικότητα της συσκευής για να τονίσει μια οπτική αισθητική ή ρυθμική δυναμική. Αν και, παραδοσιακά, ένα μαστούνι χρησιμοποιείται για να αποτρέψει την πτώση, στον χορό, ο χορευτής μπορεί να

χρησιμοποιήσει το μπαστούνι για να πέσει στρατηγικά με τρόπο που αποκαλύπτει έναν εκφραστικό σκοπό ή ιδέα. Στο πλαίσιο του χορού, το τι είναι το κινητικό βοήθημα και πώς υποτίθεται ότι λειτουργεί μπορεί να ανατραπεί ριζικά. Το αναπηρικό καροτσάκι, το δεκανίκι ή το μπαστούνι μεταμορφώνονται σε ένα δημιουργικό, ενσωματωμένο όργανο έξω από τη σφαίρα των παραδοσιακών ιατρικών αντιλήψεων (Cone & Cone, 2017).

Αυτό το σημείο είναι σημαντικό επειδή έχει επιπτώσεις στην εκπαίδευση και στον τρόπο με τον οποίο οι ιατροί, οι δάσκαλοι και οι χορογράφοι κατανοούν και αλληλεπιδρούν με τους μαθητές με κινητικές αναπηρίες. Οι ίδιες εκτιμήσεις του προσωπικού χώρου και της δράσης που εφαρμόζεται όταν κάποιος μαθητής αγγίζει ή αλληλεπιδρά με τα μέρη του σώματος ενός άλλου ατόμου ισχύουν και για την αλληλεπίδραση κατά τις χορευτικές δραστηριότητες με μία προσθετική συσκευή. Όταν ο χορευτής και η συσκευή κινητικότητας θεωρούνται τόσο μοναδικοί όσο και ολοκληρωμένοι, η προσέγγιση της θεραπείας, της αποκατάστασης, της συνταγής θεραπευτικού χορού, της προετοιμασίας και της εκπαίδευσης χορού μπορεί να αναπτυχθεί με μεγαλύτερη αποτελεσματικότητα. Αυτό αναφέρεται στα συμπεράσματα δύο πρόσφατων μελετών που συμπεριλάμβαναν δείγματα από μαθητές με κινητικές αναπηρίες που έλαβαν μέρος σε προγράμματα χορού με στόχο την εκπαίδευση (Morris et al., 2015; Raiola, 2015)

Στον σύγχρονο χορό, επαγγελματίες χορευτές που χρησιμοποιούν αναπηρικά καροτσάκια μπορούν να φανούν να πηδούν, να χρησιμοποιούν κύλιση, ολίσθηση, ανατροπή, ανύψωση ή συνδυασμό των κινήσεων αυτών, αλλάζοντας τον σωματικό τους προσανατολισμό στη συσκευή και υιοθετώντας τεχνικές για να μετακινούνται μέσα και έξω από τα αναπηρικά αμαξίδια τους. Οι χορευτές που χρησιμοποιούν αναπηρικά καροτσάκια

μπορούν επίσης να εκτελούν πολύπλοκες συνεργασίες που μπορεί να περιλαμβάνουν άρση ή μεταφορά του βάρους άλλων χορευτών στις πλάτες, στους ώμους, στα πόδια ή/και σε μέρη των καρτελών τους. Συχνά χρησιμοποιούνται τεχνικές αντιστάθμισης σε ντουέτο και ομαδικές χορογραφικές εργασίες. Όλοι αυτοί οι τύποι κινήσεων απαιτούν προσεκτικό συντονισμό, δύναμη και έλεγχο, που απαιτούν εξειδικευμένες προσεγγίσεις προετοιμασίας και προσοχή στη μοναδικότητα του σώματος. Μια έρευνα 8 επαγγελματιών χορευτών που χρησιμοποιούν αναπηρικά καροτσάκια έδειξε ότι η ρύθμιση της ταχύτητας, ο διαφοροποιημένος έλεγχος, η σταθερότητα, η ιδανική θέση του καθίσματος για ευελιξία και συνεργασία, η κατάλληλη τριβή μεταξύ συσκευής και δαπέδου και ένα ελαφρύ, μικρό πλαίσιο ήταν υψηλές προτεραιότητες για τους χορευτές που χρησιμοποιούν αναπηρικά καροτσάκια (Morris, 2017).

Ωστόσο, για χορευτές με σωματικές αναπηρίες που δεν χρησιμοποιούν προσθετικά βοηθήματα, μπορεί να εξακολουθούν να είναι απαραίτητες σωματικές προσαρμογές, όπως στα παραδείγματα ενός ατόμου με ασυμμετρία από μονόπλευρο ακρωτηριασμό ή νευρολογική πάθηση που επηρεάζει τον συντονισμό. Οι δάσκαλοι/χορογράφοι χορού θα πρέπει να συνεργαστούν με κάθε χορευτή για να βρουν μεμονωμένες λύσεις και την ατομική ερμηνεία της κίνησης (Morris, 2017).

#### **5.3.4 Χορός, νοητική και ψυχική αναπηρία**

Η μουσική και ο χορός συνδέονται στενά με τη μάθηση. Οι προαναφερθείσες μελέτες, έχουν δείξει ότι η μουσική και ο χορός μπορούν να λειτουργήσουν βοηθητικά στη διαδικασία

της μάθησης. Η χρήση δημιουργικών τεχνών, όπως ο χορός και η κίνηση, επιτρέπει στους μαθητές να βιώσουν αυξημένη κατανόηση του περιεχομένου που διδάσκεται και χρησιμεύει στην τροποποίηση της συμπεριφοράς τους στην τάξη προς το καλύτερο. Η ενασχόληση των ατόμων με νοητικές αναπηρίες με τον χορό και τη μουσική, μπορεί να τα βοηθήσει στο να αξιοποιήσουν τις δυνατότητές τους και να αυξήσουν τις πιθανότητές τους να συναναστραφούν με άλλους. Ενεργοποιώντας, διεγείροντας και δίνοντας στόχο σε όσους αντιμετωπίζουν διανοητικά προβλήματα, η ενασχόληση με τον χορό και τη μουσική τους βοηθά να αξιοποιήσουν τις δυνάμεις τους και να δημιουργήσουν επαφή και συναισθηματική σύνδεση. Αυτό, με τη σειρά του, μπορεί να τους βοηθήσει να ξεπεράσουν τους περιορισμούς που επιβάλλονται από τις αναπηρίες τους και να αυξήσουν τις πιθανότητές τους να κοινωνικοποιηθούν με άλλους (May et al., 2019).

Σχετικά με τη συμβολή του χορού στην ενίσχυση της εμπιστοσύνης των μαθητών στην επικοινωνία, η συχνότητα αυτού του ευρήματος στις σχετικές μελέτες καταδεικνύει την αξία της ενσωμάτωσης του χορού στα επίσημα μαθήματα στην τάξη. Αυτό αντικατοπτρίζεται από τον τρόπο με τον οποίο οι μαθητές προσπαθούσαν να εκφραστούν κατά τη διάρκεια των μαθημάτων. Διαπιστώνεται ότι η μουσική και ο χορός, ενθαρρύνει όσους συνήθως δεν επικοινωνούν να επικοινωνούν με διαφορετικούς τρόπους. Επίσης, στις ίδιες μελέτες, διαπιστώνεται ότι η μουσική έπαιξε καθοριστικό ρόλο στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης στα παιδιά, αυξάνοντας έτσι την αυτοπεποίθησή τους για την επικοινωνία. Παρόλο που τα παιδιά με νοητική αναπηρία έχουν περιορισμένο λεξιλόγιο, ο χορός και η μουσική τα βοήθησαν να αναπτύξουν δεξιότητες επικοινωνίας, οι οποίες τους επέτρεψαν να

αλληλεπιδρούν καλύτερα και με μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση (Prieto et al., 2020; Takahashi & Kato, 2022; Zitomer, 2016).

Η μουσική και ο χορός μπορούν να βοηθήσουν στην ομαδική δραστηριότητα, καθώς δημιουργούν μια ενωτική ενέργεια και ένα συνεκτικό πλαίσιο για τα παιδιά με νοητική αναπηρία. Έχει βρεθεί ότι η μουσική βελτιώνει τις δεξιότητες κοινωνικοποίησης, δημιουργεί δυνατότητες επικοινωνίας και επεξεργασίας συναισθημάτων σε παιδιά με μαθησιακές δυσκολίες, ψυχικές ασθένειες και νοητική αναπηρία. Επιπλέον, ο χορός παρέχει ευκαιρίες για τη δημιουργία φιλιών, την έκφραση της δημιουργικότητας, την ανάπτυξη της ταυτότητας του εαυτού και την προώθηση του νοήματος και του σκοπού στη ζωή. Όσοι πάσχουν από διανοητική αναπηρία συνήθως προτιμούν να είναι μόνοι τους, ωστόσο μέσω των χορευτικών δραστηριοτήτων ενθαρρύνονται με τη χρήση της κίνησης να αλληλεπιδρούν με τους άλλους. Στις σχετικές μελέτες, υποστηρίζεται επίσης ότι ο χορός και η μουσική συμβάλλουν σημαντικά στη συμμετοχή των παιδιών σε ομάδες. Διαπιστώνεται επομένως, ότι η εισαγωγή του χορού στα μαθήματα ενθάρρυνε και παρακίνησε τους μαθητές και ο ρυθμικός χορός παρείχε στα παιδιά την ευκαιρία να εργαστούν και να αλληλεπιδράσουν μεταξύ τους (Prieto et al., 2020; Takahashi & Kato, 2022; Zitomer, 2016).

Μέσω της ακρόασης μουσικής και του χορού, οι μαθητές αναγκάζονται να ακολουθούν και να θυμούνται ενέργειες και κινήσεις μέσω της μετάδοσης πληροφοριών στον εγκέφαλο. Αυτό βοηθά στη μίμηση της κίνησης με την εφαρμογή του νου, συμβάλλοντας έτσι στη γνωστική ανάπτυξη. Με αυτόν τον τρόπο αναπτύσσονται επίσης και οι δεξιότητες έκφρασης. Στην Αυστραλία, η μουσική ενσωματώθηκε στα προγράμματα σπουδών για να εισαγάγει τη γνώση και τις προοπτικές των Αβορίγινων στο σχολείο και να μεταδώσει την

ερμηνεία των ιθαγενών της αυστραλιανής ζωής. Οι στίχοι των τραγουδιών κωδικοποιούν διαφορετικά νοήματα και κοσμοθεωρίες και είναι σε θέση να μεταφέρουν διαφορετικές ιστορίες. Αυτό μπορεί να είναι ιδιαίτερα ωφέλιμο για την παραγωγή νέας γνώσης σε μαθητές με νοητική αναπηρία. Ο Bargenda (2014), διαπίστωσε ότι τα παιδιά με νοητική αναπηρία αποσπώνταν εύκολα, είχαν χαμηλότερο προσανατολισμό στην εργασία και έτειναν να είναι εχθρικά. Αυτό είχε ως αποτέλεσμα δυσκολίες στην οργάνωση, τον έλεγχο της συμπεριφοράς τους και την εστίαση στην απόδοση των εργασιών τους. Η μουσική και ο χορός μπορούν να δημιουργήσουν ένα ασφαλές περιβάλλον χωρίς περισπασμούς, το οποίο βοηθά τους μαθητές να συγκεντρωθούν πιο αποτελεσματικά στις εργασίες. Στην ίδια μελέτη διαπιστώνεται ότι ο χορός βελτίωσε το εύρος προσοχής των παιδιών, το οποίο με τη σειρά του τα βοήθησε να ελέγξουν το περιβάλλον τους και να αναπτύξουν μια ρουτίνα. Τέλος, οι χορευτικές δραστηριότητες στην εκπαιδευτική διαδικασία, βοήθησαν στη μείωση της υπερκινητικότητας σε μαθητές με νοητικές αναπηρίες. Οι συγγραφείς, πιστεύουν ότι με την εισαγωγή της μουσικής και του χορού, οι μαθητές με αναπηρίες μπορούν να μάθουν να χαλαρώνουν και να εστιάζουν καλύτερα στη μαθησιακή διαδικασία (Bargenda, 2014).

### **5.3.5 Χορός και συναισθηματικές, συμπεριφορικές διαταραχές**

Οι διαταραχές συμπεριφοράς συχνά συνυπάρχουν με προβλήματα ψυχικής υγείας που οδηγούν σε κοινωνικές δυσκολίες. Αυτές οι διαταραχές ομαδοποιούνται σε δύο μεγάλες κατηγορίες, τις εξωτερικές και τις εσωτερικές. Οι εξωτερικές συμπεριφορές, οι οποίες περιλαμβάνουν επιθετικότητα και την αναζήτηση προσοχής, διαταράσσουν τη ρουτίνα στην

τάξη, αμφισβητούν άμεσα την εξουσία του εκπαιδευτικού και επηρεάζουν την ικανότητα των δασκάλων να δίνουν οδηγίες. Σύμφωνα με τις σχετικές ανασκοπήσεις, ο χορός/κίνηση και η μουσική είναι μορφές εκφραστικών και δημιουργικών παρεμβάσεων που έχουν βρεθεί ότι είναι αποτελεσματικές στη βελτίωση της συμπεριφοράς καθώς και στην αυτοέκφραση στα άτομα με νοητικές και συναισθηματικές αναπηρίες. Το συμπέρασμα των μελετών είναι ότι μέσω της βελτίωσης της αυτοέκφρασης πραγματοποιείται βελτίωση του αποτελέσματος της μαθησιακής διαδικασίας (Prieto et al., 2020; Takahashi & Kato, 2022; Zitomer, 2016).

Ομοίως, σε πρόσφατη μελέτη, διαπιστώθηκε ότι η κίνηση είναι καθοριστική για τη βελτίωση της συμπεριφοράς. Ο χορός, εάν χρησιμοποιείται με δομημένο τρόπο, έχει βρεθεί ότι είναι αποτελεσματικός στην τροποποίηση της αλλαγής της διάθεσης και στη διαχείριση της συμπεριφοράς. Ο χορός μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως θετική ενίσχυση για την ενθάρρυνση της κοινωνικά αποδεκτής συμπεριφοράς και έχει επίσης βρεθεί ότι αυξάνει τη συνοχή της ομάδας. Οι Kourkouta et al., (2014) χρησιμοποίησαν μια βασισμένη στον ήχο και με επίκεντρο τις αισθήσεις χοροθεραπεία σε παιδιά με συναισθηματικές αναπηρίες και βρήκαν ότι ήταν χρήσιμη στη μετατροπή της παρεκκλίνουσας συμπεριφοράς σε άριστα πρότυπα συμπεριφοράς (Kourkouta et al., 2014). Με παρόμοιο τρόπο, διαπιστώθηκε ότι η εισαγωγή χορού στα μαθήματα ζωγραφικής σε διάστημα έξι εβδομάδων βελτίωσε σημαντικά την ποιότητα της εργασίας και επίσης βελτίωσε τη συμπεριφορά και τη στάση (Woodmansee et al., 2016).

Σύμφωνα με όλα τα παραπάνω είναι εμφανές, πως για κάθε είδος αναπηρίας από αυτά που μελετώνται στην παρούσα βιβλιογραφική ανασκόπηση έχουν δοκιμαστεί βοηθήματα και τεχνικές σχετικά με τον χορό, ώστε να μελετηθεί το τι ρόλο μπορεί να διαδραματίσει τελικά ο



χορός στην ευρύτερη εξέλιξη και ανάπτυξη ενός ατόμου. Ανεξάρτητα από το είδος της αναπηρίας που βιώνει ένα άτομο, ο χορός μπορεί να συμβάλει ουσιαστικά στη βελτίωση της σωματικής υγείας, στην ψυχοκινητική ανάπτυξη, στον γνωστικό, κοινωνικό και ψυχολογικό τομέα αλλά και σε πολλούς άλλους τομείς, όπως αυτοί που αναφέρθηκαν παραπάνω (Anderson, 2015; Arzoglou et al., 2013; Bargenda, 2014; Colquitt et al., 2017; DORSAN et al., 2014; Dabalsa, 2017; Ito et al., 2017; Matzner, 2015; Mauerberg-deCastro & Moraes, 2013; ; Neville & Makopoulou, 2020; Prieto et al., 2020; Reinders et al., 2015; Shilpa & Shetty, 2015; Takahashi & Kato, 2022; Woodmansee et al., 2016; de De Villiers et al., 2013). Απαιτείται, ωστόσο περισσότερη έρευνα, καθώς το εύρος των αναπηριών είναι τεράστιο και κάθε αναπτυξιακό στάδιο διαφορετικό.

## **6<sup>ο</sup> ΚΕΦΑΛΑΙΟ: ΣΥΖΗΤΗΣΗ-ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ-ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ-ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ**

### **6.1 Συζήτηση**

Από τις μελέτες που συμπεριλήφθηκαν, μόνο ένα μικρό ποσοστό ήταν ελεγχόμενες δοκιμές, με αυξημένη αξιοπιστία. Αυτές οι δοκιμές αφορούσαν τον διαχωρισμό του δείγματος σε τρεις διαφορετικές ομάδες ανθρώπων – αυτούς που συμπεριλήφθηκαν σε μια ομάδα παρέμβασης με βάση τον χορό, μια ομάδα ελέγχου ή μια ομάδα χωρίς θεραπεία. Ωστόσο, επειδή οι μελέτες ήταν εξαιρετικά ετερογενείς, είναι δύσκολο να εξαχθούν ασφαλή συμπεράσματα από αυτές. Επιπλέον, οι μελέτες κάλυψαν μια σειρά διαφορετικών αναπηριών και αναπτυξιακών σταδίων, γεγονός που καθιστά δύσκολη την πραγματοποίηση οποιασδήποτε γενίκευσης στα άτομα με αναπηρία.

Οι μελέτες που έγιναν μέσα στα σχολεία διαπίστωσαν ότι τα προγράμματα ψυχαγωγικού χορού που βασίζονται στην κοινότητα μπορούν να έχουν θετικά αποτελέσματα σε πτυχές της σωματικής λειτουργίας, όπως το πόσο καλά μπορεί να κινηθεί ένα άτομο. Ωστόσο, δεν αναλύεται ποιες είναι οι επιπτώσεις αυτών των προγραμμάτων σε άλλους τομείς, όπως η ψυχολογική ή κοινωνική λειτουργία ενός ατόμου. Αυτό είναι κάτι που πρέπει να μελετηθεί περισσότερο σε μεταγενέστερες μελέτες (Ito et al., 2017; Zitomer, 2016).

Οι σωματικές εμπειρίες μπορούν να γίνουν αντιληπτές με διάφορους τρόπους, μεταξύ των οποίων είναι η ανακάλυψη νέων κινήσεων και διαφορετικών αισθήσεων, μια διαδικασία που συνεχίζεται από τις πρώτες στιγμές της ζωής. Σε πρόσφατες μελέτες σχετικά με τον χορό και τα άτομα με αναπηρία αναφέρεται ότι ο χορός είναι μία κρίσιμη έκφραση της ανάπτυξης

και της ανθρώπινης κουλτούρας, μέσω της οποίας, από τη γέννησή τους, τα παιδιά έχουν όλο και περισσότερο έλεγχο του σώματός τους και βελτιώνουν γρήγορα τις δεξιότητες κοινωνικής αλληλεπίδρασης. Μέσω της κίνησης, τα παιδιά εκφράζουν συναισθήματα και σκέψεις που θα τους επιτρέψουν να βιώσουν διάφορους τρόπους αντιμετώπισης του σώματός τους και, κατά συνέπεια, να ανακαλύψουν την πραγματικότητα (Chaiklin & Wengrower, 2015).

Έτσι, μπορεί κανείς να σκεφτεί ότι η ανθρώπινη κίνηση είναι κάτι περισσότερο από μια μεταφορά σώματος στον χώρο, αλλά και ενός είδους γλώσσα που καθιστά εφικτή την εκτέλεση κινήσεων στο εξωτερικό περιβάλλον. Είναι σημαντικό να αναφέρουμε ότι για να είναι σταθερή αυτή η διαδικασία, εκτός από τα θέματα που σχετίζονται με την ανάπτυξη της σωματικής ωριμότητας, το παιδί θα χρειαστεί ψυχικό ερέθισμα και τη βοήθεια ενός εξαιρετικά προσεκτικού φροντιστή που θα το ενθαρρύνει και θα το παρακολουθεί. Εάν υπάρχουν ελαττώματα στη διαδικασία, η ανάπτυξη μπορεί να μην είναι πλήρως λειτουργική και όπως αναμένεται (Chaiklin & Wengrower, 2015).

Αυτά τα πολλά υποσχόμενα ευρήματα απαιτούν περαιτέρω ερευνητική προσπάθεια. Η σωματική υγεία ήταν ο πιο κοινός τομέας που μετρήθηκε σε ένα ευρύ φάσμα σωματικών δεξιοτήτων. Φαίνεται ότι ο χορός παρείχε στα παιδιά με αναπηρία ευκαιρίες να βελτιώσουν τις αντιληπτικές τους κινητικές δεξιότητες, τις δεξιότητες ισορροπίας/συντονισμού και τις ικανότητες φυσικής κατάστασης, με ποικιλία τομέων να έχουν αξιολογηθεί και να παρουσιάζουν σημαντική βελτίωση μετά από ένα πρόγραμμα χορού. Υπήρξε βελτίωση και στις επτά μελέτες που αξιολόγησαν τις δεξιότητες χορού/ρυθμού, αποδεικνύοντας ότι αυτές οι βασικές δεξιότητες μπορούν να αναπτυχθούν μέσω προγραμμάτων χορού σε παιδιά με αναπηρίες. Αυτά τα ευρήματα υποστηρίζονται και από αντίστοιχα ευρήματα σε πρόσφατες

μελέτες, τα οποία υποδηλώνουν μια μέση έως μεγάλη βελτίωση στη σωματική λειτουργία, και πιο συγκεκριμένα στην ισορροπία και την ικανότητα άλματος (May et al., 2019).

Η ανάλυση άλλων τομέων λειτουργίας δεν ήταν δυνατή λόγω έλλειψης ελεγχόμενων μελετών. Επίσης, από τις τυχαίοποιημένες ελεγχόμενες δοκιμές, μόνο μία μελέτη περιελάμβανε παιδιά με σωματικές αναπηρίες (χορός με αναπηρικά αμαξίδια). Οι υπόλοιπες διερεύνησαν παιδιά με κυρίως διανοητική αναπηρία, παιδιά με αυτισμό, προβλήματα ακοής ή πολλαπλές αισθητηριακές/διανοητικές αναπηρίες.

Η γνωστική βελτίωση βρέθηκε σε τρεις από τους τέσσερις τομείς που αξιολογήθηκαν στις μελέτες και ειδικότερα στους τομείς της προσοχής, τις οργανωτικές δεξιότητες και τη μάθηση. Υπάρχουν περιορισμένα δεδομένα στις μελέτες της ανασκόπησης σχετικά με την επίδραση του χορού στις βασικές εκτελεστικές δεξιότητες. Είναι σημαντικό να διερευνηθεί εάν ο χορός μπορεί να βελτιώσει τους ευρύτερους τομείς της γνώσης που παρουσιάζουν συχνά προβλήματα σε παιδιά με αναπτυξιακές δυσκολίες, όπως η μνήμη εργασίας, η ταχύτητα επεξεργασίας, η ικανότητα λεκτικής και οπτικής επεξεργασίας (Chen et al., 2017; Kourkouta et al., 2014; Prieto et al., 2020). Επίσης, παρατηρείται μία έλλειψη μελετών που να διερευνούν την επίδραση του χορού στην ψυχολογική ευεξία των ατόμων με αναπηρίες.

Από την άλλη πλευρά, υπάρχουν αρκετές μελέτες που διερευνούν τα κοινωνικά οφέλη των προγραμμάτων χορού σε άτομα με αναπηρίες. Τα ευρήματα των μελετών αυτών που μέτρησαν τις κοινωνικές δεξιότητες έδειξαν θετική έκβαση (Jenson, 2018; Seham & Yeo, 2015; Sweeting et al., 2020). Δεδομένο είναι επίσης ότι, οι περισσότερες μελέτες σε αυτόν τον τομέα μπορεί να προσφέρουν πρόσθετη υποστήριξη στη χρήση του χορού ως παρέμβασης κοινωνικών δεξιοτήτων για παιδιά με αναπηρία που αντιμετωπίζουν κοινωνικές προκλήσεις.

Μία από αυτές τις μελέτες βρήκε βελτίωση σε ομάδες παιδιών με διαταραχές αυτιστικού φάσματος που παρουσιάζουν βασική έκπτωση στις κοινωνικές δεξιότητες, επομένως ο χορός μπορεί να είναι ένας μοναδικός τρόπος για να βελτιωθούν οι κοινωνικές δεξιότητες (Sööt & Viskus, 2014)

Μόνο μία από τις μελέτες βρήκε βελτίωση στην αυτοαντίληψη (Zitomer, 2016). Άλλες δύο μελέτες διερεύνησαν πτυχές της δημιουργικότητας και έδειξαν βελτιώσεις σε κάποιους τομείς (Ito et al., 2017; Kourkouta et al. , 2014). Ωστόσο, καμία μελέτη δε διερεύνησε προβλήματα ψυχικής υγείας όπως η κατάθλιψη και το άγχος. Δεδομένου ότι ο ομαδικός χορός μπορεί να είναι μια σωματική δραστηριότητα που εμφανίζεται σε κοινωνικό περιβάλλον, μελλοντική έρευνα θα πρέπει να διερευνήσει εάν μπορεί να υπάρξει βελτίωση στα αποτελέσματα της ψυχικής υγείας σε αυτήν την ευάλωτη ομάδα.

Από τα παραπάνω φαίνεται ότι ο χορός μπορεί να είναι ένα ισχυρό εργαλείο για την προώθηση της ένταξης και της ενδυνάμωσης των ατόμων με αναπηρία. Το αυξανόμενο ενδιαφέρον της επιστημονικής κοινότητας προς τον χορό που εντάσσει στη δραστηριότητα αυτή και τα άτομα με αναπηρία, στοχεύει να μην αμφισβητήσει τις ικανότητες και να προωθήσει τη δημιουργικότητα και την έκφραση των ατόμων με αναπηρία.. Οι προσπάθειες ένταξης των ατόμων με αναπηρία σε δραστηριότητες που έχουν σχέση με τον χορό κερδίζει αρκετό έδαφος τα τελευταία χρόνια. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι και οι οργανισμοί που λαμβάνουν σχετική δράση. Τέτοιοι οργανισμοί είναι η Candoco Dance Company, η οποία δημιουργεί έργα ειδικά για χορευτές με αναπηρία και χωρίς ειδικές ανάγκες, και την AXIS Dance Company, η οποία χρησιμοποιεί χορευτές μεικτής ικανότητας για τη δημιουργία καινοτόμων παραστάσεων. Επιπλέον, η International Association of Dance Medicine and Science (IADMS) έχει αναπτύξει κατευθυντήριες γραμμές για την εργασία με χορευτές με

αναπηρίες, τονίζοντας τη σημασία της προσβασιμότητας, της ασφάλειας και των εξατομικευμένων προσεγγίσεων στην εκπαίδευση (Pappas et al., 2012).

Η ενσωμάτωση των ατόμων με αναπηρία στον χορό περιλαμβάνει τη δημιουργία ευκαιριών για χορευτές με αναπηρίες να συμμετάσχουν σε μαθήματα χορού, παραστάσεις και χορογραφίες και προσαρμογή πρακτικών χορού για να ικανοποιήσουν τις ανάγκες και τις ικανότητες των χορευτών αυτών. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει μια ποικιλία στρατηγικών, συμπεριλαμβανομένων τροποποιήσεων σε τεχνικές και κινήσεις χορού, χρήση βοηθητικών συσκευών και τεχνολογίας και δημιουργία προσβάσιμων χώρων παραστάσεων και προγραμμάτων εκπαίδευσης. Επίσης, μπορεί να αποτελέσει παρέμβαση για τη βελτίωση των σωματικών και κοινωνικών τους δεξιοτήτων αφού είναι μία δραστηριότητα που συνδέει την έκφραση με τις σωματικές κινήσεις. Αναλυτικότερα, από τα βασικά πλεονεκτήματα της ενσωμάτωσης της αναπηρίας στον χορό είναι η ενδυνάμωση και η αυτοέκφραση που μπορεί να προσφέρει σε χορευτές με αναπηρία. Ο χορός μπορεί να βοηθήσει να αμφισβητηθούν οι κοινωνικές προσδοκίες και τα στίγματα γύρω από την αναπηρία και μπορεί να προσφέρει ένα μέσο δημιουργικής έκφρασης και προσωπικής ολοκλήρωσης. Επιπλέον, ο χορός μπορεί να έχει οφέλη για τη σωματική και ψυχική υγεία, συμπεριλαμβανομένης της βελτίωσης της ισορροπίας, του συντονισμού και της αυτοπεποίθησης. Αυτές οι πτυχές της συσχέτισης του χορού με την αναπηρία αναφέρονται και στο πρόσφατο άρθρο των Quinten et al. (2022), το οποίο περιλαμβάνει ωστόσο ανασκόπηση περιορισμένου αριθμού άρθρων (Quinten et al., 2022).

Για να ενσωματωθεί η αναπηρία στον χορό, είναι σημαντική η δημιουργία ενός υποστηρικτικού και χωρίς αποκλεισμούς περιβάλλοντος για τα άτομα με αναπηρίες. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει την ανάπτυξη εκπαιδευτικών προγραμμάτων και διασφάλιση πόρων για εκπαιδευτές χορού και χορογράφους, καθώς και τη δημιουργία προσβάσιμων και

ασφαλών χώρων για χορευτές με αναπηρίες για εξάσκηση και παράσταση. Ωστόσο, όταν ξεπεραστούν τα εμπόδια αυτά και διασφαλιστούν οι απαραίτητοι πόροι φαίνεται ότι τα προγράμματα είναι αποτελεσματικά. Αυτοί είναι επίσης και οι λόγοι που τα προγράμματα που αναπτύσσονται στην κοινότητα είναι πιο εύκολα υλοποιήσιμα και έχουν μεγαλύτερη βελτίωση στα μέτρα έκβασης σε σύγκριση με τα προγράμματα που γίνονται σε εκπαιδευτικά περιβάλλοντα. Από την άλλη πλευρά, η σύγκριση αυτή είναι δύσκολη λόγω του ετερογενούς πληθυσμού και του μικρού αριθμού κοινών μέτρων έκβασης (Sööt & Viskus, 2014).

Συνολικά, η τρέχουσα κατάσταση της έρευνας που ασχολείται με τον χορό και την αναπηρία είναι ένα ανερχόμενο πεδίο στο οποίο εμφανίζονται αρκετές καινοτομίες. Ενώ εξακολουθούν να υπάρχουν σημαντικές προκλήσεις που πρέπει να αντιμετωπιστούν, συμπεριλαμβανομένων ζητημάτων που σχετίζονται με την προσβασιμότητα και την κατάρτιση των εκπαιδευτών, αναγνωρίζεται όλο και περισσότερο η σημασία της προώθησης του χορού για τα άτομα με αναπηρία. Καθώς όλο και περισσότεροι χορευτές και οργανισμοί αγκαλιάζουν τον χορό που περιλαμβάνει άτομα με αναπηρίες τόσο σε εκπαιδευτικά περιβάλλοντα όσο και στην κοινότητα, είναι πιθανό να εμφανιστούν πιο δημιουργικές και καινοτόμες προσπάθειες τα επόμενα χρόνια.

## **6.2 Συμπεράσματα**

Συμπερασματικά, όσον αφορά την εκπαίδευση, τα τελευταία 10 χρόνια η επιστημονική κοινότητα έχει διερευνήσει τον αντίκτυπο μιας ποικιλίας διαφορετικών προγραμμάτων χορού σε παιδιά με μια σειρά διαφορετικών αναπηριών. Τα ευρήματα υποδεικνύουν ότι τα προγράμματα ψυχαγωγικού χορού μπορούν να βελτιώσουν ορισμένες σωματικές δεξιότητες σε άτομα με αναπηρίες, αλλά υπάρχει έλλειψη εμπειρικής έρευνας για τις επιπτώσεις των

προγραμμάτων χορού στην κοινωνική και ψυχολογική λειτουργία. Ωστόσο, η περιορισμένη υπάρχουσα έρευνα δείχνει πολλά υποσχόμενα αποτελέσματα. Αυτά τα θετικά ευρήματα μετριάζονται από τη χαμηλή μεθοδολογική ποιότητα της πλειονότητας των μελετών και την έλλειψη μακροπρόθεσμης παρακολούθησης για να γίνει κατανοητό εάν διατηρούνται τα άμεσα κέρδη. Συνεπώς, η πραγματοποίηση μελλοντικών μελετών σχετικών με το αντικείμενο θεωρείται επιβεβλημένη.

Συμπερασματικά, φαίνεται ότι ο χορός και ο χορός χωρίς αποκλεισμούς γενικά έχουν οφέλη για την κοινότητα των ατόμων με αναπηρία. Αυτά τα οφέλη μπορεί να περιλαμβάνουν τη βελτίωση της κοινωνικότητας, τη βελτίωση των λεκτικών ή κινητικών ικανοτήτων, την ευκαιρία για αυτοέκφραση και την απόλαυση. Δυστυχώς τα προγράμματα είναι συχνά δύσκολο να αξιοποιηθούν από τα άτομα με αναπηρίες, υπάρχει περιορισμένη χρηματοδότηση, πραγματοποιούνται μόνο για σύντομο χρονικό διάστημα ή είναι διαθέσιμα μόνο για ανηλίκους. Επίσης, αυτός ο τύπος παρέμβασης είναι αποτελεσματικός στην οικοδόμηση σχέσεων και κοινότητας και στη βελτίωση άλλων πτυχών της ζωής τόσο των ενηλίκων όσο και των παιδιών με αναπηρίες. Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι ο συμπεριληπτικός χορός δεν είναι ωφέλιμος μόνο για τα παιδιά και τους εφήβους αλλά και τους ενήλικες που ανήκουν στην ειδική ομάδα των ατόμων με αναπηρίες. Λόγω των προγραμμάτων που συμπεριλαμβάνουν χορευτικές δραστηριότητες δημιουργούνται σχέσεις και κοινότητες όχι μόνο από μαθητές και εκπαιδευτές, αλλά και από οικογένειες και άλλους οργανισμούς. Οι μαθητές φαίνεται να αγαπούν τον χορό και τα αποτελέσματα δείχνουν ότι μέσα από αυτόν αποκτούν σωματικές και λεκτικές δεξιότητες. Ωστόσο, η κατάρτιση και η ύπαρξη ενός εξειδικευμένου εκπαιδευτικού είναι σημαντικά στοιχεία για την επιτυχία ενός προγράμματος



αυτού του είδους. Απαραίτητη προϋπόθεση για την επιτυχή έκβαση σχετικών προγραμμάτων είναι και οι κατάλληλοι πόροι.

Συνολικά, φαίνεται πως η ένταξη της διδασκαλίας της τέχνης του χορού στα σχολικά προγράμματα μπορεί να δώσει θετικό πρόσημο στην προσπάθεια συμπερίληψης παιδιών με αναπηρία στο σχολικό περιβάλλον, εφόσον σύμφωνα με τη βιβλιογραφία ο χορός επιφέρει βελτιώσεις σε δεξιότητες που κρίνονται σημαντικές ή ακόμη και απαραίτητες για την ομαλή και επιτυχημένη αλληλεπίδραση των ατόμων μεταξύ τους. Τέτοιες δεξιότητες είναι λόγου χάρη σε ορισμένες περιπτώσεις ο καλύτερος έλεγχος μιας πιθανής ανεπιθύμητης συμπεριφοράς ή η αυτοεκτίμηση.

Τέλος, το είδος της αναπηρίας που βιώνει ένα άτομο εύλογα καθορίζει το πώς ο χορός θα επιδράσει στην εξέλιξή του, ωστόσο με την απαραίτητη τεχνογνωσία και την ανάπτυξη όλο και καλύτερων τεχνολογικά βοηθημάτων φαίνεται πως πολλά από τα εμπόδια που ανακύπτουν λόγω αναπηρίας μπορούν να μετριαστούν, ώστε τα άτομα να μπορέσουν μακροπρόθεσμα να απολαμβάνουν τα οφέλη του χορού.

### **6.3 Περιορισμοί της έρευνας**

Το εάν ο χορός έχει τα περισσότερα οφέλη κατά τη διάρκεια μιας συγκεκριμένης αναπτυξιακής περιόδου δεν θα μπορούσε να διευκρινιστεί από την τρέχουσα ανασκόπηση και με βάση τα δεδομένα των μελετών. Υπήρχαν μόνο τρεις μελέτες που αφορούσαν συμμετέχοντες στην πρώιμη παιδική ηλικία (0-6 ετών) οι οποίες βρήκαν βελτίωση σε κοινωνικούς, σωματικούς, γνωστικούς και ψυχολογικούς τομείς. Μελλοντικές μελέτες μπορεί

να δώσουν τη δυνατότητα κατηγοριοποίησης των αποτελεσμάτων ανά ηλικιακή ομάδα, γεγονός που μπορεί να παρέχει τη δυνατότητα για την κατανόηση του εάν υπάρχουν συγκεκριμένες περιόδους στην αναπτυξιακή πορεία ενός ατόμου με αναπηρίες όπου ο χορός μπορεί να έχει τα ισχυρότερα αποτελέσματά του στους διαφορετικούς τομείς έκβασης. Η ποικιλομορφία της έρευνας σε αυτόν τον τομέα καθιστά ορισμένες από τις ερμηνείες δύσκολες. Δεν υπάρχουν επαρκή δεδομένα για την εξαγωγή ασφαλών συμπερασμάτων για τα περισσότερα φυσικά, ψυχολογικά, γνωστικά και κοινωνικά αποτελέσματα. Σημαντικές πτυχές του προγράμματος όπως παραδείγματος χάρι, η διάρκεια ήταν εξαιρετικά ετερογενείς στις μελέτες και δεν μπορούσαν να αξιολογηθούν εμπειρικά για την επίδρασή τους. Επίσης, σημαντικό είναι το γεγονός ότι δεν υπήρξε μακροπρόθεσμη παρακολούθηση των μελετών για να γίνει κατανοητό εάν διατηρήθηκαν κάποια κέρδη σε χρονικό διάστημα πέρα από την άμεση ολοκλήρωση των προγραμμάτων χορού.

Οι περιορισμοί της μελέτης περιλάμβαναν επίσης μεγάλη ετερογένεια στα δείγματα των συμμετεχόντων όσον αφορά τις διαφορετικές αναπηρίες. Τα τελευταία 10 χρόνια υπήρξαν επίσης ουσιαστικές αλλαγές στον ορισμό και τα διαγνωστικά κριτήρια των διαφορετικών αναπηριών, αλλαγές στη θεραπεία και διαχείριση παιδιών με αναπηρίες, βελτίωση της τεχνολογίας και των μεθόδων που σχετίζονται με την έρευνα και μείωση του κοινωνικού στιγματισμού που σχετίζεται με τις αναπηρίες. Ηπιότερες περιπτώσεις αναπηρίας είναι πλέον πιο πιθανό να εντοπιστούν και δίνεται έμφαση στην έγκαιρη παρέμβαση και σε θεραπείες που βασίζονται σε στοιχεία και επιστημονικά δεδομένα. Πιθανώς, ορισμένες από τις παλαιότερες σε χρονολογία δημοσίευσης μελέτες να εμπλέκουν παιδιά σε μια διαγνωστική ομάδα που δεν υπάρχει πλέον ή έχει πλέον αποδοθεί σε μια νέα ή διαφορετική διάγνωση.

Συγγυτικοί παράγοντες, όπως η ποσότητα της θεραπείας που ελήφθη, η ποιότητά της και το στίγμα της εντός της κοινότητας, που θα μπορούσαν να επηρεάσουν τους τύπους των αποτελεσμάτων που αξιολογήθηκαν σε αυτήν την ανασκόπηση, μπορεί να έχουν αλλάξει συστηματικά κατά τη διάρκεια των 10 ετών.

## **6.4 Προτάσεις**

### **6.4.1 Προτάσεις για πρακτική εφαρμογή των συμπερασμάτων**

Η παρούσα βιβλιογραφική ανασκόπηση που περιελάμβανε παιδιά με διαφορετικούς τύπους αναπηριών μπορεί να θεωρηθεί πολύ ευρεία για να εξαχθούν συγκεκριμένα συμπεράσματα, ωστόσο, μας δίνει τη δυνατότητα να συγκεντρώσουμε ένα σύνολο ερευνών και να αξιολογηθούν οι δυνατότητες και η αξία της μελλοντικής έρευνας σε αυτόν τον τομέα. Τα προγράμματα ψυχαγωγικού χορού έχουν τη δυνατότητα να προσφέρουν πρόσθετα οφέλη της ένταξης στην κοινότητα για οικογένειες και ενδεχομένως να παρέχουν μία συμπληρωματική μεθοδολογία στην κλινική θεραπεία, εάν μπορεί να δημιουργηθεί μία βάση επιστημονικών δεδομένων.

Από την άλλη πλευρά, αν λάβουμε υπ' όψιν ότι ειδικά στην διαδικασία της εκπαίδευσης (συμπεριληπτική ή μη) ο χορός είχε θετικές επιδράσεις για το μεγαλύτερο ποσοστό των παιδιών με αναπηρία που συμμετείχαν σε τέτοιου είδους δραστηριότητες, ένα πρόγραμμα χορού θα αποτελούσε μία παρέμβαση με θετικό αντίκτυπο σε οποιοδήποτε τυπικό εκπαιδευτικό πρόγραμμα.

Επιπρόσθετα, τα αποτελέσματα της παρούσας μελέτης αλλά και λοιπών ερευνών που απαιτείται να διενεργηθούν μελλοντικά μπορούν επίσης να ενισχύσουν τομείς που ήδη

συνδυάζουν τον χορό με τον τομέα της υγείας, όπως είναι η χοροθεραπεία. Η χοροθεραπεία χρησιμοποιείται ήδη σε περιπτώσεις ατόμων που αντιμετωπίζουν διάφορα κινητικά, ψυχικά ή διανοητικά ζητήματα.

Συνολικά, από όλα τα παραπάνω προκύπτει και η γενικότερη ανάγκη αναβάθμισης του χορού τόσο στη χώρα μας όσο και σε άλλα κράτη. Για να επιτευχθεί αυτό θα πρέπει να αναβαθμιστούν γενικότερα οι σπουδές των εκπαιδευτών χορού και να καταρτιστούν καλύτερα σε σχέση με τους τρόπους με τους οποίους ο χορός μπορεί να συνδράμει στην ολόπλευρη ανάπτυξη ατόμων τυπικής ανάπτυξης ή ατόμων με αναπηρίες αλλά και στο πώς αυτά τα άτομα μπορούν να αλληλεπιδράσουν μεταξύ τους χρησιμοποιώντας την τέχνη του χορού με σημαντικά οφέλη για όλους τους εμπλεκόμενους.

#### **6.4.2 Προτάσεις για μελλοντική έρευνα**

Υπάρχουν πολλές συστάσεις για περαιτέρω έρευνα σε αυτόν τον τομέα. Πρέπει να διερευνηθεί ένα ευρύτερο φάσμα αποτελεσμάτων, συμπεριλαμβανομένων άλλων πτυχών της γνωστικής λειτουργίας (μάθηση και μνήμη, ταχύτητα επεξεργασίας, προσοχή, γλωσσικές δεξιότητες, οπτικοχωρικές δεξιότητες και εκτελεστική λειτουργία), ψυχολογικά αποτελέσματα που σχετίζονται με την ψυχική υγεία και τη συναισθηματική λειτουργία (άγχος, διάθεση, ρύθμιση συναισθημάτων και συμπεριφοράς) και κοινωνική λειτουργία. Μελέτες που διερευνούν τα ευρύτερα οφέλη για άτομα άλλα από το παιδί (όπως οι οικογένειες και η κοινότητα) θα πρέπει να ληφθούν υπόψη σε μελλοντική έρευνα. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει τη διερεύνηση των επιπτώσεων στην ψυχική υγεία των γονέων και στην οικογενειακή λειτουργία, καθώς και στην ποιότητα ζωής. Οι μελλοντικές μελέτες θα πρέπει

να εξασφαλίσουν τη διεξαγωγή μακροπρόθεσμων χρονικών διαστημάτων παρακολούθησης για να διαπιστωθεί εάν υπάρχουν κάποια οφέλη, αν και αυτά θα μπορούσαν πιθανότατα να συγγέονται από άλλα εκπαιδευτικά και σωματικά προγράμματα που τα παιδιά βιώνουν φυσικά κατά την παιδική και εφηβική ηλικία. Απαιτείται επίσης περαιτέρω διερεύνηση προγραμμάτων χορού που βασίζονται στην κοινότητα.

## 7<sup>ο</sup> ΚΕΦΑΛΑΙΟ: ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

### ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΕΣ:

Albright, A. C. (2013). 'Strategic Abilities: Negotiating the Disabled Body in Dance' in *Moving Histories/Dancing Cultures: A Dance History Reader* by Dils, A. & Albright, (eds), Wesleyan University Press, pp. 95-109.

Albright, A. C. (2010). *Choreographing difference: The body and identity in contemporary dance*. Wesleyan University Press.

Anderson, A. (2015). Dance/Movement Therapy's Influence on Adolescents' Mathematics, Social-Emotional, and Dance Skills. *The Educational Forum*, 79(3), 230–247. <https://doi.org/10.1080/00131725.2015.1037512>

Arzoglou, D., Tsimaras, V., Kotsikas, G., Fotiadou, E., Sidiropoulou, M., Proios, M., & Bassa, E. (2013). The effect of [alpha] traditional dance training program on neuromuscular coordination of individuals with autism. *Journal of Physical Education and Sport*, 13(4), 563. <https://doi.org/DOI:10.7752/jpes.2013.04088>

Aujla, I. J., & Redding, E. (2013). Barriers to dance training for young people with disabilities. *British Journal of Special Education*, 40(2), 80–85. <https://doi.org/10.1111/1467-8578.12021>

Aujla, I. J., & Redding, E. (2014). The identification and development of talented young dancers with disabilities. *Research in Dance Education*, 15(1), 54–70. <https://doi.org/10.1080/14647893.2012.721762>

- Barati, A. A., Yousefi, I., Faramarzi, S., Barati, S. A., Ghaini, S., & Behpour, N. (2014). Comparative study of the effects of mental, physical and combined exercises on the reactions of students with visual impairments. *Asian J. Med. Pharm. Res*, 4(1), 62-67  
[https://ajmpr.scienceline.com/attachments/article/23/Asian%20J.%20Med.%20Pharm.%20Res.%204\(1\)%2062-67,%202014.pdf](https://ajmpr.scienceline.com/attachments/article/23/Asian%20J.%20Med.%20Pharm.%20Res.%204(1)%2062-67,%202014.pdf)
- Bargenda, C. (2014). *Social Competencies for Adolescents with Intellectual Disabilities*  
[https://csusm-dspace.calstate.edu/bitstream/handle/10211.3/131466/BargendaChristin\\_Fall2014.pdf?sequence=1](https://csusm-dspace.calstate.edu/bitstream/handle/10211.3/131466/BargendaChristin_Fall2014.pdf?sequence=1)
- Barnow, B.S. (1986). Evaluating employment and training programs. *Evaluation and Program Planning*, 9(1), pp.63–72. [https://doi.org/10.1016/0149-7189\(86\)90009-1](https://doi.org/10.1016/0149-7189(86)90009-1).
- Baxter, A. G. (2007). The origin and application of experimental autoimmune encephalomyelitis. *Nature Reviews Immunology*, 7(11), 904-912.
- Behrman, A. L., & Harkema, S. J. (2000). Locomotor training after human spinal cord injury: a series of case studies. *Physical therapy*, 80(7), 688-700.
- Berghs, M., Chataika, T., El-Lahib, Y., & Dube, K. (Eds.). (2019). *The Routledge handbook of disability activism*. Routledge.
- Bernell, S. L. (2003). Theoretical and Applied Issues in Defining Disability in Labor Market Research. *Journal of Disability Policy Studies*, 14(1), 36–45.  
<https://doi.org/10.1177/10442073030140010501>

- Bickenbach, J. E. (1993). *Physical disability and social policy*. University of Toronto Press.
- Bolt\*, D. (2005). From blindness to visual impairment: Terminological typology and the social model of disability. *Disability & Society*, 20(5), 539-552.
- Brinson, P. (2004). *Dance as education: towards a national dance culture*. Routledge.
- Carey, K., Moran, A., & Rooney, B. (2019). Learning choreography: An investigation of motor imagery, attentional effort, and expertise in modern dance. *Frontiers in Psychology*, 10, 422.
- Carvill, S. (2001). Sensory impairments, intellectual disability and psychiatry. *Journal of Intellectual Disability Research*, 45(6), pp.467–483. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2788.2001.00366.x>.
- Chaiklin, S., & Wengrower, H. (Eds.). (2015). *The art and science of dance/movement therapy: Life is dance*. Routledge.
- Cheesman, S. (2014). Dance and Disability: Embracing difference, tensions and complexities. *Dance Research Aotearoa*, 2(1), 20. <https://doi.org/10.15663/dra.v2i1.26>
- Chen, C. C., Bellama, T. J., Ryuh, Y., & Ringenbach, S. (2017). Examination of participation and performance of dancing movement in individuals with Down syndrome. *International Journal of Developmental Disabilities*. <https://doi.org/10.1080/20473869.2017.1334307>
- Clabaugh, A., & Morling, B. (2004). Stereotype Accuracy of Ballet and Modern Dancers. *The Journal of Social Psychology*, 144(1), 31–48. <https://doi.org/10.3200/socp.144.1.31-48>



- Colquitt, G., Pritchard, T., Johnson, C., & McCollum, S. (2017). Differentiating Instruction in Physical Education: Personalization of Learning. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 88(7), 44–50. <https://doi.org/10.1080/07303084.2017.1340205>
- Cone, S. L., & Cone, T. P. (2017). Widening the Circle of Inclusion. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 88(5), 3–4. <https://doi.org/10.1080/07303084.2017.1295757>
- Cooper, R. A., Cooper, R., & Susmarski, A. (2018). Wheelchair sports technology and biomechanics. *Adaptive Sports Medicine: A Clinical Guide*, 21-34 .
- Corrigan, P. W. (2016). *Principles and practice of psychiatric rehabilitation: An empirical approach* (2nd ed.). The Guilford Press.
- Coyle, S. (2011). A qualitative analysis: The effect of Music Therapy on a person with intellectual disability. [https://esource.dbs.ie/bitstream/handle/10788/312/ba\\_coyle\\_s\\_2011.pdf?sequence=1](https://esource.dbs.ie/bitstream/handle/10788/312/ba_coyle_s_2011.pdf?sequence=1)
- Dabalsa, J. (2017). Dance for Special Needs Students: Building Confidence and Motor Skills. <https://digscholarship.unco.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1113&context=theses>
- Dan, B., Bax, M., Goldstein, M., Rosenbaum, P., Leviton, A., & Paneth, N. (2005). The authors reply. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 48(01), 79. <https://doi.org/10.1017/s0012162206230160>
- De Villiers, D., van Rooyen, F. C., Comm, M., Beck, V., Calitz, Y., Erwee, T., Engelbrecht, C., Odendaal, E., Roothman, L. & van Eeden, L. (2013). Wheelchair dancing and self-esteem in adolescents with physical disabilities. *South African Journal of Occupational*

*Therapy*, 43(2), 23-27 [http://www.scielo.org.za/scielo.php?pid=S2310-38332013000200006&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.za/scielo.php?pid=S2310-38332013000200006&script=sci_arttext)

Dhole, S. R., Gaur, A. K., More, S. N., Popalwar, H., & Lokhande, V. (2015). STUDY OF LOCOMOTOR DISABILITY DUE TO VARIOUS TYPES OF TRAUMA. *National Journal of Medical Research*, 5(3), 194–198.

Dictionary, M. W. (2002). Merriam-webster. On-line at <http://www.mw.com/home.htm>, 8, 2.

DORSAN, A., KOÇ, G., KÖSE, E., BAL, E., & ÇALIŞKAN, E. (2014). The Effect of 12 Weeks Dance Education on Physical Fitness Values At Mentally Retarded Children. *International Journal of Sport Culture and Science*, 2(Special Issue 2), 283–286. <https://doi.org/https://doi.org/10.14486/IJSCS200>

Dubon, M., Siegel, R., Smith, J., Tomasic, M., & Morris, M. L. (2021). New Directions in Dance Medicine. *Physical Medicine and Rehabilitation Clinics of North America*, 32(1), 185–205. <https://doi.org/10.1016/j.pmr.2020.09.010>

England, A. C. (2020). *Let's create*. Arts Council England.

Ezpeleta, L., Keeler, G., Erkanli, A., Costello, E. J., & Angold, A. (2001). Epidemiology of Psychiatric Disability in Childhood and Adolescence. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 42(7), 901–914. <https://doi.org/10.1111/1469-7610.00786>

Fischer, M. E., Cruickshanks, K. J., Pinto, A., Klein, B. E. K., Klein, R., & Dalton, D. S. (2014). Hearing Impairment and Retirement. *Journal of the American Academy of Audiology*, 25(02), 164–170. <https://doi.org/10.3766/jaaa.25.2.5>

- Foulkes, J. L. (2002). *Modern bodies: dance and American modernism from Martha Graham to Alvin Ailey*. Univ of North Carolina Press.
- Foster, R., & Turkki, N. (2021). EcoJustice Approach to Dance Education. *Journal of Dance Education*, 1–11. <https://doi.org/10.1080/15290824.2021.1906430>
- Gable, L., & Gostin, L. O. (2009). Mental Health as a Human Right. SSRN Electronic Journal. <https://doi.org/10.2139/ssrn.1421901>
- Gilbert, A. G. (2018). *Brain-Compatible Dance Education* 2nd Edition. Human Kinetics.
- Gilbert, A. G. (2015). *Creative dance for all ages*. Human Kinetics.
- Hackney, M. E., Hall, C. D., Echt, K. V., & Wolf, S. L. (2013). Dancing for Balance. *Nursing Research*, 62(2), 138–143. <https://doi.org/10.1097/nnr.0b013e318283f68e>
- Haegele, J. A., Lieberman, L. J., Columna, L., & Runyan, M. (2014). Infusing the Expanded Core Curriculum into Physical Education for Children with Visual Impairments. *Palaestra*, 28(3) [https://www.researchgate.net/profile/Luis-Columna-2/publication/276206901\\_Infusing\\_the\\_expanded\\_core\\_curriculum\\_into\\_physical\\_education\\_for\\_students\\_with\\_visual\\_impairments/links/5900bb3c0f7e9bcf65461fc3/Infusing-the-expanded-core-curriculum-into-physical-education-for-students-with-visual-impairments.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Luis-Columna-2/publication/276206901_Infusing_the_expanded_core_curriculum_into_physical_education_for_students_with_visual_impairments/links/5900bb3c0f7e9bcf65461fc3/Infusing-the-expanded-core-curriculum-into-physical-education-for-students-with-visual-impairments.pdf)
- Harris, J. C. (2013). New terminology for mental retardation in DSM-5 and ICD-11. *Current Opinion in Psychiatry*, 26(3), 260–262. <https://doi.org/10.1097/yco.0b013e32835fd6fb>

- Hickey, M. (2002, April). *Creativity Research in Music, Visual Art, Theater, and Dance* 23. *The new handbook of research on music teaching and learning: A project of the music educators national conference* (p. 398). Oxford University Press.
- Hsia, L.-H., Huang, I., & Hwang, G.-J. (2016). Effects of different online peer-feedback approaches on students' performance skills, motivation and self-efficacy in a dance course. *Computers & Education*, 96, 55–71. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2016.02.004>
- Ito, Y., Hiramoto, I., & Kodama, H. (2017). Factors affecting dance exercise performance in students at a special needs school. *Pediatrics International*, 59(9), 967–972. <https://doi.org/10.1111/ped.13338>
- Jenson, K. (2018). Early childhood: Learning through visual art. *He Kapu*, 5(3).
- Johnston, M. (1996). Models of disability. *Physiotherapy Theory and Practice*, 12(3), pp.131–141. <https://doi.org/10.3109/09593989609036429>.
- Kaplan, L. C. (1999). Community-based disability service in the USA: a paediatric perspective. *The Lancet*, 354(9180), 761–762. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(99\)06141-3](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(99)06141-3)
- Kassing, G. (2007). *History of dance: an interactive arts approach*. Human Kinetics.
- Kassing, G., & Jay, D. M. (2020). *Dance teaching methods and curriculum design: comprehensive K-12 dance education*. Human Kinetics Publishers.

- Kourkouta, L., Rarra, A., Mavroeidi, A., & Prodromidis, K. (2014). The contribution of dance on children's health. *Progress in Health Sciences*, 4(1), 229-232. [https://scholar.google.com/scholar?hl=en&as\\_sdt=0%2C5&q=The+contribution+of+dance+on+children%27s+health&btnG=](https://scholar.google.com/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=The+contribution+of+dance+on+children%27s+health&btnG=)
- Kramer, S. E., Kapteyn, T. S., Festen, J. M., & Kramer, S. E. (1998). The Self-reported Handicapping Effect of Hearing Disabilities. *International Journal of Audiology*, 37(5), 302–312. <https://doi.org/10.3109/00206099809072984>
- Krieber, J. F., Andrews, M., & Omura, J. (2020). Cerebral Palsy. *Physician Assistant Clinics*, 5(4), 525–538. <https://doi.org/10.1016/j.cpha.2020.06.004>
- Krigger, K. W. (2006). Cerebral palsy: an overview. *American family physician*, 73(1).
- Kuppers, P. (2000). Accessible Education: Aesthetics, bodies and disability. *Research in Dance Education*, 1(2), 119–131. <https://doi.org/10.1080/713694266>
- Lee, K., Cascella, M., & Marwaha, R. (2019). Intellectual disability. <https://doi.org/10.1080/13668250410001662847>
- LEAT, S. J., LEGGE, G. E., & BULLIMORE, M. A. (1999). What Is Low Vision? A Re-evaluation of Definitions. *Optometry and Vision Science*, 76(4), 198–211. <https://doi.org/10.1097/00006324-199904000-00023>
- Levy, F. J. (1988). *Dance/Movement Therapy. A Healing Art*. AAHPERD Publications, PO Box 704, Waldorf, MD 20601.
- Lindsay, G. (2003). Inclusive education: a critical perspective. *British Journal of Special Education*, 30(1), 3–12. <https://doi.org/10.1111/1467-8527.00275>

- Livneh, H., Chan, F., & Kaya, C. (2014). *Stigma related to physical and sensory disabilities*.
- Marozeau, J. (2021). Why people with a cochlear implant listen to music. In *International Symposium on Computer Music Multidisciplinary Research* (pp. 409-421). Springer, Cham . [https://hal.science/hal-02382500/file/Proceedings\\_CMMR2019.pdf#page=270](https://hal.science/hal-02382500/file/Proceedings_CMMR2019.pdf#page=270)
- MASSOF, R. W. (2002). The Measurement of Vision Disability. *Optometry and Vision Science*, 79(8), 516–552. <https://doi.org/10.1097/00006324-200208000-00015>
- Matzner, J. (2015). Sitting Ballet: A Pilot Program Designed to Include Children with Physical Disabilities in the Private Studio Environment. *Journal of Dance Education*, 15(3), 116–121. <https://doi.org/10.1080/15290824.2015.1055332>
- Mauerberg-deCastro, E., & Moraes, R. (2013). Effects of dance on perception of monotonic rhythmical stimuli in deaf adolescents/A influencia da danca na percepcao de estruturas ritmicas monotonicas em adolescentes surdos. *Motricidade*, 9(1), 69+. <https://link.gale.com/apps/doc/A334486383/AONE?u=anon~abd8abfe&sid=googleScholar&xid=bf940d6b>
- May, T., Chan, E. S., Lindor, E., McGinley, J., Skouteris, H., Austin, D., McGillivray, J., & Rinehart, N. J. (2019). Physical, cognitive, psychological and social effects of dance in children with disabilities: systematic review and meta-analysis. *Disability and Rehabilitation*, 1–14. <https://doi.org/10.1080/09638288.2019.1615139>
- McEwan, C., & Butler, R. (2007). Disability and Development: Different Models, Different Places. *Geography Compass*, 1(3), 448–466. <https://doi.org/10.1111/j.1749-8198.2007.00023.x>

- Mitchell, L. E., Adzick, N. S., Melchionne, J., Pasquariello, P. S., Sutton, L. N., & Whitehead, A. S. (2004). Spina bifida. *The Lancet*, 364(9448), 1885–1895. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(04\)17445-x](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(04)17445-x)
- Morris, M. L., Baldeon, M., & Scheuneman, D. (2015). Developing and Sustaining an Inclusive Dance Program: Strategic Tools and Methods. *Journal of Dance Education*, 15(3), 122–129. <https://doi.org/10.1080/15290824.2015.1056301>
- Morris, M. L. (2017). *Dance, Disability, and Assistive Technology: Probing New Interdisciplinary Landscapes and Re-Imagining Design* (Doctoral dissertation, Texas Woman's University) <https://www.proquest.com/openview/36b552181531415ecd0b375663c4e20b/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750>.
- Munsell, S. E., & Bryant Davis, K. E. (2015). Dance and Special Education. *Preventing School Failure: Alternative Education for Children and Youth*, 59(3), 129–133. <https://doi.org/10.1080/1045988x.2013.859562>
- Neville, R. D., & Makopoulou, K. (2020). Effect of a six-week dance-based physical education intervention on primary school children’s creativity: A pilot study. *European Physical Education Review*, 27(1), 203-220. <https://doi.org/10.1177/1356336X20939586>
- Odding, E., Valkenburg, H. A., Stam, H. J., & Hofman, A. (2001). Determinants of locomotor disability in people aged 55 years and over: the Rotterdam Study. *European journal of epidemiology*, 17, 1033-1041 <https://doi.org/10.1023/A:1020006909285>

- Oliver, M. (2017). *Defining impairment and disability: Issues at stake*. In *Disability and equality law* (pp. 3-18). Routledge.
- Pakes, A. (2017). Knowing through dance-making: choreography, practical knowledge and practice-as-research. In *Contemporary choreography* (pp. 11-24). Routledge.
- Pappas, E., Orishimo, K. F., Kremenec, I., Liederbach, M., & Hagins, M. (2012). The Effects of Floor Incline on Lower Extremity Biomechanics During Unilateral Landing From a Jump in Dancers. *Journal of Applied Biomechanics*, 28(2), 192–199. <https://doi.org/10.1123/jab.28.2.192>
- Patel, D. R., Apple, R., Kanungo, S., & Akkal, A. (2018). Intellectual disability: definitions, evaluation and principles of treatment. *Pediatric Medicine*, 1(0).
- PFEIFFER, D. (1999). The problem of disability definition: again. *Disability and Rehabilitation*, 21(8), 392–395. <https://doi.org/10.1080/096382899297530>
- Pires, A. C., Rocha, F., de Barros Neto, A. J., Simão, H., Nicolau, H., & Guerreiro, T. (2020). Exploring accessible programming with educators and visually impaired children. *Proceedings of the Interaction Design and Children Conference*. <https://doi.org/10.1145/3392063.3394437>
- Prieto, L. A., Haegele, J. A., & Columna, L. (2020). Dance Programs for School-Age Individuals With Disabilities: A Systematic Review. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 37(3), 349–376. <https://doi.org/10.1123/apaq.2019-0117>
- Quinten, S., Bläsing, B., & Whatley, S. (2022). Editorial: Dance and Disability. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.878253>



- Raheb, K. E., Stergiou, M., Katifori, A., & Ioannidis, Y. (2019). Dance interactive learning systems: A study on interaction workflow and teaching approaches. *ACM Computing Surveys (CSUR)*, 52(3), 1-37. <https://doi.org/10.1145/3427379>
- Raiola, G. (2015). Inclusion in sport dance and self perception. *Sport Science*, 8(1), 99-102  
<http://www.sposci.com/PDFS/BR0801/SVE>
- Reinders, N., Bryden, P. J., & Fletcher, P. C. (2015). Dancing with Down syndrome: a phenomenological case study. *Research in Dance Education*, 16(3), 291–307.  
<https://doi.org/10.1080/14647893.2015.1036018>
- Remillard, E. T., Fausset, C. B., & Fain, W. B. (2017). Aging With Long-Term Mobility Impairment: Maintaining Activities of Daily Living via Selection, Optimization, and Compensation. *The Gerontologist*, 59(3), 559–569.  
<https://doi.org/10.1093/geront/gnx186>
- Ritzel, R. J. (2020). Dancing While Deaf. *DANCE MAGAZINE*, 94(1), 82-85.
- Rudnick, A. (2013). *What is a Psychiatric Disability?* *Health Care Analysis*, 22(2), 105–113.  
<https://doi.org/10.1007/s10728-012-0235-y>
- Saunders, G. H., & Echt, K. V. (2007). An Overview of Dual Sensory Impairment in Older Adults: Perspectives for Rehabilitation. *Trends in Amplification*, 11(4), 243–258.  
<https://doi.org/10.1177/1084713807308365>
- Schalock, R. L., Luckasson, R., Tassé, M. J., & Verdugo, M. A. (2018). A Holistic Theoretical Approach to Intellectual Disability: Going Beyond the Four Current Perspectives.

*Intellectual and Developmental Disabilities*, 56(2), 79–89.  
<https://doi.org/10.1352/1934-9556-56.2.79>

Schalock, R. L., Borthwick-Duffy, S. A., Bradley, V. J., Buntinx, W. H., Coulter, D. L., Craig, E. M., Gomez, S. C., Lachapelle, Y., Luckasson, R., Reeve, A., Shogren, K. A., Snell, M. E., Spreat, S., Tasse, M. J., Thompson, J. R., Verdugo-Alonso, M. A., Wehmeyer, M. L., & Yeager, M. H. (2010). Intellectual disability: Definition, classification, and systems of supports. *American Association on Intellectual and Developmental Disabilities*. 444 North Capitol Street NW Suite 846, Washington, DC 20001. <https://doi.org/10.1023/a:1020006909285>

Schneider, J. M., Gopinath, B., McMahon, C. M., Leeder, S. R., Mitchell, P., & Wang, J. J. (2011). Dual Sensory Impairment in Older Age. *Journal of Aging and Health*, 23(8), 1309–1324. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0055054>

Schubert, C. R., Fischer, M. E., Pinto, A. A., Klein, B. E. K., Klein, R., Tweed, T. S., & Cruickshanks, K. J. (2017). Sensory Impairments and Risk of Mortality in Older Adults. *The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences*, 72(5), 710–715. <https://doi.org/10.1093/geroni/igaa057.832>

Shilpa, J., & Shetty, A. P. (2015). Effectiveness of dance movement therapy on attention deficit hyperactivity disorder children aged between 6-12 years. *Manipal Journal of Nursing and Health Sciences (MJNHS)*, 1(1), 19-23.

<https://www.proquest.com/openview/fa28ad0a0404a4f6dc655a44464930df/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2069148>

Seham, J., & Yeo, A. J. (2015). Extending Our Vision: Access to Inclusive Dance Education for People with Visual Impairment. *Journal of Dance Education*, 15(3), 91–99. <https://doi.org/10.1080/15290824.2015.1059940>

Shree, A., & Shukla, P. C. (2016). Intellectual Disability: Definition, classification, causes and characteristics. *Learning Community-an International Journal of Educational and Social Development*, 7(1), 9. <https://doi.org/10.5958/2231-458x.2016.00002.6>

Skoning, S. N. (2008). Movement and Dance in the Inclusive Classroom. *TEACHING Exceptional Children Plus*, 4(6). <https://doi.org/10.1080/23734833.2016.1238726>

Smart, J. F., & Smart, D. W. (2006). Models of Disability: Implications for the Counseling Profession. *Journal of Counseling & Development*, 84(1), 29–40. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2006.tb00377.x>

Smith, A., Shepherd, A., Jepson, R., & Mackay, S. (2015). The impact of a support centre for people with sensory impairment living in rural Scotland. *Primary Health Care Research & Development*, 17(02), 138–148. <https://doi.org/10.1017/s1463423615000225>

Sööt, A., & Viskus, E. (2014). Contemporary Approaches to Dance Pedagogy – The Challenges of the 21st Century. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 112, 290–299. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.1167>

- Stinson, S. W. (2016). *My Body/Myself: Lessons from Dance Education (2004)*. In *Embodied Curriculum Theory and Research in Arts Education* (pp. 79-94). Springer, Cham.
- Svendby, E. B., & Dowling, F. (2013). Negotiating the discursive spaces of inclusive education: narratives of experience from contemporary Physical Education. *Scandinavian Journal of Disability Research*, *15*(4), 361–378. <https://doi.org/10.1080/15017419.2012.735200>
- Sweeting, J., Merom, D., Astuti, P. A. S., Antoun, M., Edwards, K., & Ding, D. (2020). Physical activity interventions for adults who are visually impaired: a systematic review and meta-analysis. *BMJ Open*, *10*(2), e034036. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-034036>
- Takahashi, H., & Kato, T. (2022). Effectiveness of dance/movement therapy in individuals with intellectual disability: a systematic review. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 1–19. <https://doi.org/10.1080/17432979.2022.2101528>
- Taylor, H. R. (2001). World blindness: a 21st century perspective. *British Journal of Ophthalmology*, *85*(3), 261–266. <https://doi.org/10.1136/bjo.85.3.261>
- Urmston, E., & Aujla, I. J. (2021). Values, Attributes, and Practices of Dance Artists in Inclusive Dance Talent Development Contexts. *Journal of Dance Education*, *21*(1), 14-23. <https://doi.org/10.1080/15290824.2019.1652755>
- Varshney, S. (2016). Deafness in India. *Indian Journal of Otology*, *22*(2), 73. <https://doi.org/10.4103/0971-7749.182281>

- Vashist, P., Suraj, S., Gupta, V., Gupta, N., & Kumar, A. (2017). Definition of blindness under National Programme for Control of Blindness: Do we need to revise it? *Indian Journal of Ophthalmology*, 65(2), 92. [https://doi.org/10.4103/ijo.ijo\\_869\\_16](https://doi.org/10.4103/ijo.ijo_869_16)
- Vongpaisal, T., Caruso, D., & Yuan, Z. (2016). Dance movements enhance song learning in deaf children with cochlear implants. *Frontiers in Psychology*, 7, 835 <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2016.00835/full>.
- Wallman-Jones, A., Mölders, C., Schmidt, M., & Schärli, A. (2022). Feldenkrais to Improve Interoceptive Processes and Psychological Well-being in Female Adolescent Ballet Dancers: A Feasibility Study. *Journal of Dance Education*, 1–13. <https://doi.org/10.1080/15290824.2021.2009121>
- Whatley, S. (2007). Dance and disability: The dancer, the viewer and the presumption of difference. *Research in Dance Education*, 8(1), 5-25. <https://doi.org/10.1080/14647890701272639>
- Woodmansee, C., Hahne, A., Imms, C., & Shields, N. (2016). Comparing participation in physical recreation activities between children with disability and children with typical development: A secondary analysis of matched data. *Research in Developmental Disabilities*, 49-50, 268–276. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2015.12.004>
- World Health Organization. (2021a, April 1). Deafness and Hearing Loss. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/deafness-and-hearing-loss>
- World Health Organization. (2021b, October 11). Blindness and Vision Impairment. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/blindness-and-visual-impairment>

Zitomer, M. R. (2016). “Dance Makes Me Happy”: experiences of children with disabilities in elementary school dance education. *Research in Dance Education*, 17(3), 218–234.  
<https://doi.org/10.1080/1464789.2016.1223028>

ΕΛΛΗΝΟΓΛΩΣΣΕΣ

Kraus, R. G. (1980). *Ιστορία του χορού*. ΝΕΦΕΛΗ.