



Integracja sensoryczna

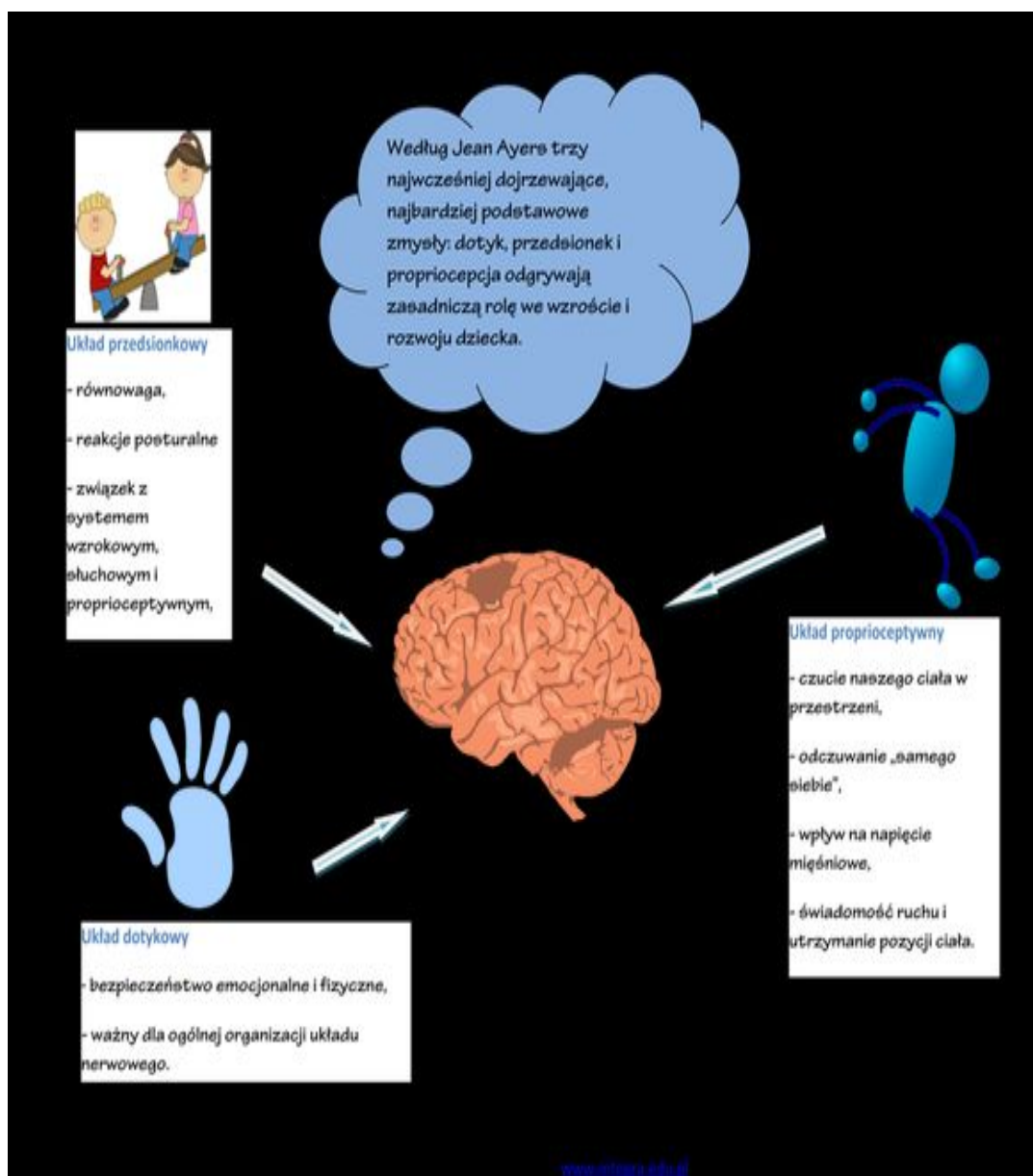
Co to jest integracja sensoryczna ?

Integracja sensoryczna to proces, dzięki któremu mózg otrzymując informacje ze wszystkich zmysłów segreguje je, rozpoznaje, interpretuje i integruje ze sobą. W konsekwencji pozwala człowiekowi na celowe działanie, właściwe reakcje organizmu, umożliwia również selekcję informacji i odwołuje się do wcześniejszych doświadczeń, odpowiada adekwatną reakcją organizmu na bodźce dochodzące z zewnątrz.

Mózg w każdej chwili naszego życia odbiera, segreguje i przetwarza bodźce zmysłowe, które docierają do niego z naszego ciała. Poszczególne zmysły współdziałają ze sobą podczas wykonywania złożonych zadań i ten proces stanowi podstawę ich integracji. Chodzi o zachodzący w układzie nerwowym proces organizacji wrażeń zmysłowych (system dotykowy, system czucia głębokiego, tak zwana propriocepcja- czucie własnego ciała, układ przedsionkowy zwany zmysłem równowagi, wzrokowych, słuchowych, dotykowych, pochodzących z ruchu i grawitacji, węchowych, smakowych), które docierają do człowieka. Tworzenie procesów integracji sensorycznej i ich doskonalenie odbywa się w pniu mózgu- części ośrodkowego układu nerwowego.

Proces budowania integracji sensorycznej zaczyna się w okresie płodowym, najbardziej intensywnie przebiega w pierwszych 3 latach życia i trwa do około 7 roku życia. Zdarza się, że nie przebiega prawidłowo, wówczas pojawiają się różne trudności w funkcjonowaniu i zachowaniu dziecka. Nierówne tempo rozwoju w zakresie powstawania poszczególnych umiejętności może wskazywać na obniżony proces integracji zmysłowej, który może przejawiać się tzw. dysfunkcjami, czyli zaburzeniami. Pojawiają się one, gdy układ nerwowy niewłaściwie organizuje bodźce zmysłowe. Dysfunkcje nie są związane z uszkodzeniem narządów zmysłów, np. z niedosłuchem czy krótkowzrocznością.

U wielu dzieci nieprawidłowe reakcje, zachowania, trudności szkolne czy rozwój społeczno-emocjonalny mogą być spowodowane zaburzeniami w integracji sensorycznej. Problemy nie znikną same, a z czasem mogą się nasilić albo przyjąć inną formę.



Zaburzenia integracji sensorycznej u dzieci mogą objawiać się na wiele sposobów. Dziecko może unikać ruchu lub przeciwnie - stale biega i kręci się, ma problem z odnalezieniem się w nowej sytuacji, unika określonych rodzajów jedzenia czy szybko się rozprasza.

Mamo, Tato jeśli ...

Mam problem z czytaniem, pisaniem, liczeniem

Nie lubię zabaw ruchowych

Jestem stale zmęczony

Przeszkadza mi hałas

Nie lubię mycia włosów, twarzy

Jestem cały czas w ruchu



Nie potrafię się skoncentrować

Przeszkadzają mi metki, różne ubrania

Mam słabą równowagę, często się potykam

...Może warto sprawdzić dlaczego?

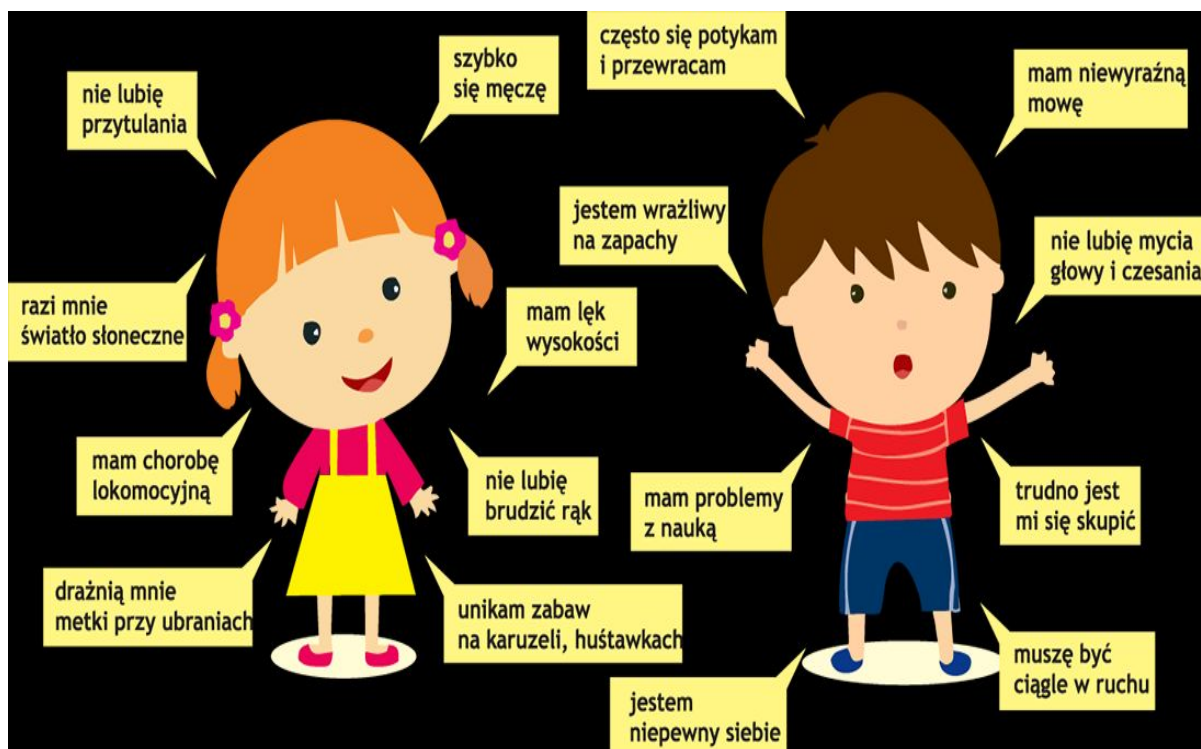


Objawy zaburzeń (dysfunkcji) integracji sensorycznej

Najczęściej spotykanymi dysfunkcjami integracji sensorycznej są:

1. Obniżona wrażliwość/niska reaktywność - dzieci manifestujące obniżoną wrażliwość na bodźce wymagają silnej stymulacji, aby bodźce zostały zauważone przez system nerwowy. Sprawiają wrażenie nie reagujących na otoczenie, mało zainteresowanych nim.
2. Nadwrażliwość (obronność) dotykowa związana z wygórowaną reakcją na bodźce, nadwrażliwość oralna dotycząca okolic buzi, nadwrażliwość słuchowa.
3. Dyspraksja polegająca na trudnościach z zaplanowaniem i wykonaniem czynności ruchowych czy niepewność grawitacyjna, której cechą charakterystyczną jest lęk przed zmianą pozycji ciała.
4. Poszukiwanie stymulacji sensorycznej - dzieci poszukują bodźców, wymagają wysokiej intensywności, częstości i czasu trwania stymulacji. Dzieci te manifestują stałą aktywność ruchową dążąc do zaspokojenia potrzeb sensorycznych.

Jak rozpoznać, czy dziecko ma zaburzenia dysfunkcji integracji sensorycznej ?



Wybrane objawy dysfunkcji integracji sensorycznej u dzieci:

1. źle toleruje wykonywanie przy nim czynności pielęgnacyjnych i higienicznych, takich jak: obcinanie włosów, paznokci, mycie twarzy, zębów, smarowanie kremem, czesanie, czyszczenie nosa, uszu itp.
2. czynności samoobsługowe wykonuje z trudem, powoli, niezdarnie np. myciem się, ubieraniem, zapinaniem guzików i sznurowaniem butów,
3. nie lubi dotykać i być dotykany, nawet przez bliskie mu osoby,
4. ma słabą równowagę: potyka się i upada częściej niż rówieśnicy, prawie zawsze ma jakiś siniak czy zadrapanie,
5. wybiórcze jedzenie, ma trudności z samodzielnym piciem, żuciem i przelknięciem pokarmów (preferuje dania papkowate),
6. jest niespokojne, płaczliwe, ma kłopoty z zaśnięciem,
7. podczas dłuższego siedzenia ma trudności z utrzymaniem głowy w pozycji pionowej, podpira ją ręką, kładzie się na stoliku itp.
8. jest nadruchliwe, nie może usiedzieć/ustać w jednym miejscu,
9. ma problem z utrzymaniem uwagi nad zadaniem, nie doprowadza czynności do końca, trudno się koncentruje, a łatwo rozprasza, sprawia wrażenie słabego, szybko się męczy,
10. jest impulsywne, nadwrażliwe emocjonalnie, często się obraża,
11. bywa uparte, negatywistyczne, źle znosi stres i reaguje nieadekwatnie na trudne dla niego sytuacje,
12. ma problem z nauczeniem się nowych zadań ruchowych np. jazda na rowerze, rzucanie i łapanie piłki, pływanie,
13. wchodząc/schodząc po schodach częściej niż inne dzieci trzyma się poręczy, niepewnie stawia nogi,
14. szybko się męczy lub wręcz odwrotnie, jest w ciągłym ruchu, poszukuje go, dąży do niego - biega, podskakuje, często zmienia pozycję ciała,
15. ma słabą równowagę, często potyka się i przewraca, nie lubi zabaw ruchowych,
16. w nowym miejscu czuje się zagubione, potrzebuje sporo czasu by zdobyć orientację w otoczeniu,

17. często myli stronę prawą i lewą, w obrębie własnego ciała oraz w otaczającej przestrzeni,
18. nie ma ustalonej dominacji ręki - po ukończeniu 4 roku życia,
19. źle się czuje podczas kręcenia na karuzeli, nie lubi huśtania,
20. ma trudności z opanowaniem technik szkolnych- pisanie, czytanie, liczenie, częściej niż inne dzieci w jego wieku myli, odwraca znaki graficzne, ma trudności w przepisywaniu, przerysowywaniu z tablicy,
21. słaba koordynacja ruchowa- słabo wycina, rysuje, ma nieprawidłowy chwyt kredki,
22. unika zabaw związanych z brudzeniem rąk, unika dotyku określonych faktur, materiałów,
23. może mieć opóźniony rozwój mowy lub wydaje się nie reagować na słowa i polecenia,
24. ma chorobę lokomocyjną,
25. obniżona wrażliwość na bodźce- nie odczuwa zimna, bólu,
26. nie lubi chodzenia na bosaka po piasku, drobnych kamyczkach, trawie, różnych fakturach,
27. jest wyjątkowo wrażliwe na bodźce słuchowe i zatyka uszy.

Terapia Integracji Sensorycznej wspomaga pracę zmysłów, wpływa na zmianę zachowania w sferze motorycznej, emocjonalnej i poznawczej, a co za tym idzie poprawia skuteczność uczenia się. Można wesprzeć dziecko stosując odpowiednie ćwiczenia.

Opracowała Edyta Kuza