

08.2022r.

„Wspomaganie integracji sensorycznej u dziecka” – artykuł pedagogizujący Anny Wala

Integracja sensoryczna jest zdolnością do odczuwania, rozumienia i organizowania informacji dostarczanych do organizmu z otoczenia oraz informacji z wewnątrz organizmu. Prawidłowy rozwój integracji sensorycznej u dziecka wspomaga jego zdolności do nauki i samooceny, a także poprawia motorykę. Dlatego tak ważne jest dostarczanie bodźców stymulujących zmysły już od najmłodszych lat.

Zaburzenia integracji sensorycznej

Integrację sensoryczną rozwijamy przez całe życie, ale do trzeciego roku życia proces ten przebiega najintensywniej. Dzięki niej następuje rozwój mowy, koordynacji ruchowej, umiejętności skupiania uwagi oraz nawiązywania relacji z innymi ludźmi.

Integracja sensoryczna - jak podaje Zbigniew Przyrowski - to organizacja wejściowych danych zmysłowych dokonywanych przez mózg w celu produkowania odpowiedzi adaptacyjnej na wymagania otoczenia. Jest to proces dzięki któremu mózg otrzymując informacje ze wszystkich zmysłów segreguje je, rozpoznaje, interpretuje, integrując je ze sobą i wcześniejszymi doświadczeniami odpowiada adekwatną do sytuacji reakcją.

Gdy dochodzi do zakłóceń procesów integracyjnych pojawiają się różne dysfunkcje w procesach percepcyjnych i ruchowych oraz w zachowaniu. Z. Przyrowski dzieli rodzaje zaburzeń SI u dzieci ze względu na przyczyny ich powstawania na pierwotne i wtórne. Do pierwszej grupy zalicza te, gdzie występuje nieprawidłowe funkcjonowanie struktur anatomicznych /mózdzku, zwojów podstawy mózgu i dróg piramidowych/, które przyczyniają się do tworzenia nieprawidłowych odpowiedzi ruchowych. Drugą grupę dysfunkcji w zakresie integracji sensorycznej u dzieci stanowią te, których przyczyną jest mała liczba doświadczeń motorycznych lub nieprawidłowy rozwój ruchowy.

Integracja sensoryczna służy percepcji ciała i świata, reakcjom adaptacyjnym /reagowanie właściwe do wymogów otoczenia/, procesom uczenia się, rozwojowi niektórych funkcji nerwowych. Dysfunkcja interakcji sensorycznej jest przyczyną wielu, choć nie wszystkich, trudności w szeroko rozumianym uczeniu się. Terapia integracji sensorycznej są to działania, na które składa się stymulacja sensoryczna prowadząca do odpowiednich reakcji adaptacyjnych, zgodnych z neurologicznymi potrzebami dziecka. Terapia ta polega zwykle na aktywności ruchowej całego ciała w dużej mierze spontanicznej-wyberanej przez samo dziecko i dostarczającej wrażeń przedsionkowych, proprioceptywnych i dotykowych. Terapia ruchowej zabawy tak organizowana by system nerwowy zaangażowany w odbieranie wrażeń zmysłowych powstających podczas ruchu stopniowo uczył się właściwie reagować na żądania płynące z otoczenia. Poprawa następuje w zakresie motoryki funkcji językowych, społeczno-emocjonalnych a przede wszystkim lepszą efektywnością uczenia się. Podczas terapii SI dziecko nie uczy się konkretnych umiejętności lecz poprawiając integrację sensoryczną wzmocnia procesy nerwowe leżące u podłoża tych umiejętności a one pojawiają się w sposób naturalny jako konsekwencja poprawy funkcjonowania mózgu.

Poniżej przedstawiam najczęstsze objawy wskazujące na potencjalne zaburzenia przetwarzania bodźców zmysłowych:

- nadwrażliwość lub zbyt mała wrażliwość na dotyk, ruch, bodźce wzrokowe i słuchowe,
- zbyt wysoki lub zbyt niski poziom aktywności,
- opóźnienia w rozwoju mowy i zdolności językowych,
- problemy z koordynacją oraz opóźnienia w rozwoju zdolności ruchowych,
- problemy z nauką,
- niska samoocena,
- kłopoty z dobrą organizacją.

Poniższa ilustracja przedstawia bardziej szczegółowo problemy dziecka związane z zaburzeniami integracji sensorycznej:

Jak



wspomagać integrację sensoryczną u dzieci przedszkolnych?

Przede wszystkim trzeba pamiętać, żeby nie przemęczyć malucha nadmiarem bodźców. Zbyt duża ilość zajęć dodatkowych, mało czasu na swobodną zabawę czy przestymulowanie któregoś ze zmysłów zaburzy harmonijny rozwój dziecka.

Najlepszym sposobem na wspieranie ogólnego rozwoju dziecka jest **włączanie go do czynności związanych z pracami domowymi, samoobsługą, uczenie samodzielności**. Niepotrzebne wyřęczanie dziecka uniemożliwi mu rozwijanie świadomości własnego ciała i jego możliwości.

Jednocześnie wiele czynności związanych z samoobsługą uczy je skupienia, precyzji i stymuluje różne zmysły. Przykładowo: pomoc w kuchni lub przy praniu umożliwia dotykanie różnych faktur i substancji oraz obserwację gotujących się rzeczy czy wirującej pralki. Również przy działaniach w kuchni łatwo można stymulować rozwój smaku i powonienia - przez próbowanie różnych potraw czy wąchanie przypraw.

Dziecko, zwłaszcza w wieku przedszkolnym, wiele informacji najlepiej przyswaja w czasie zabawy. Dlatego organizujemy zabawy z naszym maluchem, pamiętając jednocześnie, żeby dać mu czas na swobodną i bezpieczną zabawę własną.

Czynności stymulujące rozwój sensoryczny można robić przy okazji - na spacerze wsłuchiwać się w różne dźwięki albo konkretny odgłos; pozwalać dziecku iść po murkach (oczywiście zabezpieczając go) w celu rozwoju równowagi. Ważne jest też zapewnianie dziecku codziennej aktywności fizycznej. Dzieci młodsze osiągną i doskonałą umiejętność chodzenia i biegania, dlatego warto dać im ku temu jak najwięcej możliwości, najlepiej na świeżym powietrzu. Dzieci starsze mogą na placu zabaw ćwiczyć koordynację ruchów, równowagę, napięcie mięśniowe.

Z przedszkolakiem można zacząć trenować różne dyscypliny sportowe typu: jazda na rowerze/ hulajnodze, pływanie, zajęcia na ścianie wspinaczkowej, taniec albo sporty walki. Wszelkie zabawy ruchowe i aktywności fizyczne angażują układ przedsionkowy, usprawniają pracę kory mózgowej, wspomagając prawidłową integrację zmysłową.

Oprócz dostarczania dziecku bodźców zewnętrznych, należy też ćwiczyć z nim rozumienie swojego ciała - utrwalanie jego schematu oraz wyodrębnianie jego części. Z młodszymi możemy masować poszczególne części ciała, jednocześnie je nazywając. Starsze dzieci można zaprosić do zabawy przez rysowanie mu na plecach różnych kształtów.

Na zachętę do samodzielnych ćwiczeń zmysłu dotyku poniżej zamieszczam 2 masażyki pisażyki dla większych i mniejszych dzieci do wykonania na plecach dziecka.



Wierszyk paluszkowy
by Sensoteam

10 PALUSZKÓW MAM

10 paluszków mam,
Opowiem dziś o nich Wam!

Pierwszy zjada duże śniadanie,
Drugi łapie bańki mydlane,
Trzeci lubi lenić się i chrapać,
Czwarty chce by wciąż go drapać,
...

www.charezinska.pl
#sensomama

Wierszyki-masażyki z Ula

Robimy pierogi

Jajo buch, rączki w ruch!
Ugniatamy i ściskamy
- na pierogi ciasto mamy!

Wałkujemy, wykrawamy
już niedługo posklejamy!

Teraz farsz tu położymy
i szybciotko zakleimy.

Woda w garnku buł, buł, buł
i pierożek leci w dół.

Mieszam w lewo, mieszam w prawo
i na talerz kładę żwawo.

Para bucha buch buch buch
dmucham szybko puł puł puł.

Ja nie jestem leń!
Teraz te pierogi zjem, zjem, zjem!

#PMJAKWULU

Jeżeli u dziecka występuje dużo niepokojących objawów wskazujących na zaburzenia Integracji Sensorycznej należy przeprowadzić diagnozę dziecka u terapeuty Integracji Sensorycznej i jeśli diagnoza potwierdzi obawy rozpocząć regularną terapię w tym zakresie.

Bibliografia:

1. „Terapia integracji sensorycznej” B. Odowska-Szlachcic, Cz.1 i Cz.2
2. „Kliniczna obserwacja” Z. Przyrowski
3. www.charezinska.pl
4. www.cozadzien.pl