

# ***Kilka słów o integracji sensorycznej***



## **CO TO JEST INTEGRACJA SENSORYCZNA?**

Nie tylko rodzicom ale także specjalistom mieszają się pojęcia:

- Integracji Sensorycznej
- Zaburzeń Integracji Sensorycznej
- Terapii Integracji Sensorycznej
- Stymulacji sensorycznej...

**Integracja sensoryczna**, to „proces neurologiczny organizujący wrażenia płynące z ciała i ze środowiska w taki sposób, by mogły być użyte do celowego działania.”

*Twórczyni metody SI A. Jean Ayers*

W procesie tym mózg uczy się jednocześnie przyswajać, przetwarzać, interpretować wiele różnych bodźców, co pozwala dziecku zbudować pełen obraz siebie oraz otaczającej rzeczywistości.

Integracja sensoryczna to proces neurologiczny więc każdy ją ma. Natomiast może przebiegać prawidłowo lub nie. Jeśli przebiega nieprawidłowo i powoduje utrudnienia w codziennym funkcjonowaniu to mówimy wtedy o zaburzeniach integracji sensorycznej.

## **ILE MAMY ZMYŚŁÓW?**

- ✓ Mamy aż 8 systemów zmysłowych!
- ✓ Wyróżniamy zmysły odbierające bodźce z otoczenia, czyli **dotyk, wzrok, słuch, smak i węch**.
- ✓ A także zmysły odbierające informacje z głębi naszego ciała: **przedsionek, propriocepcja, interocepcja**.

## **ZMYŚŁY BAZOWE**

Najważniejszymi układami zmysłowymi w rozwoju dziecka są 3 mu najbliższe:

- **DOTYK**
- **RÓWNOWAGA**
- **PROPRIOCEPCJA**

## **INTEGRACJA ZMYŚLÓW**

Ścisłe współdziałanie wszystkich układów zmysłowych (integracja) jest jednym z fundamentów prawidłowego rozwoju człowieka. Dlatego tak ważna jest różnorodna i mądra stymulacja sensoryczna, która pozytywnie wpływa na dojrzewanie układu nerwowego oraz pozwala dziecku rozwijać się maksymalnie w ramach swoich możliwości.

Sensoryka jest to potoczne określenie na stymulację sensoryczną czyli bodźcowanie układów zmysłowych dziecka. Zarówno w domu jak i na zajęciach zorganizowanych - nazywanych zajęciami sensorycznymi.

## **INTEGRACJA SENSORYCZNA A ROZWÓJ**

- ✓ Mózg dziecka potrzebuje różnorodnych bodźców, aby mogły powstawać w nim liczne połączenia między neuronami.
- ✓ Im więcej tych połączeń, tym dziecko lepiej funkcjonuje, pamięta, spostrzega, uczy się siebie i otaczającego je Świata.
- ✓ Bez stymulacji sensorycznej nie ma prawidłowego rozwoju.

## **INTEGRACJA SENSORYCZNA A ZABURZENIA**

- Integracja sensoryczna jest mylona z zaburzeniami integracji sensorycznej. Są to dwa, zupełnie różne terminy:
- Integracja sensoryczna, to podświadomy proces, zachodzący w układzie nerwowym.
- Zaburzenia integracji sensorycznej są wtedy, kiedy sposób w jaki przetwarzamy bodźce zaburza nasze codzienne funkcjonowanie; blokuje rozwój, utrudnia kontakty społeczne itp.
- Z zaburzeń integracji sensorycznej nie wyrasta się, nie przechodzą samoistnie jak za dotknięciem czarodziejskiej różdżki. Terapia prowadzona przez wykwalifikowanego terapeutę integracji sensorycznej jest w stanie pomóc dziecku. Jest to jedna z najbardziej lubianych form terapii przez dzieci, prowadzona w relacji - poprzez wspólną zabawę.

## **OBJAWY ZABURZEŃ SENSORYCZNYCH**

Zaburzenia integracji sensorycznej to problemy układu nerwowego z odbiorem, porządkowaniem i interpretacją bodźców zmysłowych. Dziecko z powyższymi zaburzeniami może w ogóle nie zauważać pewnych bodźców, reagować na nie z opóźnieniem albo wręcz przeciwnie, reakcja może być nadmierna. To zbiór pewnych nieprawidłowości, które przekładają się na rozwój zmysłowo - ruchowy. Zaburzenia mogą występować w różnych konfiguracjach i nasileniu, u każdego dziecka mogą wyglądać inaczej:

➤ **objawy zaburzeń - dotyk;**

- unikanie dotyku innych osób i przytulania, odpychanie się od rodzica,
- nietolerowanie ubierania i zabiegów higienicznych (mycie, kremowanie, czesanie, obcinanie paznokci, mycie zębów),
- unikanie zabaw i sytuacji gdzie można się pobrudzić,
- unikanie pewnych materiałów, szwów w ubraniach, części garderoby (czapka, szalik),
- unikanie pewnych faktur i konsystencji jedzenia (grudek, mokrego, lepkiego), jedzenie wybiórcze

➤ **objawy zaburzeń - wzrok/słuch;**

- duża wrażliwość na jasne światło (odwracanie głowy, rozdrażnienie, płacz),
- wybudzanie się nawet przy niewielkim świetle,
- silne pobudzenie po pobycie/lub/w miejscach tłocznych i ruchliwych (festyn/galeria handlowa),
- najdrobniejsze dźwięki wybudzają dziecko ze snu, przeszkadzają w usypianiu
- bardzo negatywna reakcja na pewne dźwięki (suszarki, odkurzacza, blendera, kichania, karetki),
- pobudzenie, lęk po pobycie/lub/w miejscach bogatych w różne dźwięki (market, kościół itp.)

➤ **objawy zaburzeń - propriocepcja;**

- uderzanie główką o ścianę lub łóżeczko,
- gryzienie, szczypanie, ściskanie siebie lub innych osób,
- brak wycucia siły, zbyt mocne i siłowe zachowania w kontaktach z innymi;
- ocieranie się o ściany lub innych, dociskanie części ciała,

- wkładanie do buzi, jedzenie rzeczy niejadalnych;
- potrzeba mocnego dotyku, docisku pewnych części ciała, a nawet czasami masturbacja dziecięca;

➤ **objawy zaburzeń - przedsionkowych;**

- słaba równowaga (przewracanie się, spadanie z krzesła, bardzo długi okres chodzenia z pomocą),
- nadmierna ostrożność, asekuracja (nie wspina się, nie chodzi po murkach, ogromny lęk),
- ogromny protest przy aktywnościach (huśtanie, bujanie, podrzucanie, kręcenie),
- w ciągłym nieustannym ruchu (prosi o noszenie, bujanie, huśtanie lub sam biega, skacze, kręci się),
- wybiera tylko jedną (tą samą) zabawę na placu zabaw i przez godzinę tylko zjeżdża, huśta się;

➤ **objawy zaburzeń - smak i węch;**

- odruch wymiotny na pewne zapachy lub smaki,
- silna preferencja jednego/dwóch smaków (tylko słodkie lub kwaśne),
- ogromna niechęć do próbowania nowych produktów,
- zwracanie uwagi na zapachy, nietolerancja wielu z nich, wyczuwanie bardzo delikatnych,
- bardzo ograniczona dieta, eliminowanie całych grup produktów (owoce, warzywa),
- jedzenie tylko „beżowego jedzenia” - bułka, makaron, kotlet, rosół, naleśnik na sucho.

**LAMPKI ALARMOWE - SKONSULTUJ !**

- chodzenie na palcach
- niechęć do przytulania, dotykania przez bliskich
- gryzienie, szczypanie, bicie siebie i innych
- ciągle wkładanie do buzi i jedzenie rzeczy niejadalnych (powyżej 2 roku życia)
- statyczny tryb życia, wycofanie, nadmierna ostrożność w aktywnościach ruchowych
- w ciągłym ruchu, problem z koncentracją uwagi

- ogromny niepokój, pobudzenie na dźwięki
- odruch wymiotny na faktury, zapachy i smaki
- wyeliminowanie całych grup produktów (jedzenie wybiórcze)

***Pamiętajmy, że przyglądając się dziecku, zawsze bierzemy pod uwagę kilka czynników:***

- staramy się wykluczyć inne podłoże objawów ( np. medyczne, emocjonalne) stąd zawsze dziecko powinien skonsultować dobry pediatra lub inni specjaliści
- bierzemy pod uwagę wiek dziecka, jego etap rozwojowy - np. wkładanie przedmiotów do buzi jest normą u niemowlaka ale u dwulatka już nie
- bierzemy pod uwagę różnice temperamentu, osobowościowe, preferencje sensoryczne czyli profil sensoryczny dziecka
- rozmawiamy z rodzicami, wykonujemy bardzo dokładny wywiad - próbując ustalić możliwe przyczyny powstania zaburzeń oraz obszary trudności dziecka
- jeden objaw zwykle nie świadczy o zaburzeniach sensorycznych - występują po kilka/kilkanaście a nawet "stadami"

***Kiedy możemy podejrzewać zaburzenia integracji sensorycznej u dziecka?***

Jeśli jego reakcje na bodźce sensoryczne:

- utrudniają codzienne życie
- wpływają negatywnie na rozwój
- utrudniają relacje społeczne
- wpływają niekorzystnie na członków rodziny

*Opracowała  
mgr Joanna Góral - Przesłańska  
na podstawie wykładu Aleksandry Charezińskiej  
terapeuty integracji sensorycznej, pedagoga*