

TERAPIA INTEGRACJI SENSORYCZNEJ

W każdym z nas zachodzi proces neurologiczny, zwany **integracją sensoryczną** (łac. integratio – składanie całości), który zaczyna się przed narodzinami i trwa przez całe nasze życie. Proces ten pozwala nam w sposób automatyczny reagować na konkretne bodźce sensoryczne, hamować je lub wzmacniać, porównywać nowe doświadczenia ze starymi. Reakcje te rozwijają się oraz doskonalą wraz z dojrzewaniem człowieka oraz indywidualnymi doświadczeniami i nabywaną wiedzą (M. Borkowska, K. Wagh, 2010).

Ludzie różnią się między sobą stopniem efektywności procesu **integracji sensorycznej**. Niektórzy z nas mają doskonałą świadomość ciała, czują się dobrze w swoim otoczeniu, łatwo przystosowują się do zmian oraz szybko uczą nowych umiejętności. Inni mogą zostawać w tyle na zajęciach aerobiku, wpadać na ludzi i przedmioty, nie lubić dotyku metek, nie radzić sobie dobrze ze zmianami i mieć kłopoty z nauką nowych zadań. Każdy z nas ma swoje zarówno słabe, jak i mocne strony.

Takie różnice wyraźnie widać wśród dzieci. Na placu zabaw są takie, które huśtają się długo i intensywnie, inne znacznie krócej. Są też takie, które omijają huśtawki dużym łukiem. Część dzieci bawi się świetnie grając głośno na cymbałkach, nie przeszkadza im nawet głośny dźwięk odkurzacza inne będą tym dźwiękiem przerażone, uciekną lub zasłonią uszy. Są dzieci, które nie znoszą swetrów wełnianych, nie lubią chodzenia na boso po trawie czy obcinania włosów. Różnią się też wrażliwością na smaki i zapachy.

Termin **integracja sensoryczna** określa prawidłową organizację wrażeń sensorycznych (bodźców) napływających przez receptory. Oznacza to, że mózg, otrzymując informacje ze wszystkich zmysłów (wzrok, słuch, równowaga, dotyk, czucie ruchu - kinestezja) dokonuje ich rozpoznania, segregowania i interpretacji oraz integruje je z wcześniejszymi doświadczeniami. Na tej podstawie mózg tworzy odpowiednią do sytuacji reakcję nazywaną adaptacyjną. Jest to adekwatne i efektywne reagowanie na wymogi otoczenia. Integracja sensoryczna jest procesem, dzięki któremu mózg otrzymując informację ze wszystkich systemów zmysłowych dokonuje ich segregacji, rozpoznania, interpretacji i integracji z wcześniejszymi doświadczeniami.

Jeżeli proces ten przebiega w sposób prawidłowy, uczymy się: nowych zachowań ruchowych, emocjonalnych, kształtujemy zdolność do rozwoju koncentracji uwagi, rozwijamy percepcję wzrokową i słuchową, rozwijamy umiejętności komunikacji społecznej i mowy.

W przypadku gdy przetwarzanie sensoryczne przebiega nieprawidłowo, wówczas mózg nie jest w stanie spełnić swojej najważniejszej funkcji – organizacji informacji sensorycznych. Nie potrafimy zareagować na informacje sensoryczne w sposób prawidłowy. Możemy mieć problemy z patrzeniem, słuchaniem, skupianiem uwagi, kontaktem z ludźmi i przedmiotami, przetwarzaniem nowych informacji, zapamiętywaniem i uczeniem się.

Dysfunkcje integracji sensorycznej najczęściej objawiają się:

- ✦ wzmożoną lub obniżoną wrażliwością na bodźce (nadmierne poszukiwanie lub unikanie wrażeń zmysłowych),
- ✦ niewłaściwym poziomem koncentracji uwagi (łatwość rozpraszalności uwagi, problem z koncentracją),
- ✦ obniżonym poziomem koordynacji ruchowej (problemy ruchowe, niezgrabność ruchowa, niechęć do rysowania itp.),
- ✦ opóźnionym rozwojem mowy (mowa niewyraźna, mały zasób słów),
- ✦ nieprawidłowym poziomem aktywności ruchowej (wzmożonym zapotrzebowaniem na ruch lub odwrotnie),
- ✦ trudnościami w zachowaniu (duża emocjonalność).

Mogą one być rozpoznawalne zarówno u dzieci w normie intelektualnej, jak i u tych, które mają trudności w uczeniu się, z niepełnosprawnością intelektualną, ruchową, autyzmem, nadpobudliwością psychoruchową, mózgowym porażeniem i innymi. Występują także różne stopnie nasilenia objawów – od lekkiego do znacznego. Dysfunkcje integracji sensorycznej mają wpływ na proces uczenia się, na zachowanie oraz rozwój społeczno-emocjonalny dziecka.

W naszej szkole posiadamy w pełni wyposażoną Salę do Terapii Integracji Sensorycznej. Terapeuta dokonuje oceny procesów przetwarzania sensorycznego. Proces diagnostyczny zajmuje 3- 4 spotkania i składa się z:

- ✓ wywiadu z rodzicami,
- ✓ kwestionariuszy,
- ✓ obserwacji klinicznej (dziecko jest obserwowane w swojej spontanicznej aktywności oraz w sytuacjach zadaniowych),
- ✓ testów kalifornijskich (mających na celu określenie profilu dojrzałości zmysłów oraz ich integracji),

- ✓ podsumowania diagnozy i omówienia wyników badań oraz zaleceń terapeuty.

Terapia zaburzeń integracji sensorycznej polega na takim stymulowaniu układu nerwowego, aby dać mu możliwość właściwej pracy, czyli prawidłowego odbierania i przetwarzania bodźców oraz odpowiedzi na bodźce płynące ze środowiska i naszego ciała. Terapia odbywa się w specjalnie wyposażonej sali. Najważniejszą jej częścią jest sprzęt podwieszany, który służy do stymulowania układu przedsionkowego i proprioceptywnego. Ma ona charakter zabawy kierowanej tzn. przemyślany, kontrolowany zespół ćwiczeń jest postrzegany przez dziecko jako zabawa. Dla powodzenia terapii bardzo ważny jest dobry kontakt terapeuty z dzieckiem. Trudność zadań jest dostosowana do poziomu funkcjonowania dziecka i jego samopoczucia. Terapia SI nie jest uczeniem konkretnych umiejętności (np. jazda na rowerze, pisanie, czytanie), ale usprawnianiem pracy systemów sensorycznych i procesów układu nerwowego, które są bazą do rozwoju tych umiejętności.

Stymulacja dziecka w zakresie SI jest procesem długotrwałym i musi być prowadzona systematycznie z wykorzystaniem odpowiedniego sprzętu oraz przy współudziale i zaangażowaniu rodziców. Wszelkie działania o charakterze sporadycznym nie przynoszą zamierzonych rezultatów.

Z problemów w zakresie integracji sensorycznej dzieci nie wyrosną. Te problemy będą „rosły” razem z nimi. Dlatego tak ważna jest terapia SI, która wspiera system nerwowy w ten sposób, aby mógł on prawidłowo odbierać, interpretować i organizować napływające informacje zmysłowe.

DRODZY RODZICE jeśli w rozwoju waszego dziecka zauważyliście takie zachowania, które budzą wasz niepokój i obawy, np.:

- ✚ ma opóźniony rozwój mowy,
- ✚ jest wyjątkowo wrażliwe na bodźce np. zatyka uszy gdy słyszy głośny dźwięk, nie lubi określonych tkanin, ubrań,
- ✚ ma problemy z samodzielnym myciem się, ubieraniem, zwłaszcza zapinaniem guzików i sznurowaniem butów, jest niezdarne,
- ✚ nie lubi wykonywanych przy nim czynności pielęgnacyjnych i higienicznych, takich jak: obcinanie włosów, paznokci, mycie twarzy, zębów, smarowanie kremem, czesanie, czyszczenie nosa, uszu itp.,

- ✦ podczas dłuższego siedzenia ma trudności z utrzymaniem głowy w pozycji pionowej, podpira ją ręką, kładzie się na stoliku itp.
- ✦ jest nadruchliwe, nie może usiedzieć/ustać w jednym miejscu,
- ✦ trudno się koncentruje, a łatwo rozprasza,
- ✦ jest impulsywne, nadwrażliwe emocjonalnie,
- ✦ w porównaniu do innych dzieci czy wymogów sytuacji porusza się zbyt szybko lub za wolno,
- ✦ ma słabą równowagę: potyka się i upada częściej niż rówieśnicy, często ma jakiś siniak czy zadrapanie,
- ✦ nabywanie nowych umiejętności ruchowych sprawia mu trudność, np. jazda na rowerze, rzucanie i łapanie piłki, pływanie,
- ✦ wchodząc/schodząc po schodach częściej niż inne dzieci trzyma się poręczy, niepewnie stawia nogi,
- ✦ nieumyślnie wchodzi lub wpada na meble, ściany, inne dzieci,
- ✦ uwielbia ruch, poszukuje go, dąży do niego, jest stale w ruchu, biega, podskakuje, często zmienia pozycję ciała,
- ✦ sprawia wrażenie słabego, szybko się męczy,
- ✦ przejawia duży lęk przed upadkiem lub wysokością, okazuje niepokój, gdy musi oderwać nogi od podłoża, np. wejść na wysokie schody, na drabinkę, usiąść na wysokim stołku,
- ✦ nie ma dominacji jednej ręki raz posługuje się ręką prawą, a raz lewą,
- ✦ ma trudności z czytaniem i pisanem, częściej niż inne dzieci w jego wieku myli, odwraca znaki graficzne, ma trudności w przepisywaniu, przerysowywaniu z tablicy (dotyczy dzieci w wieku szkolnym)
- ✦ ma kłopoty z cięciem nożyczkami, rysowaniem, kolorowaniem,
- ✦ jest niespokojne, płaczliwe, ma kłopoty z zaśnięciem, wybudza się w nocy,
- ✦ nie lubi karuzeli, huśtawki, lub przeciwnie uwielbia to,
- ✦ ma chorobę lokomocyjną.

Może to świadczyć o zaburzeniach SI.

Jest to lista wybranych objawów, które mogą świadczyć o zaburzeniach integracji sensorycznej. Występowanie pojedynczych objawów nie jest przesłanką do przeprowadzenia oceny przetwarzania procesów sensorycznych.

Terapia integracji sensorycznej m.in. :

- ✚ poprawia poczucie równowagi, koordynacji wzrokowo-ruchowej,
- ✚ poprawia motorykę dużą i małą,
- ✚ dostarcza stymulacji dotykowej, przedsionkowej, proprioceptywnej, węchowej i wzrokowej,
- ✚ poprawia umiejętność czytania, pisania, tworzy dobre podstawy do pojawienia się tych i innych umiejętności szkolnych,
- ✚ sprawia, że dziecko lepiej słucha, wypełnia polecenia, koncentruje się na wykonywanym zadaniu,
- ✚ poprawia się mowa i sposób wypowiedzania się dziecka,
- ✚ sprawia, że dziecko chętniej podejmuje się wykonywania nowych, trudnych zadań,
- ✚ powoduje, że stopniowo maleje nadruchliwość, nadpobudliwość-dziecko zaczyna kontrolować swoje nadmiernie nasilone impulsywne reakcje na otoczenie,
- ✚ bodźce węchowe, słuchowe, dotykowe, smakowe na które dziecko jest nadwrażliwe, mniej zaburzają działanie dziecka (daje sobie umyć głowę, zaczyna jeść zróżnicowane pokarmy, itp.)

Katarzyna Igielska

terapeuta integracji sensorycznej