

Co to jest integracja sensoryczna - prostymi słowami.

Próbując przybliżyć Państwu, co znaczy termin integracja sensoryczna bez używania technicznego nazewnictwa, odwołam się do czynności życia codziennego.

W tym momencie zapewne siedzicie Państwo przed komputerem. Wasz narząd przedsionkowy pomaga Wam utrzymać równowagę na krześle. Czytacie podany na monitorze tekst. Wasz zmysł wzroku pozwala odczytać słowa. Jeśli dobiegają do Was jakieś odgłosy, zapachy Wasz zmysł słuchu i węchu „usuwają” te „sensoryczne zakłócenia” abyście mogli skupić się na czytanych tekście. Jeżeli jeszcze sięgacie po kubek z kawą, w czynność tą zaangażowany zostaje nie tylko zmysł wzroku, ale też dotyku (czucia powierzchniowego), propriocepcji (czucia głębokiego), czucia ruchu (kinestetyczny), które współpracując ze sobą pozwalają na celowy ruch w kierunku kubka, czucie jego faktury, kształtu, ciężaru. No i w efekcie na trafienie kubka do ust żeby wykonać ten subtelny łyżeczek kawki podczas czytania.

Analizując zatem tak prostą z pozoru czynność możemy zobaczyć ile układów zmysłów zaangażowanych jest w jej wykonanie i jak bardzo zawiłe procesy muszą zajść w układzie nerwowym, aby czynność ta mogła zostać efektywnie wykonana. Informacje pochodzące z siedmiu systemów sensorycznych (słuchowego, przedsionkowego, proprioceptywnego, czuciowego, wzrokowego, smakowego i węchowego) są przewodzone drogami czuciowymi do mózgu, następuje ich integracja, a następnie odpowiedź mózgu na zaistniałą sytuację. Człowiek z zaburzeniami integracji sensorycznej nie mógłby spokojnie usiedzieć na krześle, albo siedzenie zajmowałoby mu uwagę do tego stopnia, że nie mógłby skupić się na czytanych tekście. A o łyżeczku kawy to już raczej trzeba zapomnieć, – bo bardzo szybko dojdzie do zalania klawiatury w komputerze.

Co powinniśmy wiedzieć o Integracji Sensorycznej

Integracja Sensoryczna (SI) jest terapeutyczną i profilaktyczną metodą pracy z dziećmi. Jej autorką była dr Jean Ayres, psycholog i terapeuta zajęciowy. Prawidłowy rozwój zmysłów, zarówno organów zmysłów jak i percepcji sensorycznej, stanowi niezbędny warunek dobrego samopoczucia dziecka, zachowania i uczenia się bez zaburzeń i dysfunkcji.

Przekonanie, że wszyscy mamy jednakowe mózgi, jest iluzją. Są mózgi dobrze poukładane i takie, którym trzeba pomóc, aby się lepiej zorganizowały. Co piąte dziecko ma kłopoty z powiązaniem tego, co słyszy, z tym, co widzi i czego dotyka. Jak mówią specjaliści, ich zmysły nie współpracują. Brak współdziałania między setkami sygnałów docierających do mózgu kilkulatka daje o sobie znać najsilniej wtedy, kiedy dziecko trafia do szkoły. Inteligentne i bystre dziecko nie może złożyć trzech liter w jeden wyraz. Jego palce nie potrafią pisać. Widzi, ale nie spostrzega. Słyszy, ale nie może zapamiętać. Chodzi, ale obija się o ściany. Potyka się o próg w

drzwiach. Co dolega tym dzieciom? Często słyhać taką wypowiedź: "On tak ma po tacie". Jest trochę w tym prawdy, ale czy można z tego wyrosnąć?

Jak dowodzi praktyka, z braku koordynacji między najważniejszymi zmysłami nie da się wyrosnąć. Można się z tego wydobyć tylko ciężka praca, wielkim staraniem pod okiem terapeutów, którzy wiedzą, co naprawdę dolega mózgom i ciałom tych kilkulatków, w większości inteligentnych ponad przeciętną normę, i potrafią im pomoc. A ów wcześniej wspomniany tata zapewne się ucieszy, że jego dziecko lepiej jeździ na rowerze niż on, o nartach już nie wspomnę. Droga mamo, drogi tato, czytający ten tekst, Wy już zapewne drogę rozwoju ciała i umysłu dawno macie za sobą, ale Wasze dziecko jeszcze nie. Aby mogło "zdobywać świat", potrzebuje sprawnie działających zmysłów. Mamy ich siedem, ale najważniejsze w kształtowaniu relacji naszej ze światem są trzy. Jest nim dotyk - za pomocą dotyku poznajemy, czego dotykamy. Jak to prosto brzmi - "dotykać czegoś", ale tak naprawdę jest to skomplikowany proces; wszak biorąc coś w dłoń rozpoznajemy że "coś" dotykamy, to "coś" ma swoją fakturę np. jest szorstkie; to "coś" ma swoją temperaturę np. kulka śnieżna jest zimna. To "coś" ma swój ciężar. Ciężar przedmiotu też rozpoznajemy za pomocą zmysłu, a jest nim propriocepcja. Nazwa pochodzi z łaciny "proprius" - swój własny. To właśnie za pomocą tego zmysłu trafiamy palcem w nos - bo czujemy swoje ciało. Gorzej jest jak nie czujemy i nie trafiamy palcem w nos. No i został nam jeszcze jeden zmysł - ten tak bardzo niedoceniany, bo go nie odczuwamy, chyba że właśnie startujemy samolotem, albo jesteśmy na karuzeli. Zmysł przedsionkowy - potocznie nazywany zmysłem równowagi (równowaga to dwa współdziałające zmysły - zmysł propriocepcji i zmysł przedsionkowy).

Dla kogo przeznaczona jest terapia SI?

Terapia SI przeznaczona jest dla każdego, u kogo stwierdza się zaburzenia przetwarzania sensorycznego (zaburzenia SI), a więc dla niemowląt, dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym, nastolatków, dorosłych.

Na terapię integracji sensorycznej trafiają dzieci nadmiernie lub zbyt mało aktywne, mające trudności z koncentracją, z czytaniem, pisanem, liczeniem, opóźnionym rozwojem mowy, słabym rozwojem ruchowym, zaburzeniami równowagi, koordynacji. Ponadto problemami słuchowymi, wzrokowymi. Przy zaburzeniach integracji sensorycznej wtórnie pojawiają się także problemy emocjonalne, społeczne, niska samoocena.

Terapię SI stosuje się również w celu poprawienia funkcjonowania dzieci z ADHD, z zespołem Downa, autyzmem, zespołem FAS, dzieci z kruchym chromosomem X, niepełnosprawnością intelektualną i innymi dysfunkcjami rozwojowymi jak Mózgowe Porażenie Dziecięce (MPDz).

Wtedy terapia SI jest prowadzona jako działanie profilaktyczne, które podjęte we wczesnym okresie rozwoju dziecka zmniejsza lub eliminuje ryzyko wystąpienia zaburzeń integracji sensorycznej. Nie mamy wtedy w czystej postaci terapii SI. Co nie oznacza, że nie wykorzystuje się w rehabilitacji ćwiczeń sensomotorycznych ale do tego potrzebna jest też wiedza o prawidłowych i nieprawidłowych wzorcach ruchowych.

UWAGA!!!!

TERAPIA SI NIE JEST PANACEUM NA WSZYSTKIE DYSFUNKCJE!

Nie wszystkie dzieci/osoby z dysfunkcjami mogą mieć zaburzenia SI. Wymagana jest rzetelna diagnoza przeprowadzana przez terapeutę SI mającego doświadczenie w pracy z dziećmi z danymi dysfunkcjami rozwojowymi. Sama wiedza o SI nie wystarczy.

Rodzicu dowiedz się, jakie kwalifikacje i doświadczenie ma przyszły terapeuta Twojego dziecka. Warto również pamiętać, że z zaburzeń SI samoistnie się nie wyrasta. Stąd brak diagnozy i terapii w dzieciństwie spowoduje dalsze problemy w życiu dorosłym. Z problemów dziecko nie wyrośnie a jedynie się nawarstwi. Jeżeli jakieś zachowania cię zaniepokoją zgłoś się na konsultacje do terapeuty SI.

10 podstawowych faktów o zaburzeniach integracji sensorycznej:

- Zaburzenia integracji sensorycznej to kompleksowe zaburzenie pracy mózgu wpływające na życie dzieci i dorosłych
- Istnieją kwestionariusze dla rodziców, badania kliniczne oraz protokoły badań, pozwalające rozpoznać u dzieci zaburzenia integracji sensorycznej.
- W całej populacji co najmniej 1 na 20 osób jest dotknięta zaburzeniami integracji sensorycznej.
- Wśród dzieci szczególnie uzdolnionych oraz tych z ADHD, autyzmem i zespołem kruchego chromosomu X prawdopodobieństwo występowania zaburzeń integracji sensorycznej jest znacznie wyższe niż wśród reszty populacji.

- Badania pozwoliły odkryć znaczące różnice w fizjologii dzieci z zaburzeniami integracji sensorycznej w porównaniu z tymi, które rozwijają się typowo.
- Symptomy zaburzeń integracji sensorycznej są wyjątkowe i nie mogą być wytłumaczone przez żadne inne znane zaburzenia.
- Zaburzenia integracji sensorycznej mogą być dziedziczne.
- Badania laboratoryjne wykazały, że sympatyczny (pobudzający) i parasympatyczny (hamujący) układ nerwowy u dzieci z zaburzeniami integracji sensorycznej nie funkcjonują w typowy sposób.
- Badania dowodzą również, że terapia integracji sensorycznej jest skutecznym sposobem ograniczania wpływu symptomów tych zaburzeń na życie dziecka.

Artykuł:

Wojciech Kozłowski – ekspert w zakresie Integracji Sensorycznej, współautor rozdziału książki „**ROZWÓJ DAJE RADOŚĆ**”. Terapia dzieci upośledzonych umysłowo w stopniu głębokim” pod redakcją Jacka Kielina.