

Karolina Brzezińska-Szediwy

Jak prawidłowa lub nieprawidłowa integracja sensoryczna wpływa na funkcjonowanie naszego dziecka? Jakie zachowanie dziecka powinny wzbudzić czujność rodzica? I czym w zasadzie jest terapia SI? Odpowiedź na te i inne pytania znajdziecie w tekście poniżej.

Człowiek w świecie otoczony jest przez mnóstwo napływających z każdej strony bodźców. Codziennie widzimy i dotykamy olbrzymią ilość przedmiotów o różnych kształtach, kolorach, fakturach, słyszymy przeróżne dźwięki: muzykę, szepty, odgłosy zwierząt i maszyn, smakujemy potrawy, czujemy intensywne zapachy, czujemy także swoje ciało, kierujemy nim, żeby wykonać określoną aktywność. Te wszystkie czynności, które wykonujemy, wymagają zaangażowania ze strony układu sensorycznego. Dla nikogo nie jest przecież tajemnicą, że człowiek odbiera świat poprzez zmysły. Prócz popularniejszych: dotyku, wzroku, węchu, smaku i słuchu, mamy jeszcze dwa zmysły: przedsionkowy i proprioceptywny. Choć są mniej znane od powyższych pięciu, to razem ze zmysłem dotyku są bazowymi systemami człowieka, na podstawie których dojrzewają pozostałe zmysły. Propriocepcja to inaczej czucie głębokie, dzięki niej np. mając zamknięte oczy, potrafimy dotknąć palcem do nosa albo precyzyjnie trafić widelcem do buzi. Zmysł przedsionkowy, zwany również zmysłem równowagi, odpowiada za czucie naszego ciała w przestrzeni czyli daje nam informację gdzie znajduje się nasze ciało. Wpływa na właściwe napięcie mięśniowe, prawidłową postawę ciała, koordynację, umiejętność czytania i wiele innych.

Jeśli dziecko, wszystkie napływające z zewnątrz informacje, odbiera i przetwarza prawidłowo, czyli proces integracji sensorycznej przebiega bez zakłóceń – widzi świat jako przyjazne środowisko. Potrafi trafnie ocenić sytuacje w której się znajdujemy i co najważniejsze, jego reakcje są adekwatne do sytuacji, która je spotyka. Proste przykłady: gdy dotknie czegoś gorącego cofnie rękę, kiedy usłyszy hałas odruchowo odsunie się od jego źródła, jeśli poczuje nieświeży zapach jedzenia nie zechce go zjeść.

Sytuacja komplikuje się kiedy nasz mózg ma problem z właściwym odbiorem i przetwarzaniem zewnętrznych bodźców. Kiedy przyjazny, lekki dotyk – boli a nawet cicha muzyka staje się nieznośnym hałasem. Bodźce odbierane ze świata są bardzo intensywnie i często nieprzyjemne. To tylko wybrane przykłady zaburzeń związanych z rozwojem procesów integracji sensorycznej. Funkcjonowanie dziecka w tak odbieranym świecie jest bardzo utrudnione i w oczywisty sposób przekłada się na relacje społeczne. Odpowiadając na pytanie „**Co to jest Integracja Sensoryczna?**” – możemy powiedzieć, że jest to sposób porządkowania przez mózg informacji, odbieranych przez zmysły. Pozwala człowiekowi na celowe działanie, właściwe reakcje organizmu, umożliwia również selekcję informacji i odwołuje się do wcześniejszych doświadczeń. Warto podkreślić, że Integracja Sensoryczna jest procesem, który zachodzi poza świadomością a jej rozwój zaczyna się już w życiu płodowym, a więc towarzyszy nam od początku do końca życia.

Terapia Integracji Sensorycznej bazuje na neuroplastyczności mózgu. Czyli na wrodzonej plastyczności naszych mózgów, która polega na zdolność do tworzenia nowych połączeń nerwowych, zmienności, samonaprawy oraz uczenia się naszych mózgów. W uproszczeniu, dzięki neuroplastyczności przy odpowiedniej stymulacji układu nerwowego jesteśmy w stanie wypracować nowe, adekwatne do sytuacji, reakcje adaptacyjne czyli nauczyć mózg właściwego zarządzania bodźcami, które docierają do naszego organizmu i właściwej reakcji na te bodźce. I na tym właśnie polega Terapia SI.

Zaburzenia integracji sensorycznej to trudności, z którymi mały człowiek przychodzi na świat i nie ma co liczyć na to, że z nich sam wyrośnie. Z czasem stają się one jedynie coraz bardziej

widoczne, często na ich podstawie narastają kolejne trudności. Niestety bardzo często problemy z SI wyłapywane są dopiero na etapie wczesnoszkolnym, kiedy dziecko ma 6 - 7 lat i pojawiają się pierwsze problemy z nauką, zachowaniem i ogólnym funkcjonowaniem dziecka w szkole. Na szczęście, na terapię SI nigdy nie jest za późno ale prawdą też jest, że im wcześniej zaczniemy, tym szybciej osiągniemy zadowalające efekty. Dlatego tak istotna jest czujność nas rodziców. To my jesteśmy pierwszymi i najbardziej wnikliwymi obserwatorami naszych dzieci. Jeśli jakiś aspekt funkcjonowania naszego dziecka nas zaniepokoi to powinniśmy jak najszybciej zasięgnąć opinii specjalisty. Poniżej przedstawię jedynie niektóre, najczęstsze zachowania, które wskazują na problemy z integracją sensoryczną.

- Dziecko jest niespokojne, płaczliwe, ma kłopoty z zaśnięciem, często wybudza się w nocy.
- Ma trudności z jedzeniem.
- Jest niezdarne, słabo skoordynowane, ma trudności z opanowaniem jazdy na rowerze, hulajnodze.
- Ma problemy z utrzymaniem równowagi, często przewraca się lub wpada na przedmioty.
- Ma problem z koncentracją uwagi, często się rozprasza.
- Przyjmuje nieprawidłową postawę przy stoliku lub ławce – podpira głowę, zjeżdża z krzesła.
- Jest nadruchliwe, nie może usiedzieć w jednym miejscu, często zmienia aktywności i pozycje ciała.
- Uwielbia karuzelę i huśtawki lub ich unika.
- Jest impulsywne, nadwrażliwe emocjonalnie, często się obraża, bywa uparte, niezadowolone bez przyczyny, ciężko zrozumieć przyczynę jego zachowania
- Czuje się niepewnie na niestabilnym podłożu np. materacu.
- Przejawia duży lęk przed upadkiem lub wysokością, okazuje niepokój, gdy musi oderwać nogi od podłogi, np. wejść na schody.
- Nie toleruje zabiegów higienicznych np.: mycie głowy, kąpiel, obcinanie włosów, paznokci.
- Nie lubi się przytulać, nie lubi niespodziewanego dotyku lub przeciwnie nadmiernie obściskuje, dąży do mocnego kontaktu fizycznego.
- Nie znosi metek od ubrań.
- Zwykle odmawia ubierania nowych rzeczy, woli nosić stare, często już znoszone rzeczy.
- Nadmiernie zwraca uwagę na brudne dłonie, unika brudzących zabaw
- Nie adekwatnie dopasowuje siłę do zadania.
- Unika zabaw zespołowych z kolegami, rodzeństwem, jest kiepskim zawodnikiem w zespole – myli kierunki, jest zagubione na boisku.
- Sprawia wrażenie, że nigdy się nie męczy lub wręcz przeciwnie męczy się bardzo szybko.
- Ma problem z zaplanowaniem ruchu, nie wie od czego zacząć wykonanie nowej czynności.
- W nowym miejscu czuje się zagubione, potrzebuje sporo czasu by się odnaleźć w otoczeniu.
- Uwielbia ekstremalne przeżycia np. skoki na głęboką wodę, szybką jazdę na nartach na tzw. „krechę”, szybkie zjeżdżalnie wodne, ciągle mu mało, nie zwraca uwagi na niebezpieczeństwo.
- Ma trudności szkolne np. z czytaniem i pisanem, cięciem nożyczkami, odwraca litery, cyfry, ma trudności w przepisywaniu z tablicy, nie ma dominacji jednej ręki.