

Terapia Integracji Sensorycznej

Integracja sensoryczna (SI) to inaczej zdolność do rozumienia i porządkowania bodźców i informacji dostarczanych z otoczenia i z własnego ciała poprzez zmysły. Umiejętność ta pozwala dziecku zrozumieć, jak funkcjonuje otaczający je świat i nadaje sens nieustannie docierającym zewsząd bodźcom.

Dzieci z zaburzoną integracją sensoryczną nie potrafią prawidłowo przetwarzać bodźców ze świata zewnętrznego, które docierają do nich za pośrednictwem zmysłów i reagują na nie strachem lub agresją. Czasami wycofują się do własnego świata, by uniknąć nieprzyjemnych doznań, czasami reagują nadpobudliwością ruchową. Jeżeli proces integracji sensorycznej jest zaburzony, mogą pojawić się problemy z nauką, zachowaniem, koncentracją, czy koordynacją, dlatego jeżeli zaniepokoją nas jakieś zachowania dziecka, warto udać się do specjalisty, który doradzi, jak ćwiczyć z dzieckiem w domu, bądź zaproponuje terapię.

Poniżej w tabeli wyszczególniono różne zachowania dziecka, które mogą świadczyć o potencjalnych zaburzeniach sensorycznych.

OBJAWY	ZACHOWANIE DZIECKA
Nadwrażliwość na bodźce	<ul style="list-style-type: none">- Unika fizycznej bliskości i dotyku.- Lubi nosić tylko specyficzne rodzaje ubrań, przeszkadzają mu metki.- Nie lubi brudzić się klejem i farbami.- Nie lubi obcinać paznokci, czesać się i myć zębów.- W głośnych miejscach staje się marudne, czy poddenerwowane.- Źle reaguje na głośne dźwięki, np. muzyki, odkurzacza.
Zbyt mała wrażliwość na bodźce	<ul style="list-style-type: none">- Nie zauważa zadrapań, czy siniaków spowodowanych upadkiem- Kolorując, bardzo mocno dociska kredkę- Poszukuje głośnych dźwięków- Lubi być mocno przytulane, lub samo mocno przytula.
Problemy z równowagą	<ul style="list-style-type: none">- Ma słabą równowagę, często upada lub się potyka- Idąc po pokoju obija się o meble- Ma kłopoty ze swobodnym poruszaniem się

Agresja	<ul style="list-style-type: none"> - Łatwo wpada we frustrację, reaguje agresją na przytłoczenie odbieranymi bodźcami
Ruchliwość	<ul style="list-style-type: none"> - Jest w ciągłym ruchu i wszędzie go pełno - Cały czas trzyma coś w rączkach i tym porusza - Trudno mu się skoncentrować, łatwo się rozprasza.
Opóźnienie w rozwoju zdolności ruchowych	<ul style="list-style-type: none"> - Ma problemy z samodzielnym zapinaniem guzików, sznurowaniem butów - Ma trudność uczeniu się nowych umiejętności ruchowych (łapanie piłki, jazda na rowerze) - Niepoprawnie trzyma ołówek, sztućce czy nożyczki - Niepewnie wchodzi lub schodzi po schodach - Ma kłopoty z wycinaniem, rysowaniem po śladzie
Wybredność w jedzeniu	<ul style="list-style-type: none"> - Unika nowych smaków - Jest wybredne pod względem konsystencji spożywanych pokarmów - Ma tendencję do wypychania sobie ust jedzeniem

Terapia sensoryczna to przede wszystkim zabawa ukierunkowana na uczenie dziecka odpowiedniego reagowania na bodźce zewnętrzne i wrażenia zmysłowe. Dziecko podczas kontrolowanej zabawy uczy się, jak porządkować i organizować różnorodne bodźce docierające do niego za pośrednictwem zmysłów. Do takich zabaw może na przykład zaliczać się huśtanie w hamaku, jazda na deskorolce oraz zabawa zabawkami o różnych fakturach i kolorach, także lepienie figurek z masy plastycznej. W ten sposób wzmacniane są procesy nerwowe, które później przydadzą się dziecku w szkole, na przykład podczas nauki pisania, a także przy wykonywaniu różnych innych czynności. Terapia sensoryczna ma na celu poprawienie zdolności integracji bodźców zmysłowych, przede wszystkim ma być jednak dla dziecka przyjemną zabawą, tak by mogło ono w jak najwyższym stopniu "oswoić" zewnętrzny świat w całej jego różnorodności.

Terapia SI może być prowadzona wyłącznie przez certyfikowanego terapeutę, a jej podstawą jest diagnoza. Zajęcia terapii sensorycznej zazwyczaj odbywają się w specjalnie do tego celu przeznaczonych sali i trwają 45-60 minut. Rodzice mogą przyglądać się zajęciom i powtarzać niektóre z ich elementów bawiąc się z dzieckiem w domu.

