

„Integracja Sensoryczna- co to takiego?”

Coraz częściej zdarza się, że nauczyciele przedszkolni zwracają się do rodziców z prośbą wykonania diagnozy w kierunku zaburzeń Integracji Sensorycznej. Dla większości rodziców termin Integracja Sensoryczna jest nieco tajemniczy i niezrozumiały, więc taka prośba może budzić u nich lęk i przerażenie. Czy zatem jest Integracja Sensoryczna (SI) ?

Integracja Sensoryczna (ang. Sensory Integration) to proces, dzięki któremu mózg otrzymuje informacje ze wszystkich zmysłów, interpretuje, integruje ze sobą, segreguje i z wcześniejszymi doświadczeniami odpowiada właściwą reakcją na sygnał.

Często, gdy myślimy o naszych narządach zmysłów zwykle bierzemy pod uwagę jedynie: wzrok, słuch, węch, smak i dotyk, zapominając o układzie propriocepcji (tzw. czucia głębokiego) i układzie przedsionkowym (zmysł równowagi). Jest on jednak wraz z propriocepcją, niedocenianym „szóstym zmysłem” odgrywającym ważną rolę w rozwoju funkcji umysłowych, czuciowych i ruchowych.

Zagadkowo brzmiący układ proprioceptywny, to tak zwane czucie głębokie. Receptory tego układu znajdują się w torebkach stawowych, mięśniach, ścięgnach, oczach, uszach. Dzięki temu układowi czujemy położenie kończyn do siebie. Spełnia bardzo ważną rolę w tworzeniu wyobrażeń o swoim ciele. Każde dziecko ćwiczy takie wyobrażenia, np. wchodzi do szafy- poznaje wielkość swojego ciała. Układ ten wpływa na zborność ruchu. Informuje nas o tym, gdzie znajdują się w danym momencie części naszego ciała. Dzieci, które nie otrzymując dostatecznej ilości informacji od układu propriocepcji (tzw. czucia głębokiego) gdy siedzą nieruchomo, stale potrzebują się ruszać (by dostarczyć sobie informacji przekazanych przez ruch mięśni o swoim położeniu w przestrzeni).

Układ przedsionkowy brzmi tajemniczo i niejasno. Co to za układ, za co odpowiada ? Odpowiedzialny jest za utrzymanie równowagi. Znajduje się w uchu wewnętrznym. Braki w funkcjonowaniu układu charakteryzują się niepewnością grawitacyjną, nieporadnością ruchową, np. strachem przed przejściem przez mostek, słabym planowaniem ruchu (tzw. dyspraksja). Dzieci z zaburzeniami w układzie przedsionkowym nie lubią się huśtać, kręcić na karuzeli, mają chorobę lokomocyjną, mają zmienne napięcie mięśniowe, nie lubią grać w gry sportowe, często się potykają. Układ przedsionkowy wpływa również na: skupienie wzroku, przenoszenie go z przedmiotu na przedmiot, śledzenie poruszającego się przedmiotu, szybkie i płynne przenoszenie wzroku z przedmiotów znajdujących się blisko na przedmioty znajdujące się daleko (np. przepisywanie z tablicy).

Propriocepcja (czucie głębokie) jest ściśle związana z układem przedsionkowym (zmysłem równowagi). Ich połączona praca wpływa m.in. na napięcie mięśniowe.

Dzięki niej możemy wykonywać precyzyjne, skoordynowane ruchy rąk lub nóg bez konieczności ciągłego ich obserwowania, automatycznie dostosowywać pozycję naszego ciała, aby zapewnić stabilizację.



Na czym zatem polega terapia SI? Terapia Integracji Sensorycznej są to działania, na które składa się stymulacja sensoryczna prowadząca do odpowiednich reakcji adaptacyjnych, zgodnych z neurologicznymi potrzebami dziecka. Terapia ta polega zwykle na aktywności ruchowej całego ciała, w dużej mierze spontanicznej-wyberanej przez samo dziecko i dostarczającej wrażeń przedsionkowych, proprioceptywnych i dotykowych. Terapia Integracji Sensorycznej określana jest mianem „naukowej zabawy”. Podczas sesji dziecko huśta się w hamaku, toczy w beczce, jeździ na deskorolce czy balansuje na kołysce. Przez zabawę przyjemną i interesującą dla dziecka dokonuje się integracja bodźców zmysłowych oraz doświadczeń płynących do ośrodkowego układu nerwowego, co pozwala na lepszą organizację działań. Podczas terapii SI dziecko nie uczy się konkretnych umiejętności, lecz poprawiając Integrację Sensoryczną wzmacnia procesy nerwowe leżące u podłoża tych umiejętności. Umiejętności natomiast pojawiają się w sposób naturalny jako konsekwencja poprawy funkcjonowania mózgu.

Krótko mówiąc, nie bójmy się terminu Integracja Sensoryczna. Dobrze przeprowadzona Terapia SI sprawi, że dziecko będzie się lepiej czuło, sprawniej poruszało, nabierze pewności siebie w zadaniach ruchowych i dydaktycznych oraz w kontaktach z innymi.

Magdalena Jaźwa