

Rozwój sensomotoryczny dziecka - rola rodziców.

Integracja sensoryczna jest związana z rozwojem dziecka. Przebiega bez przeszkód jeśli prawidłowo działają zmysły i mózg prawidłowo odbiera informacje przez nie przekazywane.

Bodźce z każdego zmysłu – wzrokowego, słuchowego, smakowego czy czuciowego docierają do mózgu i tam są łączone w spójną całość, aby dziecko mogło właściwie reagować. W praktyce wygląda to tak, że mózg dziecka przyjmuje, segreguje, interpretuje i integruje informacje pochodzące z narządów zmysłów z tymi, które pamięta i rejestruje nowe, aby móc właściwie reagować na otoczenie. Wraz z rozwojem dziecko uczy się siadać, poruszać i chodzić, a więc integracja sensoryczna następuje także na poziomie zmysłowo-ruchowym.

Oprócz powszechnie uświadamianych pięciu zmysłów zewnętrznych (wzroku, słuchu, dotyku, smaku i powonienia) istnieją także zmysły wewnętrzne, które odpowiadają głównie za motorykę człowieka – są to zmysł równowagi (przedsionek) i zmysł czucia ułożenia i ruchów ciała, siły mięśni tzw. czucie głębokie (propriocepcja).

Im więcej zmysłów włączonych jest w odbieranie świata, tym rozwój dziecka przebiega szybciej i sprawniej. Z punktu widzenia teorii integracji sensorycznej najbardziej istotne dla prawidłowego rozwoju dziecka są zmysły najwcześniej dojrzewające, jeszcze w życiu prenatalnym, tzw. bazowe układy zmysłowe:

- **Układ dotykowy** – ma receptory umiejscowione na całej powierzchni ciała, odbiera wrażenia siły i rodzaju nacisku, ciepła, zimna, bólu. Dzięki odczuwaniu bodźców dotykowych tworzy się w mózgu małego dziecka mapa ciała. Jest ona niezbędna do prawidłowego rozwoju ruchowego. Zmysł dotyku ma duży wpływ na rozwój równowagi emocjonalnej.

- **Układ proprioceptywny** dostarcza wrażeń z mięśni, ścięgien i stawów. Odpowiada za poruszanie różnymi częściami ciała bez kontroli wzrokowej, odczuwanie ciężaru, swobodne wykonywanie ruchów precyzyjnych oraz właściwe ułożenie narządów artykulacyjnych podczas mówienia.

- **Układ przedsionkowy** zwany zmysłem równowagi jest odpowiedzialny za relacje człowieka z siłą grawitacji. Informuje mózg o pozycjach ciała względem ziemi, reguluje napięcie mięśniowe, odpowiada za przyjmowanie właściwej postawy ciała (np. podczas pisania), odpowiada za równowagę, utrzymanie stałego pola widzenia podczas ruchów głowy.

Integracja wrażeń ze wszystkich systemów zmysłowych jest możliwa, gdy mózg właściwie odbiera i interpretuje bodźce z powyższych trzech układów podstawowych.

O problemach z integracją sensoryczną mogą świadczyć przejawiane przez dziecko trudności:

- nadmierna aktywność lub nadmierna bierność,
- poszukiwanie silnych bodźców (brawura, narażanie się na niebezpieczeństwo),
- opóźnienie w nauce chodzenia,
- opóźnienie w nauce mówienia,
- trudności z jedzeniem, gryzieniem, połykaniem,
- niechęć do przytulania się,
- problemy emocjonalne – szybkie przejście od śmiechu do płaczu,
- problemy ze snem,

- reagowanie na ból z opóźnieniem, nie zwracanie uwagi na zadrapania i skaleczenia,
- unikanie ćwiczeń fizycznych, zabaw ruchowych,
- nadmierne reakcje lękowe,
- problemy z nauką jazdy na rowerze,
- wolne wykonywanie zadań,
- problemy z koncentracją,
- trudności z czytaniem, zwłaszcza na głos,
- mocne lub zbyt słabe ściskanie przedmiotów (np. przyborów pisaćych),
- problemy z pisanem (kaligrafią, ortografią).

W przypadku zauważenia problemów wskazane jest wspomaganie pracy mózgu poprzez dostarczanie odpowiedniej stymulacji poszczególnych części układu nerwowego. U niemowląt i dzieci przedszkolnych dostarczanie stymulacji systemu przedsionkowego, dotykowego i wzrokowego (np. kołysanie, bujanie, obracanie się, masaże, zabawy w hamaku, na piłce rehabilitacyjnej) wpływa korzystnie na rozwój ruchowy, koordynację. Odpowiednie karmienie stymuluje rozwój artykulacji i mowy. Po rozpoznaniu zaburzeń zalecana jest praca pod kontrolą terapeuty, który stymuluje zmysły dziecka oraz usprawnia takie zakresy, jak motoryka mała, motoryka duża czy koordynacja wzrokowo-ruchowa. Za pomocą odpowiednich technik można wyeliminować, wyhamować lub ograniczyć niepożądane reakcje, które występują przy nadwrażliwościach sensorycznych lub dostarczyć silnych bodźców, co jest konieczne przy podwrażliwościach systemów sensorycznych.

W przypadku dzieci starszych (w młodszym wieku szkolnym) terapia SI nie może zastąpić rzeczywistej edukacji, może natomiast poprawić i ułatwić proces uczenia się. Zadania stawiane przed dzieckiem w czasie zajęć znajdują się w strefie najbliższego rozwoju. Pomoc dziecku nie powinna ograniczać się tylko do terapii gabinetowej, czyli zajęć w specjalnie wyposażonej sali. Terapia SI wymaga także współpracy rodziców w zakresie codziennej pielęgnacji i organizacji życia dziecka, dostosowania otoczenia czy wprowadzenia tzw. diety sensorycznej. Działania te są szczególnie ważne dla dzieci (osób dorosłych także), których układ nerwowy jest bardziej wrażliwy na bodźce sensoryczne czyli odbiera je jako zbyt mocne lub zbyt słabe, albo też nieprawidłowo rozpoznaje ich parametry.

OTO KILKA PROSTYCH I PRZYJEMNYCH SPOSOBÓW NA WSPARCIE DZIECKA Z TRUDNOŚCIAMI Z ZAKRESU INTEGRACJI SENSORYCZNEJ (STYMULOWANIE SYSTEMÓW BAZOWYCH)

Układ dotykowy:

- Dotykowe pudełko – w pudełku po butach lub poszewce na poduszkę umieść różne przedmioty, figury geometryczne i poproś dziecko, by wkładając rękę do środka (bez patrzenia) spróbowało zgadnąć, jakiego przedmiotu dotyka, lub odnalazło wskazany przez rodzica.
- Naleśnik - ciasno zroluj dziecko w koc, bawiać się w smarowanie i zawijanie naleśnika.
- Wspólne gotowanie - zachęcaj dziecko do wspólnego gotowania, mieszania, ugniatania, wałkowania różnego rodzaju ciast, mas plastycznych.

- Malowanie dłońmi i stopami – wzbogacaj zwykłe farby do malowania innymi materiałami np. kaszą, piaskiem, ryżem. Możecie stworzyć też własną „farbę” z kisielu, galaretki czy pianki do golenia (ważna, żeby miały różną fakturę, strukturę, gęstość, temperaturę).
- Wybieranie z miski jednego spośród różnego rodzaju ziaren (fasola, groch, ryż, kasza, soczewica) – paluszkami lub pincetą (podczas pomocy w kuchni).

Układ przedsionkowy:

- Skakanie na nadmuchiwanej piłce (może być z uszami).
- Tory przeszkód (bieganie, skakanie, przeskakiwanie, wspinanie się, celowanie, łapanie równowagi).
- Huśtawki – bujanie się na różnych sprzętach: podwieszanych, wahadłowych, bujanie dziecka w kocu.
- Turlanie się: z górki, pod górkę, po przeszkodach.
- Skakanie: zeskakiwanie, wskakiwanie do określonego pola, gra w klasy, zabawa ze skakanką.

Układ propriceptywny (czucie głębokie):

- Siłowanie się, przepychanie, noszenie na placach ciężkich przedmiotów (w pozycji czworaczek).
- Odbijanie oburącz piłki, balona, przenoszenie na raketce tenisowej różnych przedmiotów.
- Naśladowanie różnych „chodów”: raka, bociana, pająka, kaczki, niedźwiedzia, kraba...
- „Taczki” – dziecko chodzi na rękach trzymane za uda.
- Nalewanie i przesypywanie – pozwalanie by dziecko eksperymentowało z przelewaniem, przesypywaniem - bezpośrednio z pojemnika do pojemnika, z użyciem lejka, łyżki.

Opracowała: Krystyna Orzechowska-Gryguc, PP-P nr 1 w Łomży