

Stymulowanie rozwoju i wspieranie Integracji Sensorycznej u dzieci do 3. roku życia



E D U K A C J A



Spis treści

1. Rola stymulacji zmysłów w nabywaniu kompetencji psychospołecznych	3
2. Neuroplastyczność w plastyce sensorycznej	8
3. Rozwijanie kompetencji komunikacyjnych za pomocą zabaw kontaktowych	13
4. Zajęcia ruchowe na świeżym powietrzu dla dzieci w wieku żłobkowym	18
5. Poznaję świat zmysłami – zabawy sensoryczne z małym dzieckiem rozwijające jego samodzielność	23
6. Rozwijanie wiedzy o otaczającym świecie za pomocą eksplorowania obiektów o różnorodnej fakturze i temperaturze	29

© by Forum Media Polska Sp. z o.o., Poznań 2020

ISBN 978-83-260-3669-9

Łamanie: **IGRAM** Wojciech Niedzielski

Wydawca: Forum Media Polska Sp. z o.o.

ul. Polska 13, 60-595 Poznań

bok@forum-media.pl

tel. 61 66 55 800, fax 61 66 55 888

Art. nr 8620

1. Rola stymulacji zmysłów w nabywaniu kompetencji psychospołecznych

Zdobycze technologiczne, dostępna infrastruktura i postęp cywilizacyjny nie umożliwiają mimo wszystko zostania świadomym rodzicem. Młodzi rodzice zewsząd otrzymują sygnały mające ich wspomóc w pełnieniu nowych ról. Okazuje się to jednak zgubne, gdyż proponowane koncepcje wykluczają się.

Dochodzą do tego takie trudności, jak brak wsparcia ze strony innych członków rodziny, konieczność samodzielnego radzenia sobie z każdą sytuacją, godzenia obowiązków domowych i zawodowych. Istnieje ryzyko, że zgubi się cud narodzin a wszystkie siły skoncentruje się na poradzeniu sobie z nadmiarem obowiązków. Dlatego też nie należy się dziwić, gdy część rodziców uzna za trudne do realizacji wspieranie rozwoju dziecka poprzez plastykę sensoryczną. Rodzice mogą zgłaszać różne obawy – od prozaicznych, jak ryzyko pobrudzenia całego pomieszczenia, po sens takich aktywności, które angażują członków rodziny przez pewien czas, co zdaniem niektórych może ograniczać samodzielność dziecka, które powinno umieć zająć się same sobą. Różnorodność stylów wychowawczych i modeli rodziny może być wyzwaniem podczas organizacji zajęć z plastyki sensorycznej, jednak szereg doświadczeń wskazuje, że takie działania skutkują głównie wzmacnianiem kompetencji rodzicielskich, rozwojem więzi, budowaniem relacji opartych o zaufanie we własne siły, poczucie bezpieczeństwa i radość z przebywania razem. Dzięki proponowanym aktywnościom rodzice mogą zachwycić się wspólnym czasem z dzieckiem i nie traktować tego jako obowiązku.

ROLA ŚRODOWISKA NATURALNEGO WE WSPOMAGANIU ROZWOJU DZIECKA

Naturalnym środowiskiem dla dziecka jest jego rodzina, która funkcjonuje w pewnych warunkach fizycznych, materialnych i społecznych. Dzięki wrodzonej potrzebie i ciekawości świata dziecko w naturalny sposób, swobodnie poszerza swoją wiedzę i doskonali własne umiejętności. Aktywność dziecka może być jednak ograniczona, gdy jego otoczenie nie będzie pełne bodźców wyzwalających tę potrzebę [1]. Plastyka sensoryczna może stanowić odpowiedź na potrzeby rodziców pragnących wejść w świat dziecka w sposób wzmacniający jego rozwój. Niektórych rodziców może początkowo niepokoić brak umiejętności zabawy stymulującej dziecko w sposób odpowiedni, bez ryzyka nadmiaru wrażeń. Niektórzy rodzice mogą czuć się wręcz nieodpowiednio na podłodze, wśród wielu akcesoriów, które nawet jeśli są użytkowane przez dorosłych, to niejednokrotnie do innych celów. Gotowe pomysły lub instruktor zapewnią poczucie komfortu, świadomość celowości takich działań. W praktyce okazuje się, że rodzice, których przecież nikt na ogół nie uczył zabaw, sami w sobie odkrywają wielkie pokłady kreatywności, humoru, ciekawości i komunikacji na poziomie werbalnym i pozawerbalnym. Taki rodzaj aktywności dzieci i dorosłych pozwala uwolnić od masek, sztywności, lęków, poczucia śmieszności czy innych ograniczeń, jakie narzuca nam świat. Sygnały zwrotne, jakie uzyskują wszyscy partnerzy zabawy sensorycznej, zarówno ci mniejsi, jak i więksi, pozwalają na odkrycie, jacy jesteśmy dla siebie ważni, potrzebni i szczęśliwi z racji spędzenia wspólnych chwil, nawet gdy są one okrojone przez rozliczne obowiązki i powinności rodziny. Grupowa forma tego typu zabaw dodatkowo umożliwia nawiązywanie nowych relacji, a niczego tak bardzo człowiekowi nie potrzeba jak dobrych kontaktów z innym ludźmi.

ZNACZENIE PROCESÓW INTEGRACJI SENSORYCZNEJ W ROZWOJU PSYCHOSPOŁECZNYM DZIECKA

Od końca lat 60. minionego wieku, dzięki wiedzy z zakresu psychologii rozwojowej, psychologii uczenia się, neurobiologii, neurofizjologii i własnych doświadczeń klinicznych dr Jean Ayres, posiadamy wiedzę dotyczącą tego, jak funkcje psychoneurologiczne wpływają na zachowanie i uczenie się dziecka. W rozwoju dziecka potrzebne są prawidłowe procesy integracji sensorycznej, które mają wpływ na reakcje posturalne, napięcie mięśni, planowanie ruchu, rozwój mowy, zachowanie, emocje i funkcje poznawcze.

Integracja sensoryczna – to proces neurologiczny organizujący wrażenia płynące z ciała i środowiska w taki sposób, by mogły być użyte do celowego działania. W procesie tym mózg segreguje, rozpoznaje, interpretuje, łączy ze sobą i wcześniejszymi doświadczeniami informacje otrzymane ze wszystkich zmysłów, odpowiadając na wymagania płynące ze środowiska. Zmysły dostarczają informacji o fizycznej kondycji naszego ciała i otoczenia wokół nas. Dane te pochodzą z receptorów wzrokowych, słuchowych, przedsionkowych, dotykowych, proprioceptywnych, węchowych i smakowych. Poszczególne stadia rozwoju integracji sensorycznej dokonują się między 0–7 rokiem życia. Procesy integracji sensorycznej dokonują się w rdzeniu kręgowym, w pniu mózgu, mózdzku i w półkulach mózgowych. Wszystkie wyższe procesy umysłowe zależą szczególnie od adekwatnej organizacji wrażeń w pniu mózgu, gdzie mają swój początek procesy integracyjne. Dopiero po przejściu pnia mózgu może dokonywać się bardziej szczegółowe opracowywanie wrażeń sensorycznych w korze mózgowej. W miarę rozwoju, dzięki zdolności do organizacji wrażeń sensorycznych, kształtuje się koncentracja na doznaniach sensorycznych, koordynacja ruchów i organizacja zachowania. Odpowiednia integracja sensoryczna jest podstawą do prawidłowego rozwoju ruchowego, uczenia się i zachowania.

OBJAWY ZABURZEŃ SAMOREGULACJI U MAŁYCH DZIECI

Rodzice niemowląt i małych dzieci niejednokrotnie odczuwają niepokój z powodu zachowania się dzieci. Zdarza się, że podczas pielęgnacji, codziennych czynności nie mogą wyciszyć dziecka. Dzieci bywają nadmiernie domagające się kontaktu lub niewyrażające takiej potrzeby, inne dzieci są bardzo płaczące, preferują rytuały w trakcie zasypiania, karmienia, okazują niepokój w trakcie czynności pielęgnacyjnych, źle znoszą zmiany, mają bardzo niski lub bardzo wysoki poziom aktywności. Obserwuje się również dzieci z opóźnionym rozwojem ruchowym, asymetrią, długim, wolnym tempem nabywania kompetencji ruchowych, obniżonym tonusem mięśniowym, trudnościami w zakresie równowagi, koordynacji oraz rozwoju motoryki małej, a przed wszystkim z nieprawidłowościami w obrębie rozwoju społeczno-emocjonalnego. Ten ostatni obszar dotyczy trudności z wchodzeniem w kontakt z opiekunem, podtrzymywaniem kontaktu, pobudzenia emocjonalnego w kontakcie z dorosłym i bodźcem oraz nieprawidłowości w reakcjach na bodźce zmysłowe. Okres kąpieli, ubierania się, posiłki, sen, własna aktywność dziecka – to momenty, gdy najczęściej ujawniają się zachowania wzbudzające niepokój rodziców. Powinni oni wówczas uzyskać wsparcie w zakresie poradnictwa, w jaki sposób dostosować otoczenie, pielęgnować dziecko i spędzać z nim czas, aby uzyskać odpowiedni poziom pobudzenia dziecka. Stosując odpowiednie czynności pielęgnacyjne, bawiąc się, dostarczając możliwości aktywnego poznawania świata dzięki wykorzystaniu zabaw naturalnymi obiektami za pomocą wszystkich zmysłów oraz organizacji otoczenia stymulującego aktywność ruchową i manualną, możliwe jest wzmacnianie kompetencji psychospołecznych

dziecka. Także wprowadzanie na czas właściwych pokarmów rozwija procesy integracji sensorycznej. Organizując czas z dzieckiem, należy pamiętać o tym, że rozwój małego dziecka odbywa się przede wszystkim poprzez aktywność ruchową i odbieranie informacji zmysłowych z różnych modalności. Najważniejszymi zmysłami biorącymi udział w rozwoju dziecka są układ przedsionkowy, dotykowy i proprioceptywny. Niezmiernie ważną rolę w zakresie nabywania umiejętności psychospołecznych pełni zmysł dotyku [2]. Układ dotykowy wpływa bowiem na poczucie bezpieczeństwa, stanowi fundament dobrego samopoczucia, funkcjonowania emocjonalnego. Ze zmysłem dotyku wiąże się emocjonalna więź matki z dzieckiem, zachowania obronne, wczesne różnicowanie wrażeń dotykowych.

REAKCJE DZIECI NA BODŹCE DOTYKOWE W ASPEKTCIE ZACHOWANIA SIĘ

Plastyka sensoryczna może stanowić odpowiedź na potrzeby dotykowe dzieci. Reakcja dzieci na bodźce tej modalności stanowi ważną informację nie tylko o preferencjach w zakresie dotyku, ale również w zakresie kontaktów społecznych. Obserwuje się grupę dzieci, które odtrącają podawane przedmioty do zabawy, zdają się „dziobać” w nie palcami, preferują przedmioty śliskie i twarde, a dotykanie przedmiotów o miękkiej, puszystej fakturze wywołuje w nich dyskomfort. Niechętnie nawiązują też kontakt z drugim człowiekiem, uciekają od niego, odwracają głowę, płaczą, wycofują się ze współdziałania z drugą osobą. Korzystną sytuacją jest, gdy już niemowlę, natrafiając na jakiś przedmiot, naciska go, mocno oplata palcami, ujmuje ustami, gryzie, ssie, obraca językiem, liże oraz tuli do siebie. Dotykając osób i przedmiotów, dzieci z czasem gromadzą szereg doświadczeń, a dzięki nim kształtuje się świadomość tego, co dzieje się między własnym ciałem a innym obiektem, osobą, obraz własnego ciała i świata otaczającego. Zdarza się jednak, że dzieci bronią się przed dotykiem, chwytaniem pewnych przedmiotów, choć ich palce są sprawne. Unikają zabaw pluszowymi zabawkami, nie okazują zadowolenia podczas zabaw kontaktowych, dotykania, przytulania przez dorosłego. Bywa, że wycofują się z nawiązywania kontaktów społecznych, unikają dotykania ciała drugiej osoby, nie chcą być dotykane. Podczas karmienia piersią dziecko nie przywiera, trzymane na rękach pręży się, wyczuwalna jest bariera pomiędzy dzieckiem a opiekunem [3]. Wpływa to bezpośrednio na komfort psychiczny zarówno dziecka, jak i opiekuna. Nieprawidłowości w tym zakresie mogą zaburzyć relacje pomiędzy dzieckiem a rodzicem. U dzieci z nieprawidłowym funkcjonowaniem w obrębie zmysłu dotyku możemy obserwować również reakcje, które dotyczą funkcjonowania w grupie rówieśniczej. Obronność dotykowa wywołuje w dziecku wiele napięć, skutkuje przebywaniem w ciągłym czuwaniu, przewidywaniu zagrożenia. Dziecko z takimi potrzebami negatywnie reaguje nawet na przypadkowy dotyk kolegi, odbiera to jako atak. Siedzenie przy jednym stoliku może być również problematyczne, gdy jedno z dzieci ma nieprawidłowe reakcje w obrębie zmysłu dotyku. Wówczas każde dotknięcie łokcia dziecka może spowodować skargę na potrącanie przez kolegę. Inne dzieci mogą takie komentarze odbierać jako zniechęcające i grupa rówieśnicza może odsunąć zbyt wrażliwego dotykowo kolegę. Nawet członkowie rodziny mogą mieć trudność w opiece nad dzieckiem z obronnością dotykową. W sytuacji gdy musi się nim zaopiekować dawno niewidziana babcia i podejmie się np. mycia włosów, przejmie się bardzo krzykiem dziecka, któremu woda spłynęła na twarz. Możliwe, że będzie odczuwała brak satysfakcji ze wspólnie spędzonego czasu lub obawę, że nie jest w stanie już opiekować się małym dzieckiem, jeśli nawet mycie wywołuje taki poziom rozpaczki dziecka. Z kolei niedostateczne odczuwanie bodźców powoduje, że dziecko używa zbyt dużej siły podczas działania i w sposób niecelowy może zniszczyć zabawkę kolegi, uderzyć go piłką,