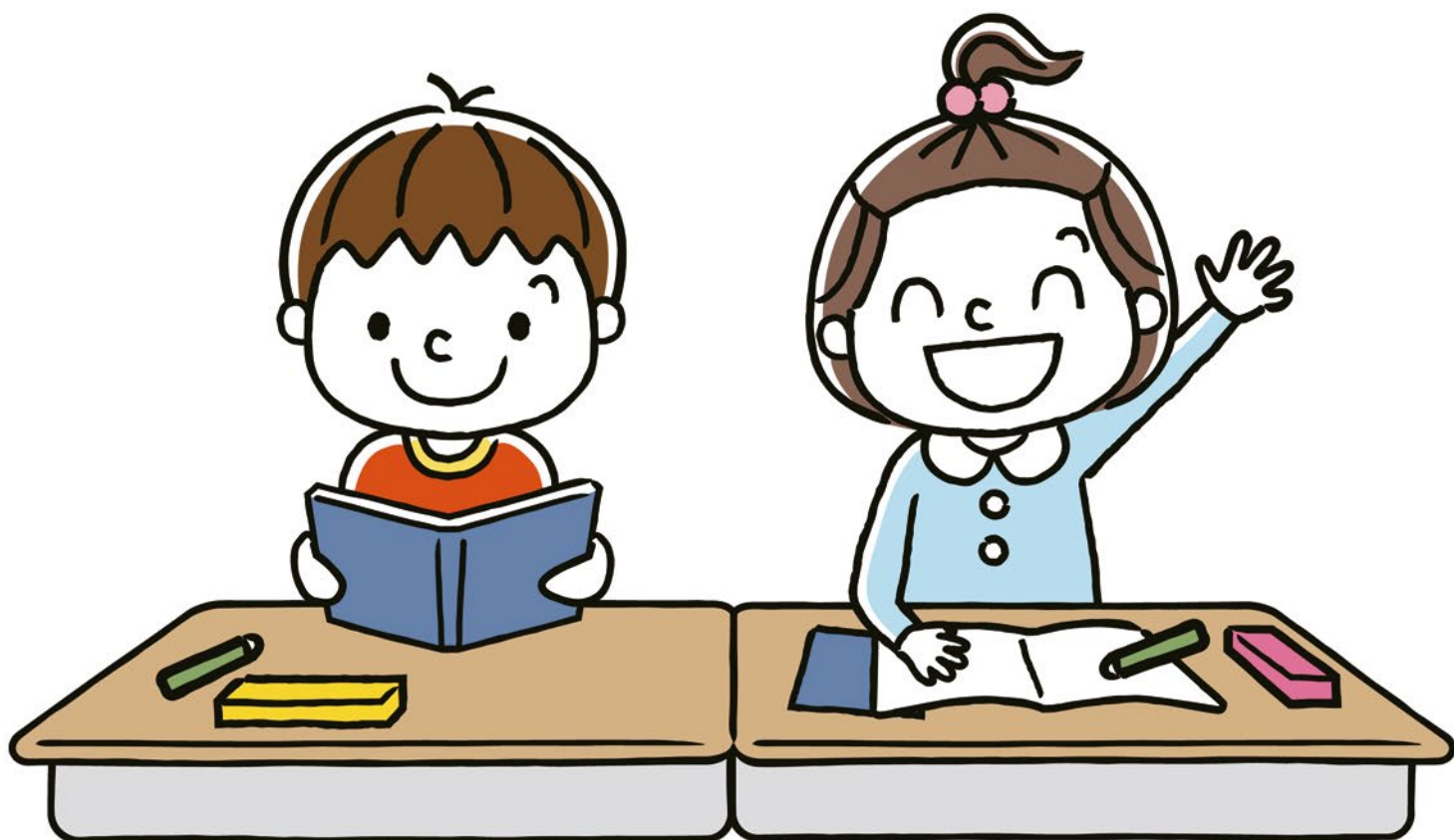


JAK WSPIERAĆ ROZWÓJ
PRZEDSZKOLAKA?

Zaburzenia integracji sensorycznej u dzieci w wieku przedszkolnym



FORUM

Spis treści

1. Czym jest integracja sensoryczna?	5
2. Zaburzenia integracji sensorycznej	6
2.1. Czynniki ryzyka występowania zaburzeń SI	6
2.2. Objawy występowania zaburzeń SI	7
3. Terapia SI	7
4. Jak wspomagać rozwój integracji sensorycznej dziecka w domu?	9
5. Propozycje zabaw wspierających integrację sensoryczną dziecka	10
6. Scenariusze zajęć dla dzieci 3-letnich	12
6.1. Scenariusz „W wiejskim gospodarstwie”	12
6.2. Scenariusz „Co nam dają zwierzęta?”	18
6.3. Scenariusz „Na wsi” – zabawy muzyczno-ruchowe	22
7. Scenariusze zajęć dla dzieci 4–5-letnich	26
7.1. Scenariusz „W samolocie”	26
7.2. Scenariusz „Jedzie pociąg”	32
7.3. Scenariusz „Podróże małe i duże” – tworzenie gry planszowej	39
8. Scenariusze zajęć dla dzieci 6-letnich	43
8.1. Scenariusz „Leśny spacer”	43
8.2. Scenariusz „W krainie ptaków”	49
8.3. Scenariusz „Jeż – kłujący zwierzę”	54



1. Czym jest integracja sensoryczna?

Wzrok, słuch, węch, smak, dotyk – to dzięki tym zmysłom jesteśmy w stanie poznawać świat, doświadczać w pełni tego, co nas otacza. Świat przepiękny jest mnóstwem napływających z każdej strony bodźców. Podziwiamy rozmaite widoki, obserwujemy to, co nas otacza, słyszymy przeróżne dźwięki, smakujemy potrawy, czujemy różne zapachy. Wszystkie te czynności wymagają zaangażowania ze strony układu sensorycznego. Jeśli wszystkie bodźce dobiegające z zewnątrz są odbierane i przetwarzane w sposób prawidłowy – proces integracji sensorycznej przebiega bez zakłóceń, wtedy to, co nas otacza, wydaje się przyjazne i akceptowalne. Potrafimy wtedy odpowiednio ocenić sytuację, w której się znajdujemy, a co najważniejsze – adekwatnie do nich reagować. Sytuacja zmienia się w momencie, gdy mózg ma problem z odbiorem i przetwarzaniem bodźców z zewnątrz – wtedy mamy do czynienia z zaburzeniami integracji sensorycznej. Takie deficyty mają znaczny wpływ na funkcjonowanie człowieka w życiu codziennym. Bodźce dopływające z zewnątrz, które dla ogółu wydają się normalne, akceptowalne, w przypadku osób z zaburzeniami integracji sensorycznej – kolokwialnie rzecz ujmując – bolą. Osoby z tego typu zaburzeniami mogą być nadwrażliwe na dźwięki, na dotyk czy zapach. Doświadczenie przez zmysły może wprowadzić ich w uczucie dyskomfortu preradzające się w późniejszym stadium we frustrację. Integracja sensoryczna to proces, dzięki któremu mózg otrzymujący informacje z systemów zmysłowych potrafi je odpowiednio rozpoznać, segregować, zinterpretować oraz połączyć z wcześniej przeżyтыми doświadczeniami. Prócz dobrze znanych wszystkim zmysłów (dotyku, smaku, węchu, wzroku i słuchu), występują także układy przedsionkowy i proprioceptywny, które odgrywają niezwykle ważną rolę w procesie integracji sensorycznej.

Integracja sensoryczna

Układ przedsionkowy odpowiedzialny jest za odczuwanie ruchu oraz położenie ciała. Zmysł ten pozwala nam utrzymywać równowagę, rozpoznawać położenie swojego ciała, umożliwia koordynację ruchów oraz ich dalsze planowanie. Deficyty wrażliwości w układzie przedsionkowym mogą skutkować brakiem kontroli i nieumiejętnością rozpoznawania własnych ruchów. Zaburzenie to może prowadzić do dążenia dziecka do ciągłego wykonywania danych ruchów, np. bujania się czy obracania. Z kolei nadwrażliwość zmysłu przedsionkowego może powodować obawy przed zmianą pozycji; dziecko nie jest w stanie prawidłowo ocenić wykonywanych przez siebie ruchów, dlatego rezygnuje z próby ich podjęcia, np. wchodzenia bądź schodzenia ze schodów, pochylania się itp.

Układ przedsionkowy

Z kolei system układu proprioceptywnego umożliwia głębokie czucie poprzez mięśnie, ścięgna i stawy. Jego rola w pewnej części pokrywa się z funkcjonowaniem układu dotykowego i przedsionkowego. Układ proprioceptywny odpowiada za kontrolę nad położeniem i ruchem własnego ciała, koordynacją i płynnością ruchów, napięciem mięśni i doбором odpowiedniej siły do wykonywania różnych czynności. Zaburzeniem w funkcjonowaniu tego układu jest podwrażliwość, która często może być opisywana u dzieci jako niezdarność.

Układ proprioceptywny



Dzieci, u których występują zaburzenia tego układu, często nie potrafią kontrolować swoich ruchów, mają problemy z ich oceną, charakteryzuje ich również obniżone napięcie mięśniowe oraz brak zręczności, dlatego właśnie dzieci z takimi zaburzeniami unikają zabaw ruchowych czy manualnych.

2. Zaburzenia integracji sensorycznej

Zaburzenia integracji sensorycznej

Integracja sensoryczna to proces, który najbardziej intensywnie rozwija się od narodzin do około 7. roku życia. Jest to czas, w którym dziecko poznaje otaczający je świat, za pomocą zmysłów doświadcza, przetwarza informacje płynące z bodźców, interpretuje je i podejmuje działania, które uważa za słuszne. Jednak gdy układ nerwowy niewłaściwie organizuje bodźce zmysłowe, dochodzi do dysfunkcji, czyli zaburzeń integracji sensorycznych. Jeśli proces integracji sensorycznej nie wykształca się odpowiednio, dziecko może napotkać na problemy w rozwoju psychoruchowym, z przyswajaniem wiedzy, nauką czy nawet w kontaktach interpersonalnych. Z czasem może się to nasilić bądź przerodzić w problemy o innym charakterze. Nie można bagatelizować sygnałów, które wskazują na złe samopoczucie dziecka, na to, że nie radzi sobie z problemami, nie potrafi zapanować nad własnymi emocjami. Problemy same nie znikną, dlatego w przypadku podejrzenia zaburzeń integracji sensorycznej istotne jest podjęcie jak najszybszych kroków, które pozwolą wyeliminować bądź zahamować występowanie upośledzenia odbioru wrażeń zmysłowych. Niezwykle ważne jest jak najszybsze postawienie diagnozy oraz rozpoczęcie terapii pod nadzorem wykwalifikowanego terapeuty.

2.1. Czynniki ryzyka występowania zaburzeń SI

Istnieje wiele czynników, które mogą przyczynić się do występowania u dzieci zaburzeń SI, począwszy od dbałości o zdrowie matki w czasie ciąży, przez przebieg porodu, aż do rozwoju narządów zmysłowych dziecka. Do czynników ryzyka występowania zaburzeń integracji sensorycznej zalicza się:

Czynniki ryzyka występowania zaburzeń SI

- spożywanie alkoholu, palenie papierosów oraz zażywanie substancji psychoaktywnych przez matkę w trakcie ciąży,
- ciąża zagrożona,
- długotrwałe unieruchomienie w trakcie ciąży,
- przedwczesny poród,
- cesarskie cięcie,
- komplikacje przy porodzie, takie jak niedotlenienie narządów dziecka, w tym mózgu,
- uszkodzenie bądź nieprawidłowe działanie narządów zmysłowych, tj. oczu, uszu, nosa czy języka,
- ograniczanie swobodnego poznawania świata poprzez zmysły.



2.2. Objawy występowania zaburzeń SI

Głównymi objawami zaburzeń integracji sensorycznej u dziecka jest występowanie nadmiernej bądź zbyt małej wrażliwości na bodźce zmysłowe. Dziecko, które charakteryzuje się nadmierną wrażliwością, może często reagować płaczem bądź krzykiem na dźwięki, ciężko znosi hałas, każdy dotyk wprawia go w frustrację, nie ma potrzeby bliskości, nie lubi być dotykane czy przytulane. Dzieci z nadwrażliwością zmysłową unikają czynności pielęgnacyjnych i higienicznych, takich jak: mycie bądź czesanie włosów, smarowanie kremem, ubieranie czy mycie zębów. Z kolei dzieci, które posiadają zbyt małą wrażliwość na bodźce, nie zwracają uwagi na otoczenie, wciąż biegają, taranując wszystko wokół, nie odczuwają zimna, nie wykazują też reakcji na bodźce bólowe. Często poddają się autoagresji; w sytuacjach gdy nie potrafią poradzić sobie z emocjami, uderzają głową o ścianę, wrywają sobie włosy czy uderzają zabawkami o swoje ciało. Dzieci z zaburzeniami SI nie potrafią skupić swojej uwagi na jednej czynności przez dłuższy czas, łatwo się rozpraszają, ich uwaga krąży między różnymi aktywnościami. Kolejnym z objawów, na który warto zwrócić uwagę, jest nieprawidłowy poziom aktywności ruchowej. Dzieci z zaburzeniami SI często są nadpobudliwe, regularnie powtarzają jedną czynność, jak: bieganie, kręcenie się w kółko, bujanie się itp., lub przeciwnie – nie przejawiają chęci do jakichkolwiek aktywności ruchowych. Zdarza się również, że dzieci z owymi dysfunkcjami mają problem z koordynacją ruchową, zdają się być niezdarne, nie potrafią utrzymać równowagi, często się potykają, mają trudności z wykonywaniem prostych dla ich wieku czynności, takich jak: rzucanie i łapanie piłki, ubieranie się, siadanie na krzeselku, prawidłowe utrzymanie kredki czy nożyczek. Kolejnym objawem może być opóźniona bądź niewyraźna mowa, dlatego u dzieci z zaburzeniami integracji sensorycznej często współwystępują problemy logopedyczne. Należy pamiętać, że podobne objawy mogą być również wynikiem innych zaburzeń, dlatego konieczne jest postawienie rzetelnej diagnozy.

*Objawy
zaburzeń SI*

3. Terapia SI

Terapia integracji sensorycznej, określana również mianem „naukowej zabawy”, to nic innego jak zajęcia, w których udział biorą dzieci z zaburzoną umiejętnością integracji bodźców zmysłowych. Celem terapii SI jest nauczenie dziecka prawidłowego reagowania na bodźce zmysłowe i oswojenie go z ich różnorodnością. Głównym zadaniem terapii SI jest dostarczenie dziecku, podczas jego aktywności ruchowej, kontrolowanej przez terapeutę ilości bodźców sensorycznych, które w efekcie mają wywołać poprawę ich integracji.

Cele terapii SI

Przed rozpoczęciem terapii integracji sensorycznej konieczne jest postawienie diagnozy. Diagnoza może zostać przeprowadzona przez wykwalifikowanego terapeutę. Diagnoza trwa zwykle od 2 do 3 godzin – ze względu na aktywność i samopoczucie dziecka, które może mieć wpływ na wykonywanie

Diagnoza SI