



# INTEGRACJA SENSORYCZNA

**Integracja sensoryczna to proces złożony w naszym mózgu, który przetwarza docierające do niego bodźce z ciała i ze środowiska, gdzie wkrótce potem odsyła do odpowiedniej reakcji.**

**Każdy organizm posiada 7 zmysłów: wzrok, słuch, smak, węch, dotyk, ukł. przedsionkowy (odpowiedzialny min. za ruch, ułożenie głowy), ukł. proprioceptywny (odpowiedzialny min. za ułożenie ciała, czucie własnego ciała).**

**Proces przetwarzania sensorycznego rozpoczyna się już w okresie płodowym, jednakże najintensywniej przebiega w pierwszych 3 latach życia i trwa do około 7 roku życia.**

## Zaburzenia przetwarzania sensorycznego

Jest to brak zdolności do prawidłowego wykorzystania informacji odbieranych przez zmysły w celu funkcjonowania w codziennym życiu. W konsekwencji czego wykonanie wielu standardowych czynności stanowi duże wyzwanie dla dziecka.

Jeśli w odpowiedni sposób nie wspomozemy układu nerwowego naszego dziecka, w przyszłości może to doprowadzić do np. niezdarności ruchowej, trudności w zachowaniu, emocji dziecka, niskiej koncentracji uwagi, problemów szkolnych.

### DOTYK



Dzieci z zaburzeniami integracji sensorycznej są **NADWRAŻLIWE** na dotyk, przesadnie reagują na ból, nawet ten o niewielkim nasileniu. Nawet drobne urazy są dla nich dyskomfortem. Nie lubią, być niespodziewanie głaskane, dotykane. Dla dzieci z nadwrażliwością dotykową, dużym utrapieniem są zbyt szorstkie, przylegające do ciała ubrania lub drapiące szwy i metki. Dzieci te nie przepadają za czesaniem, myciem włosów, obcinaniem paznokci. Dzieci takie unikają wszelkich zabaw manualnych lub brudzących np. lepienie w masie solnej, slimy, malowanie palcami, zabawa w piasku.

Innym zaburzeniem dotyku jest **PODWRAŻLIWOŚĆ**.

Możemy mówić o podwrażliwości, kiedy dziecko poszukuje silnego kontaktu i bodźców: mocno się przytula, gryzie po rękę, uderza w ludzi, ściany, nie zwraca uwagi na skaleczenia, lubi się brudzić. Dzieci takie mają słabe poczucie bólu, nie zauważają skaleczeń, uderzeń, zadrapań. Dzieci takie poszukują mocnych bodźców.

### RÓWNOWAGA I RUCH (UKŁAD PROPRIOCEPTYWNY)



Podobnie jak w przypadku dotyku objawy dotyczące równowagi i ruchu mogą wskazywać na **NADWRAŻLIWOŚĆ** i **PODWRAŻLIWOŚĆ**.

**NADWRAŻLIWE** dziecko unika zabaw i gier ruchowych, nie lubi się wspinać i huśtać. Przebywanie na wysokości jest dla niego bardzo kłopotliwe. Dziecko nie podejmuje prób przewycięzania swoich lęków. Jest wycofane, unika kłopotliwych sytuacji. Sprawia wrażenie słabego fizycznie.

Dziecko **PODWRAŻLIWE** ma problemy z równowagą. Uwielbia się huśtać, kręcić się na różnych przedmiotach np. obrotowym krześle, karuzeli. Dziecko takie „nie lubi nudy”, jest stale w ruchu. Nie strasza mu szybkość i strach przed nowymi przeszkodami nie jest żadnym problemem.

## SŁUCH

**NADWRAŻLIWOŚĆ:** Dziecko takie posiada super słuch – słyszy dźwięki, na które inni nie zwracają uwagi. Dzieci takie często zasłaniają, zatykają uszy w reakcji na niektóre dźwięki: wysokie, głośne. Nie przepadają za zabawkami dźwiękowymi. Czują się rozdrażnione i pobudzone w głośnych miejscach. Przebywanie w miejscach zatłoczonych i głośnych takich jak: sklep, restauracja, przedszkole, jest dla nich ogromnym dyskomfortem.

**PODWRAŻLIWOŚĆ:** Dzieciaki takie często stwarzają sytuacje hałasu, mają potrzebę powtarzania komunikatów, poleceń, gdyż często nie zapamiętały polecenia lub go nie zrozumiały.

## WZROK



Dziecko **NADWRAŻLIWE** na światło unika światła błyszczącego, migoczącego, w kontakcie z nim odwraca się i zamyka oczy, mruga, pociera oczy, unika kontaktu wzrokowego. Nadmiar bodźców powoduje u dziecka bóle głowy lub brzucha.

Dziecko **PODWRAŻLIWE** ma silną potrzebę intensywnych stymulacji wzrokowych, ma trudności w dostrzeganiu zmian, określaniu różnic i podobieństw np. na obrazkach. Ma trudności z układaniem puzzli, klocków, jak również z utrzymaniem się w liniaturze podczas pisania czy kolorowania.



## WĘCH

**NADWRAŻLIWOŚĆ** na bodźce węchowe objawia się częstym zatykaniem nosa i wyczuwaniem zapachów, na które inni nie zwracają uwagi. Nadwrażliwe dzieci preferują potrawy o łagodnym smaku, nie lubią intensywnych zapachów, takich jak perfumy, przyprawy, mydło. Dzieci te odmawiają zjedzenia produktów, które według nich „śmierdzą”, mają wówczas odruch wymiotny. Nie rzadko z nadwrażliwością łączy się również choroba lokomocyjna.

**PODWRAŻLIWE** dzieci natomiast wążają rzeczy nawet te nienadające się do spożycia, lubią mocno przyprawione dania, nie potrafią rozróżnić zapachu, ignorują nawet ostre i niezbyt przyjemne zapachy.

## SI obejmuje także zaburzenia w zakresie uwagi i zachowania.

### Są to:

Nerwowość, nadpobudliwość, impulsywność. Dziecko jest niespokojne, gdy musi pozostać w ciszy lub się skoncentrować, ma zmienny nastrój, szybko się rozprasza, ma problemy ze skupieniem się na jednym zadaniu. Zaburzenia integracji sensorycznej u dzieci w wieku szkolnym i dorosłych mogą mieć dodatkowe objawy: na przykład słabe wyczucie odległości (stawanie za blisko ludzi, przedmiotów), mylenie kierunków, słaba koordynacja podczas gier sportowych, problemy emocjonalne (obrażanie się, upartość, agresywność), **NISKA SAMOOCENA**, brak wiary we własne możliwości, problemy z uczeniem się nowych aktywności.

### Opracowała

mgr Renata Bartosiewicz

Terapeuta Integracji Sensorycznej



## BIBLIOGRAFIA

1. Tworzenie więzi poprzez Integrację Sensoryczną- Ellen Yack, Paula Aquilla, Shirley Sutton
2. Dziecko a integracja sensoryczna Ayres Jean A.
3. Integracja sensoryczna a zaburzenia uczenia się Ayres Jean
4. Zrozumieć sygnały sensoryczne dziecka - Angie Voss
5. Strategie sensoryczne w jedzeniu i w mówieniu-Odowska-Szlachcic Bożenna, Natalia Górka- Pik
6. Domowe aktywności. Mgr Maja Tęsna Terapeuta Integracji Sensorycznej
7. Sensoryczne niemowlę. Aleksandra Charęzińska, Joanna Szulc