

Сенсорная интеграция. Что это?

Каждый родитель хочет, чтобы его ребенок был развитым, умным, принятым обществом, хорошо себя чувствовал в социуме. Но все ли понимают, что для этого необходимо.... Ребенок развивается на основе взаимодействия с миром, который его окружает. Первое познание происходит с овладением разнообразных движений и манипуляций с предметами. Очень важно в этот период обеспечить ребенку сенсомоторное развитие, что станет фундаментом для его адаптации, социализации и полноценного развития.

Сенсорная интеграция – это процесс координации сигналов, поступающих в мозг от органов чувств, обеспечивающий адаптацию и продуктивное взаимодействие человека с окружающей средой, в которой он находится. Разнообразная информация складывается в единую картину мира и дает адекватное представление о себе. Поэтому сенсорная интеграция имеет большое значение для ребенка.

Какие признаки могут свидетельствовать, что у ребенка есть нарушения сенсорной интеграции?

1. Чрезмерная или недостаточная чувствительность к тактильным, зрительным, слуховым стимулам, а также движению.
Например: избегание касания некоторых фактур (песок, каша); проблемы с мытьем головы и тела; избегание занятий с пластилином, рисования пальцами; проблемы с манипулированием, использование столовых приборов, ножниц (трудности в подстригании ногтей, волос); неправильный захват карандаша; сверхчувствительность к звукам, к свету; трудности в обучении письму и чтению; трудности с пониманием и выполнением инструкций; избегание катания на качелях, каруселях, или чрезмерное увлечение этими играми; затруднения при переписывании с доски, пропускание букв, слогов; трудности в различении правой и левой сторон; низкий порог толерантности к близости другого.
2. Слишком высокий или слишком низкий уровень двигательной активности.
3. Расстройство мышечного тонуса.
4. Слабая двигательная координация.
5. Двигательная неуклюжесть.
6. Трудности в концентрации, импульсивность.
7. Быстрая утомляемость.
8. Отказ от социальных контактов.
9. Задержка в развитии речи.
10. Слабая организация поведения.

Проблемы сенсорной интеграции могут быть как у детей с ОВЗ (и мы часто это видим в плохой регуляции поведения, отказе от некоторых видов деятельности или же застревание на определенном виде движений, действий, стимуляций) так и нормотипичных деток.

Как можно помочь ребенку в развитии сенсорно-перцептивной деятельности?

Такие занятия доступны каждому ребенку в домашних условиях. Помним, что ребенку жизненно необходимо двигаться. Занятия в сенсорно-интеграционной терапии проводятся в игровой форме и без принуждения. В игре мы следуем за ребенком. Наблюдаем за особенностью взаимодействия с предметами, за движениями ребенка. Принуждение к какой-либо деятельности чревато потерями. Нужно организовать для ребенка подходящую среду, наполнить ее

сенсорными материалами (песок, крупы, предметы разной фактуры и т.д., тактильные дощечки и дорожки, су-джок), спортивным инвентарем (фитбол, батут, горка, качалки, детский спортивный уголок (шведская стенка, тарзанка, горка, канат), туннели, палатки, кинезеологические мешочки и мячи, различные утяжелители, доска Бильгоу и др.).

Важное правило – не подрывать веру ребенка в свои силы, заставляя его делать то, что он пока делать не может.

Ваша фантазия и вера в собственного ребенка способна творить чудеса.

На таких занятиях необходимо поощрять ребенка к овладению новым опытом.

Разберем на примере. Есть детки, которые постоянно находятся в движении и их трудно остановить или привлечь к чему-либо. Они если и сидят, то недолго и постоянно двигают ногами, ерзают на стуле или же сползают с него (это не значит, что он не умеет себя вести, просто таким образом компенсирует свои дефициты). Как построить занятие с таким ребенком?

Во – первых, не заставлять ребенка держать ноги смирно и сидеть на стуле «как вкопанный».

Во -вторых, установить если у ребенка нарушения связанные с вестибулярным аппаратом или проприоцептивные проблемы (способность тела ощущать, где расположены его части относительно друг друга, это помогает нам управлять движениями). Можем предположить, что у данного ребенка все это присутствует.

Организуем среду для ребенка, опираясь на его природную активность. Пусть это будет полоса препятствий (туннель, обруч, батут (или «массажная кочка»), тактильная дорожка, мячи, фитбол). Ваша задача научить ребенка контролировать свое тело (овладеть саморегуляцией). Поэтому подбираем упражнения и виды деятельности, где активность сменяется направленными действиями и расслаблением.

Прохождение через тоннель способствует развитию крупной и билатеральной моторики (способность человека скоординировать левую и правую части тела во время движения — необходимый навык для повседневной жизни). Обогадите тактильный опыт, разместите внутри разные предметы (так вы замедлите прохождение туннеля), можно потрясти туннель, так вы простимулируете его вестибулярную и проприоцептивную систему. Используйте утяжелители для ног или рук, чтобы помочь ребенку научиться ими управлять (например, прыгая по кочкам с утяжелителями для ног). Можно соорудить ребенку панцирь из подушки и проползти с ним через туннель, тащить за собой бутылку, наполненную водой и т.д. (это позволит ему в новом опыте координировать свои движения). Сидя за столом, выполняя различные задания, поставьте «кочку» под ноги ребенка, чтобы он мог совершать движения ногами (при этом на ногах утяжелители).

Малышу должны нравиться упражнения, а здесь ему поможет ваша фантазия! Как только ребенок восполнит свои сенсорные дефициты, то его проблемы, связанные с саморегуляцией уйдут.

В каждом конкретном случае должен быть индивидуальный подход. Консультацию можно получить у специалистов Центра.

Педагог-психолог Силаева О.В.