

Что такое сенсорная интеграция?

Сенсорная интегративная терапия и пластичность сенсорной системы

Сенсорная интегративная терапия может быть чрезвычайно полезна для детей и взрослых с отклонениями в развитии. Однако причина ее эффективности не вполне ясна. Суть ее заключается в том, что серия специфических контролируемых двигательных и сенсорных упражнений позволяет пациенту ощутить чувство контроля над собственным телом и окружающей их обстановкой и, в конечном счете, лучше анализировать сенсорную информацию, получаемую их органами чувств. Считается, что сенсорная интегративная терапия будет способствовать изменениям в кортикальной структуре, которые улучшают ответную реакцию пациента на раздражители. Пациенты могут становиться спокойнее, их движения могут становиться более плавными. Также возможно повышение концентрации внимания.

Теория

Теория сенсорной интеграции была изначально разработана А. Джин Эйрес (A. Jean Ayres) в начале 70-х годов XX в. и объясняла взаимосвязь функционального состояния ребенка и развития нервной системы (Fisher, 1991). Основное допущение этой теории заключается в том, что, воспринимая поступающие извне раздражители, центральная нервная система отфильтровывает и систематизирует поступающую информацию, а затем формирует адаптационную ответную реакцию в форме двигательной реакции (Ayres, 1972). Если у ребенка наблюдается проблема с обработкой сенсорных раздражителей, что подтверждается его ненормальной реакцией на проприоцептивные, вестибулярные либо тактильные раздражители, то ему, возможно, поможет сенсорная интегративная терапия. Проблемы сенсорной интеграции довольно распространены среди детей с такими нарушениями, как аутизм, фетальный алкогольный синдром, необучаемость и общей задержкой развития. Проблемы сенсорной интеграции также наблюдаются у детей, воспитываемых в условиях сенсорной депривации, например, в детских приютах, где отсутствуют достаточные условия для выработки сенсомоторных навыков (Cermak, 1994).

Практика

Цель терапии – способствовать повышению эффективности сенсорного анализа информации и адаптивного поведения. Например, если у ребенка наблюдается тревожность или приступы гнева во время определенной повседневной деятельности, обследование может показать, что даже легкое прикосновение оказывает отрицательное влияние на его поведение, или проявление ребенком «тактильной защиты». В этом случае трудотерапевт

может построить лечение на использовании повторных сенсорных упражнений, таких как контролируемые прикосновения кисточкой, тканями различной фактуры либо сочетание различных прикосновений, подобранных таким образом, чтобы ребенок не испытывал страха и воспринимал это как веселую игру. Все подобные упражнения выполняются в надежде на то, что в результате индуцированной реорганизации (пластичности) чувствительных зон коры головного мозга можно будет достичь устойчивого прогресса. Специалисты надеются, что назначение сенсорных интегративных упражнений развивает эту пластичность в необходимом направлении. Исследования на животных продемонстрировали значимость соответствующих условий окружающей обстановки на ранних этапах развития. Например, когда животным предоставляли возможность познавать разнообразные среды, отмечалось значительное усиление ветвления дендритов, синаптических связей, функциональной активности синапсов, а также увеличение объема головного мозга (Rosenzweig, 1972). Предполагается, что те же процессы происходят и с человеком. Сенсорная интеграция – процесс, во время которого происходит получение информации нервной системой от рецепторов всех чувств. Сегодня все больше рождается детей с отклонениями в развитии. Сенсорные нарушения могут выглядеть как деструктивное поведение с избыточными эмоциональными реакциями (капризы, истерики).

Метод сенсорной интеграции

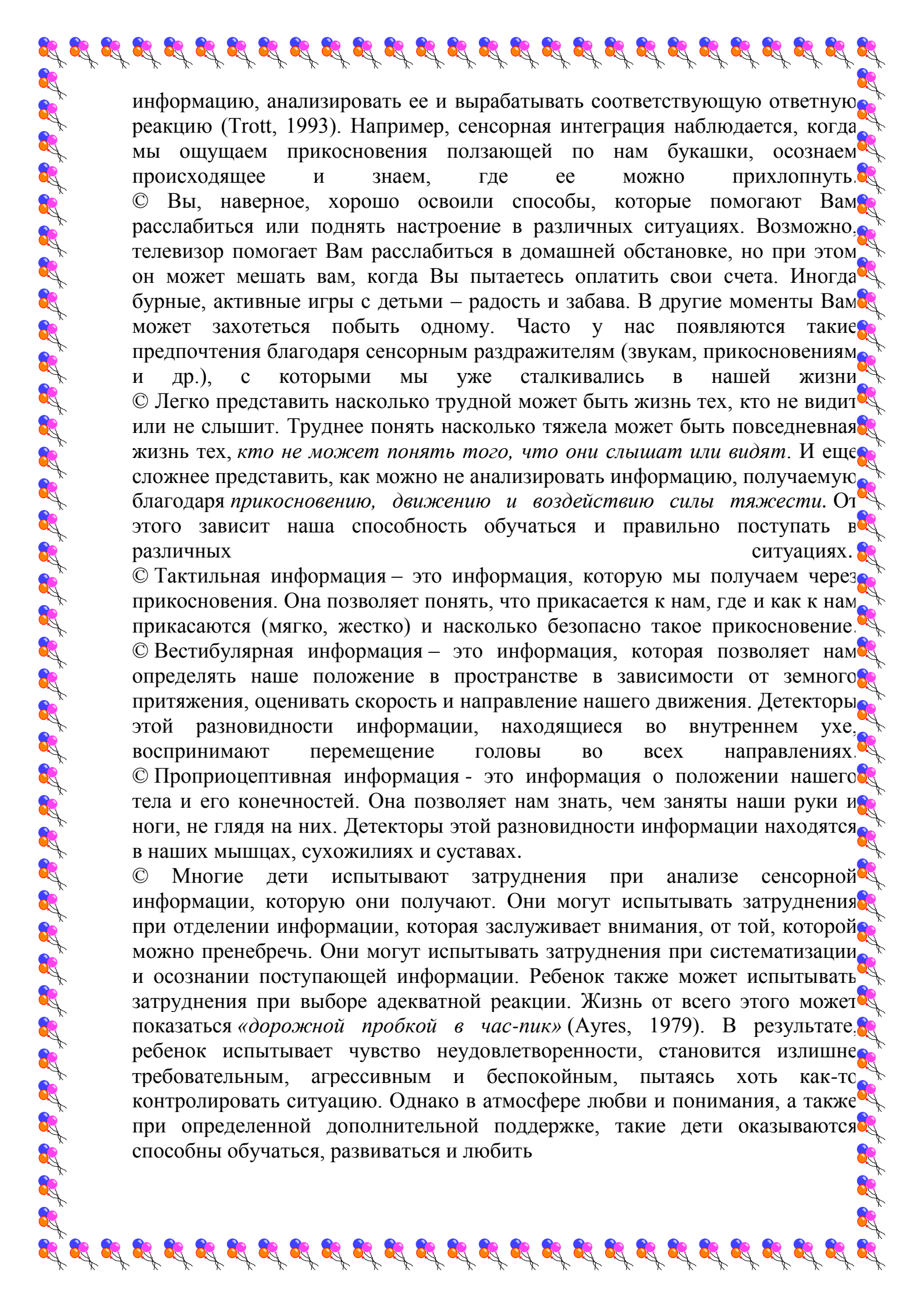
Сенсорная интеграция теория и практика берут свое начало с 90-х гг. XX в., впервые метод начал разрабатываться калифорнийским трудотерапевтом Э. Д. Айрис, работавшей с детьми и взрослыми, имеющими различные неврологические нарушения. Метод представляет собой упорядочивание ощущений полученных из окружающего мира посредством игр, с использованием специального оборудования воздействующего на аудиальную, визуальную, кинестетическую, вестибулярную сферы ребенка или взрослого.

Цель метода сенсорной интеграции

Сенсорная интеграция для детей помогает дать мозгу нужные знания об окружающей обстановке и внешних стимулах воздействующих на сенсорные системы человека. игры использующиеся в сенсорной терапии дарят ребенку новые чувственные ощущения, происходит балансировка и развивается эффективная обработка сенсорных стимулов центральной нервной системой.

Что такое сенсорная интеграция?

© Сенсорная интеграция – это способность воспринимать информацию, поступающую от всех наших органов чувств (зрения, слуха, осязания, обоняния, двигательной чувствительности), вычленять наиболее значимую



информацию, анализировать ее и вырабатывать соответствующую ответную реакцию (Trott, 1993). Например, сенсорная интеграция наблюдается, когда мы ощущаем прикосновения ползающей по нам букашки, осознаем происходящее и знаем, где ее можно прихлопнуть.

© Вы, наверное, хорошо освоили способы, которые помогают Вам расслабиться или поднять настроение в различных ситуациях. Возможно, телевизор помогает Вам расслабиться в домашней обстановке, но при этом он может мешать вам, когда Вы пытаетесь оплатить свои счета. Иногда бурные, активные игры с детьми – радость и забава. В другие моменты Вам может захотеться побыть одному. Часто у нас появляются такие предпочтения благодаря сенсорным раздражителям (звукам, прикосновениям и др.), с которыми мы уже сталкивались в нашей жизни.

© Легко представить насколько трудной может быть жизнь тех, кто не видит или не слышит. Труднее понять насколько тяжела может быть повседневная жизнь тех, *кто не может понять того, что они слышат или видят*. И еще сложнее представить, как можно не анализировать информацию, получаемую благодаря *прикосновению, движению и воздействию силы тяжести*. От этого зависит наша способность обучаться и правильно поступать в различных ситуациях.

© Тактильная информация – это информация, которую мы получаем через прикосновения. Она позволяет понять, что прикасается к нам, где и как к нам прикасаются (мягко, жестко) и насколько безопасно такое прикосновение.

© Вестибулярная информация – это информация, которая позволяет нам определять наше положение в пространстве в зависимости от земного притяжения, оценивать скорость и направление нашего движения. Детекторы этой разновидности информации, находящиеся во внутреннем ухе, воспринимают перемещение головы во всех направлениях.

© Проприоцептивная информация - это информация о положении нашего тела и его конечностей. Она позволяет нам знать, чем заняты наши руки и ноги, не глядя на них. Детекторы этой разновидности информации находятся в наших мышцах, сухожилиях и суставах.

© Многие дети испытывают затруднения при анализе сенсорной информации, которую они получают. Они могут испытывать затруднения при отделении информации, которая заслуживает внимания, от той, которой можно пренебречь. Они могут испытывать затруднения при систематизации и осознании поступающей информации. Ребенок также может испытывать затруднения при выборе адекватной реакции. Жизнь от всего этого может показаться *«дорожной пробкой в час-пик»* (Ayres, 1979). В результате ребенок испытывает чувство неудовлетворенности, становится излишне требовательным, агрессивным и беспокойным, пытаясь хоть как-то контролировать ситуацию. Однако в атмосфере любви и понимания, а также при определенной дополнительной поддержке, такие дети оказываются способны обучаться, развиваться и любить

Плюсы метода сенсорной интеграции

Перед тем, как рассмотреть положительные аспекты метода нужно понять принципы сенсорной интеграции:

1. Адекватная сенсорная активность важна для развития и обучения ребенка.
2. Высокая мотивация ребенка, освоение им сложных навыков через преодоление трудностей, заинтересованность в занятиях – дают высокий шанс успеха при использовании метода.
3. Терапевт следует за ребенком в его развитии.
4. Тщательный выбор занятий и воздействия на сенсорную систему.
5. Задачи, которые терапевт предлагает решить ребенку должны быть ему по силам.

Плюсы метода:

- целостность подхода в терапии (задействуются все сенсорные системы);
- происходит налаживание эффективного контакта между родителями и ребенком;
- ребенок становится более самостоятельным в действиях и манипуляциях с предметами;
- подходит для детей с тяжелыми когнитивными и нейрофизиологическими отклонениями;
- в комплексном лечении ДЦП без метода нельзя обойтись, помогает дозреванию сенсорных систем.

Источник: <https://womanadvice.ru/sensornaya-integraciya-teoriya-i-praktika-uprazhneniya-dlya-detey-plyusy-i-minusy>

Минусы метода сенсорной интеграции

Специалист по сенсорной интеграции на первоначальном этапе ведет ребенка, отмечает все изменения, но в дальнейшем, это длительный процесс, который должен поддерживаться родителями, поэтому им важно обучиться азам методики и продолжать заниматься с ребенком. Сенсорная интеграция – минусы метода:

- не рекомендуется для детей с небольшими интеллектуальными нарушениями;
- не всегда ребенок осваивает в процессе желаемый навык;
- ребенок, получив знания о взаимодействии с предметами, своим телом должен самостоятельно связать это все воедино, научиться делать выводы, что тоже не всегда получается.

Применение сенсорной интеграции

«Сенсорная интеграция в диалоге» – книга немецкого психонейроэнерготерапевта У. Кислинг помогает распознать проблему ребенка, понять ее причины и вовремя скорректировать сенсорные нарушения. Сенсорная интеграция – многофункциональный метод, решающий сразу несколько задач, поэтому он с успехом может применяться в следующих областях:

- дефектологии;
- нейрофизиологии;
- логопедии;
- психотерапии;
- неврологии;
- реабилитологии;
- педагогической деятельности.

Источник: <https://womanadvice.ru/sensornaya-integraciya-teoriya-i-praktika-uprazhneniya-dlya-detey-plyusy-i-minusy>

Метод сенсорной интеграции в логопедии

Нарушение сенсорной интеграции у детей, проявляющееся дефектами речи логопеды и дефектологи успешно корректируют при помощи метода сенсорной интеграции. Для этого используются занимательные планшеты и решетки с картинками. Логопед просит ребенка найти среди картинок пары соответствий, назвать из вслух, или найти животных в названии которых встречаются согласные С, Ш, Р. Использование сенсорного материала благоприятно отражается на ребенке вызывая у него интерес и является профилактикой вторичных сенсорных нарушений.

Источник: <https://womanadvice.ru/sensornaya-integraciya-teoriya-i-praktika-uprazhneniya-dlya-detey-plyusy-i-minusy>

Сенсорная интеграция при аутизме

Сенсорная стимуляция и интеграция при аутизме – это один из многочисленных методов, эффективность его еще недостаточно изучена при применении в лечении расстройств аутистического спектра. Сенсорная интеграция для аутистов должна проводиться лишь после того, как выявлены основные причины заболевания или эффект будет сведен на нет. Задачей метода сенсорной интеграции является снижение гипервозбудимости и релаксация.

Сенсорная интеграция для детей с ДЦП

Дисфункция сенсорной интеграции у детей с ДЦП заключается в незрелости всех сенсорных систем и неспособности эффективно использовать ощущения адекватно реагировать на входящие сенсорные сигналы, поэтому специалистам приходится решать когнитивные, поведенческие и нейрофизиологические проблемы. Эффективным решением является сенсорная интегративная терапия с применением оборудования, позволяющего получить максимальные сенсорные реакции:

- гамаки;
- подвешенные валики;
- наклонные доски;

- тоннели;
 - бассейн с шариками.
- Источник: <https://womanadvice.ru/sensornaya-integraciya-teoriya-i-praktika-uprazhneniya-dlya-detey-plyusy-i-minusy>

Сенсорная интеграция – упражнения

Дисфункция сенсорной интеграции ребенка часто воспринимается родителями и близкими как чудачества, капризы и избалованность не подозревая, что их чаду нужна помощь. Легкую дисфункцию можно исправить, выполняя упражнения, направленные на развитие конкретной сенсорной системы или сразу нескольких, важна системность и контроль специалиста, что есть улучшения.

Сенсорная интеграция – упражнения на развитие обоняния:

1. Для упражнения понадобятся пустые пластиковые емкости, ватные диски, аромомасла, ягоды и кусочки фруктов. Аромомасла берутся с учетом наличия фруктов и ягод, например, масло апельсина и кусочек апельсина, масло лимона и долька лимона – ароматы должны быть знакомы ребенку. На ватный диск накапать пару капель масла и положить в контейнер, проделать это с каждым аромомаслом, также выложить на стол фрукты и ягоды соответствующие аромату мала. Ребенку завязывают глаза, садят за стол и дают понюхать контейнер с маслом, а потом найти съедобный аналог на столе ориентируясь на запах.
2. «Помоги обезьянке!». В стаканы помещают продукты питания: кусочки хлеба, овощей, фруктов и в другие стаканы предметы (мыло, духи, зубная паста, пластилин). Детям завязывают глаза и предлагают помочь обезьянке с помощью только «нюха» определить в каких стаканчиках еда, а в каких несъедобные предметы, и определить, что есть что.

Упражнения на развитие зрения:

- обведение контуров предмета;
- срисовывание предмета (копирование);
- смешивание красок;
- рисование пальчиковыми красками.

Сенсорная интеграция и речь – упражнения:

- имитация звуков насекомых (пчела, комар);
- щелкание языком (громко, тихо);
- чмокающие движения губами;
- пропевание гласного А-А-А-А-А с открытым ртом, протяжно и М-М-М-М-М с плотно сомкнутыми губами.

Сенсорная интеграция - упражнения для развития слуха:

- выстукивание ритма (взрослый стучит, ребенок повторяет), можно использовать деревянные ложки, фломастеры, пластиковые бутылки;

- пропевание мелодии. Начиная с простых и знакомых ребенку, взрослый поет небольшой отрывок песни, ребенок повторяет.

Упражнения для развития кинестетики:

- игра с крупами и сыпучими продуктами (макароны, фасоль);
- песочная терапия;
- хождение босиком по камушкам, специальным массажным коврикам.

Источник: <https://womanadvice.ru/sensornaya-integraciya-teoriya-i-praktika-uprazhneniya-dlya-detey-plyusy-i-minusy>

Оборудование для сенсорной интеграции

Занятия по сенсорной интеграции проводятся на специальном оборудовании, которое должно быть безопасным для ребенка, привлекательным и ярким. Сенсорная терапия и интеграция включает в себя использование следующего оборудования:

- тренажер для мозжечковой стимуляции (балансировка) – предназначен для детей, у которых есть проблемы с координацией, моторикой;
- тактильные дорожки – разная поверхность дорожек развивает чувство равновесия;
- сенсорные световые игрушки разных цветов – они светятся в темноте и способствуют стимуляции аудиальной, визуальной и тактильной систем ребенка.
- Бизиборды – разработаны по системе Монтессори, представляют собой доски с множеством разных кнопочек, замочков, прищепок, шнурков очень привлекательны для малышей, развивают воображение, мелкую моторику и сообразительность.
- утяжеленные одеяла и подушки для релаксации – помогают гиперактивным детям успокоиться и заснуть, ребенок чувствует эффект, что его обнимают.

Источник: <https://womanadvice.ru/sensornaya-integraciya-teoriya-i-praktika-uprazhneniya-dlya-detey-plyusy-i-minusy>

