

Информация для педагогов
«СЕНСОРНАЯ ИНТЕГРАЦИЯ»

Роль сенсорного развития.

Сенсорное развитие играет огромную роль в психологическом и социальном становлении личности. Ещё Л.С. Выгодский обратил внимание на то, что в основе формирования и развития высших психических функций лежит сложный процесс интеграции внешнего мира во внутренний. Он придавал решающее значение процессу восприятия для развития речи, считая, что ребенок может говорить и мыслить, только воспринимая: «Развитие восприятия различной модальности создает ту первичную базу, на которой начинает формироваться речь», а также психическое развитие и развитие интеллектуально-познавательной сферы. Посредством осязания, мышечного чувства ребенок начинает различать форму предметов, величину и качество. Одновременно с совершенствованием движения кистей рук развивается глазомер, ребенок приучается контролировать движения рук зрением, развивается сенсорный опыт малыша, а также зрительно-моторная координация. Поскольку ребенок сопровождает действия словами, называя предметы и рассказывая о них, обогащается его словарный запас, развивается речь, слуховое восприятие.

Примерно до 7 лет мозг ребенка в основном работает как устройство для обработки сенсорной информации. Это значит, что он воспринимает окружающий мир, предметы и делает выводы о них, основываясь непосредственно на ощущениях. Маленькие дети не обладают развитым абстрактным мышлением и не оперируют отвлеченными понятиями. Они, главным образом, заняты тем, что воспринимают вещи и перемещают тело в соответствии со своими ощущениями. Их адаптивные ответы имеют чаще мышечную, или двигательную природу, поэтому первые семь лет жизни называются периодом сенсомоторного развития.

Сенсорная интеграция.

Сенсорная интеграция – объединение информации из разных сенсорных каналов. Без сенсорной интеграции представление о мире становится фрагментарным и не полным, а значит, пугающим.

Ребенок может по-разному воспринимать сенсорные стимулы. При воздействии стимула происходит его «узнавание» (например, прикосновение), соотнесение («кто-то ко мне прикоснулся»), интерпретация («я чувствую прикосновение руки»), ответная реакция (ребенок оборачивается).

Эти процессы позволяют сформировать определенный «сенсорный порог». Он может быть повышенным - и тогда ответная реакция на стимулы формируется слабо (это называется гипочувствительностью – например, ребенок не почувствует прикосновения и не обернется в ответ), и пониженным – в этом случае ответная реакция на стимулы будет избыточной

(это называется гиперчувствительностью – например, в ответ на прикосновение ребенок резко отпрянет). Примеры гипочувствительности: заторможенная реакция на звук, снижение болевой чувствительности. Примеры гиперчувствительности: выраженный дискомфорт от звуковых и зрительных стимулов, отвращение к определенным запахам. И гипо-, и гиперчувствительность к сенсорным стимулам являются дисфункциями сенсорной интеграции.

Опросники, с помощью которых можно выявить дисфункцию и определить состояние сенсорных систем:

- Анализ сенсорного поведения (Мортон, Волфорд)
- Сенсорный профиль (Данн)
- Сенсорный скрининг (Як, Аквилла, Саттон)

Виды сенсорных систем.

Тактильная – ощущения от прикосновений (рецепторных клеток в коже). Эти рецепторы расположены по всему телу и обеспечивают информацией о лёгких прикосновениях, давлении, вибрации, температуре тела и боли.

Вестибулярная – информация о движении, гравитации, изменении положения головы. Сообщает о движении или неподвижности, направлении и скорости движения. Тесно связаны с аудиальной (слуховой) и зрительной системой. Рецепторы расположены в структурах уха.

Проприоцептивная - информация о положении тела, частей тела, их связи друг с другом и по отношению к окружающим людям и объектам. Рецепторы расположены в мышцах, сухожилиях, соединительной ткани, суставах. Пример: держа в руке кубик, именно с помощью сигналов от проприоцептивной системы вы опознаете форму кубика.

Зрительная – информация об изображениях (проекциях) окружающего мира. Происходит через восприятие и преобразование излучения видимого спектра. Благодаря зрительной системе мозг формирует визуальное представление об окружающем мире (как он выглядит).

Слуховая – информация об акустических стимулах (звуковых волнах). Слуховая система связана с ориентировкой в окружающее среде, реакцией на опасность. На основе взаимосвязи слуховой и зрительной сенсорных систем у ребенка формируется номинативная функция речи: соотнесение предмета сего названием.

Обонятельная – информация о присутствии в окружающей среде определенных химических соединений (с помощью запаха). Эволюционно обонятельная система связана с распознаванием «своих» и «чужих», а также с реакцией на опасные стимулы. Человек благодаря запахам «дополняет» образ предмета и формирует отношение к нему.

Вкусовая – информация о вкусовых раздражениях. В рамках сенсорной интеграции учитываются все системы, но основной упор делается на тактильную, вестибулярную и проприоцептивную. В каждой из систем возможно формирование дисфункции по типу гипо- или

гиперчувствительности (например: гипочувствительность тактильной системы, гиперчувствительность слуховой системы).

Сенсорными мы условно называем игры, цель которых – дать ребенку новые чувственные ощущения. Ощущения могут быть самыми разнообразными:

- Зрительные, например, ребенок видит яркие цвета, их перетекание друг в друга, смешивание;
- Слуховые, ребенок слышит разнообразные звуки, от шуршания опавших листьев до звучания музыкальных инструментов, учится их различать;
- Тактильные, то, что ребенок ощущает посредством прикосновений, ощупывания: это и различные по фактуре материалы, от мягкого махрового полотенца до прохладной гладкой поверхности стекла; и различные по величине и форме предметы – большой мяч и крохотные бусины, различные шарики и кубики; и соприкосновения, объятия с другим человеком.
- Двигательные, ощущения от движений тела в пространстве и ритма движений – ходьба, бег, танцы;
- Обонятельные, ребенок вдыхает и учится различать разнообразные запахи окружающего мира – от аромата котлетки и маминых духов до запахов деревянного забора и стальной перекладины;
- Вкусовые, ребенок пробует и учится различать на вкус разные пародукты питания и блюда.

Чтобы включить ребенка в процесс взаимодействия, в зависимости от состояния нервной системы можно использовать специальные техники: успокаивающие, организующие, активизирующие.

Успокаивающие техники – успокаивают нервную систему, снижают избыточную реакцию на сенсорные стимулы. Помогают при повышенной тревожности.

- ✓ Крепкое объятие с поглаживаниями
- ✓ «убаюкивание» в приглушенном свете
- ✓ Ароматерапия с успокаивающими запахами
- ✓ «тихий шатер» - перевернутая коробка, домик или другой аналог «укрытия», куда можно забраться
- ✓ Волшебный аквариум – вместе с ребенком наливаете воду в прозрачный контейнер, опускаете туда игрушечных рыб, бросаете камушки

Организирующие техники – помогают сконцентрироваться при перевозбуждении или, напротив, слабом реагировании.

- ✓ Буря в стакане – дайте ребенку трубочку, попросите опустить в стакан с водой и дуть. Получается настоящая буря.
- ✓ Толкай – попросите дотолкать мяч (фитбол или медбол небольшого веса) до конца комнаты
- ✓ Тяжёлая корзина – предложите собрать с пола в корзину как можно больше предметов. Чем тяжелее получится корзина, тем лучше!
- ✓ Шаги под метроном – включите метроном, покажите, как шагать под его ритм.

- ✓ Дорога над головой – протяните веревку из одного конца комнаты в другой на уровне выше головы ребенка. Попросите пройти, держась за веревку (соответственно, переставляя руки в такт шагам).

Активизирующие техники – стимулируют нервную систему. Помогают, если ребенок вялый, не настроенный на контакт.

- ✓ Космонавт – посадите ребенка на фитбол и организуйте непредсказуемые траектории движения (с соблюдением мер безопасности!). задача ребенка – во что бы то ни стало удержаться!
- ✓ Ищем мяту – дайте ребенку понюхать веточку мяты. Разложите по комнате мяту и другую зелень (укроп, петрушку). Устройте интересные поиски мяты.
- ✓ Рыбки в холодной воде – поставьте перед ребенком два контейнера: с холодной и теплой водой. Опустите игрушечных рыбок в контейнер с холодной водой. Попросите ребенка выловить рыбок из холодной воды и переложить в теплую. Действовать нужно голыми руками.
- ✓ Где фонарик – выключите свет в комнате, спрячьте включенные фонарики (за креслом, под плотную ткань). Попросите найти все фонарики.
- ✓ Весёлые падения – используйте мягкие кресла-мешки, груды подушек или одеяла. Главное условие – безопасность и мягкость! Устройте весёлую игру – считайте до пяти и вместе с ребенком падайте. Затем обратный отсчет – подъём – счет до пяти – падение!

Терапия сенсорной интеграции рекомендована всем детям с задержкой психоэмоционального развития, детям с СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивностью), особенно с РАС (расстройством аутистического спектра), у которых часто наблюдаются нарушения обработки сенсорной информации. Необходимы регулярные занятия по СИ пациентам с ДЦП, синдромом Дауна, также детям с нарушением зрения и слуха.

Абсолютно всем детям нужен сенсорный опыт, адекватная способность обрабатывать и интегрировать различные виды сенсорной информации, формирование адаптивных ответов.

При подготовке консультации использовались материалы из различных источников в сети Интернет.

ЖЕЛАЮ УСПЕХОВ В РАБОТЕ!