

CO Z TĄ INTEGRACJĄ?

Integracja sensoryczna to taka organizacja bodźców, która umożliwia ich późniejsze wykorzystanie. Nasze zmysły dostarczają nam informacji dotyczących stanu fizycznego naszych ciał i środowiska, które nas otacza. Bodźce wpływają do mózgu niczym strumienie do jeziora. W każdej sekundzie do naszych mózgów docierają niezliczone bodźce sensoryczne- nie tylko z oczu i uszu, ale każdego miejsca w ciele. Posiadamy nawet specjalny zmysł, który wyczuwa przyciąganie ziemskie i ruch naszych ciał w stosunku do ziemi.

Mózg musi wszystkie bodźce uporządkować, jeśli człowiek ma się poruszać, uczyć i zachowywać w sposób produktywny. Mózg lokalizuje, sortuje i organizuje bodźce tak, jak policjant kieruje ruchem. Gdy bodźce przepływają w sposób dobrze zorganizowany czy też zintegrowany, mózg może je wykorzystać do tworzenia percepcji i zachowań, a także uczenia się. Gdy przepływ bodźców jest dezorganizowany, życie zaczyna przypominać korek w godzinach szczytu.

Integracja to najważniejszy typ przetwarzania sensorycznego. Wiadomo, że jedzenie odżywia ciało, ale żeby tak się stało, musi zajść proces trawienia. Można sobie wyobrazić, że bodźce to rodzaj „pożywienia dla mózgu”, które dostarcza informacji niezbędnych do kierowania ciałem i umysłem. Bez dobrze zorganizowanego przetwarzania sensorycznego bodźce nie mogą być jednak dobrze wstawione i nie będą karmić mózgu.

**Integracja sensoryczna
składa wszystko w całość.**

Integracja sensoryczna...

- ❖ To podświadomy proces zachodzący w mózgu (zachodzi bez udziału naszej świadomości, tak jak oddychanie).
- ❖ Porządkuje informacje pobrane przez zmysły (smak, wzrok, słuch, dotyk, powonienie, ruch, grawitacji, pozycja).
- ❖ Nadaje znaczenie temu, co jest doświadczane, przez selekcję informacji i wybór tego, na czym mamy się skupić (np. Słuchanie nauczyciela i ignorowanie hałasu na zewnątrz).
- ❖ Pozwala nam celowo działać i celowo reagować na sytuacje, których doświadczamy.
- ❖ Tworzy fundamenty edukacji i zachowań społecznych.

Bodźce to „pożywienie” dla układu nerwowego. Każdy mięsień, staw, istotny organ, fragment skóry i narząd zmysłów w głowie wysyła informacje sensorycznej do mózgu. Każdy bodziec to jakaś postać informacji. Na ich podstawie układ nerwowy formułuje relacje zwane też odpowiedziami, które adaptują ciało i umysł do tych informacji. Bez stałego dopływu różnorodnych bodźców układ nerwowy nie może się odpowiednio rozwinąć. Mózg potrzebuje zróżnicowanej „diety” sensorycznej, która pozwoli mu się rozwijać i funkcjonować.

Zmysły mówią nam:

1. O tym co znajduje się w odległości (wzrok i słuch); o tym, co znajduje się na ciele (dotyk); i o tym, co wnika w ciało (powonienie i smak).
2. O tym, jak i gdzie ciało się porusza- przez zmysły reagujące na ruch, grawitację i pozycję ciała (zmysły przedsionkowe i proprioceptywne).
3. O tym, co dzieje się wewnątrz ciała- przez zmysły w narządach wewnętrznych (wisceroreceptory).

Istnieją następujące typy bodźców:

1. Bodźce, które mówią nam, co dociera do ciała z zewnątrz (eksteroreceptory):

- a. Widzenie (zmysły wzroku),
- b. Dźwięk (zmysł słuchu),
- c. Smak (zmysł smaku),
- d. Zapach (zmysł powonienia),
- e. Dotyk (zmysł dotyku).

2. Bodźce, które mówią nam, gdzie znajduje się ciało i w jaki sposób się porusza (proprioreceptory):

- a. Pozycja i ruch (zmysł proprioceptywny),
- b. Grawitacja, ruchy głowy i równowaga (zmysł przedsionkowy).

3. Bodźce, które mówią nam o tym, co się dzieje wewnątrz ciała (interoreceptory):

- a. Czucie trzewne (najlepiej czujemy to w brzuchu).

Jeśli mózg nie przetwarza odpowiednio informacji sensorycznej, zwykle nie kieruje też sprawnie zachowaniami. Wiele osób nie zdaje sobie sprawy z tego, że problemy z nauką i zachowaniem są skutkiem zaburzeń neurologicznych, nad którymi dziecko nie jest w stanie zapanować.

Terapia integracji sensorycznej polegająca na właściwym dawkowaniu odpowiednich bodźców sensorycznych może skuteczniej zoptymalizować rozwój psychofizyczny niż farmaceutyki, psychoanaliza czy system kar i nagród.

OPRACOWAŁY:

Beata Bulin- Duda

Lidia Jamróz- Mańczak