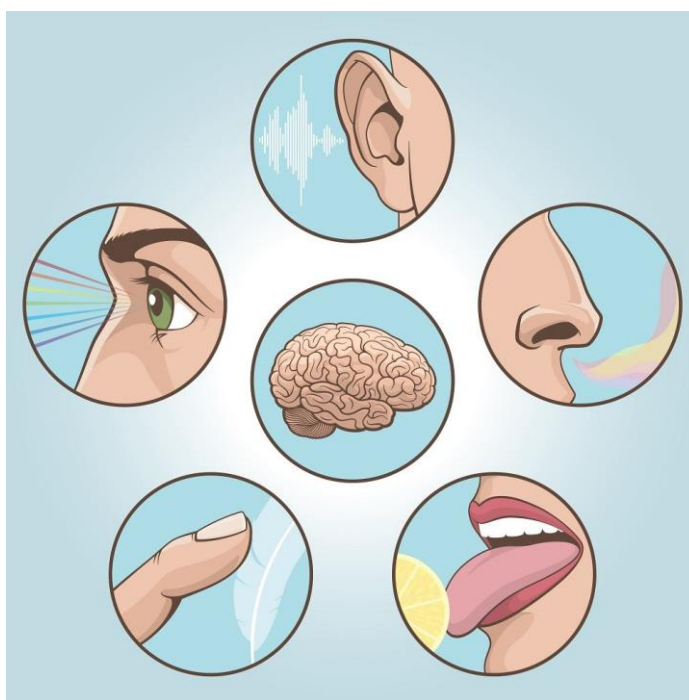


INEGRACJA SENSORYCZNA, CO TO JEST?

NA CZYM POLEGA?

Człowiek odbiera świat poprzez zmysły. Codziennie do każdego z nas napływa szereg bodźców. Każdego dnia spotykamy się z różnymi dźwiękami poczynając od dźwięku budzika, który nas budzi, poprzez odgłosy które wydają urządzenia domowe takie jak: czajnik, pralka, zmywarka, telewizor, radio; poprzez dźwięki, dochodzące z ulicy (dźwięk samochodów, gwar ludzi, odgłosy zwierząt, maszyn). Codziennie doświadczamy różnych bodźców dotykowych, uściski, przytulaski, pocałunki, głaskanie. Każdego dnia spożywamy posiłki o różnym smaku, zapachu, kolorze. Wszystkie czynności, które wykonujemy potrzebują udziału wszystkich zmysłów czyli układu sensorycznego.

Zmysły, którymi odbieramy świat to: **dotyk, wzrok, słuch, smak, węch**. Ponadto wyróżniamy dwa najważniejsze zmysły: **przedsionkowy i proprioceptywny**.



Źródło: <https://zdrowie.gazeta.pl/Zdrowie/7,105645,23429352,zmysly-jakie-zmysly-ma-czlowiek-i-jakie-funkcje-pelnia.html>

Jeżeli bodźce, które do nas docierają są odbierane i przetwarzane prawidłowo, wówczas możemy mówić, że proces integracji wszystkich zmysłów jest prawidłowy. Potrafimy ocenić w sposób prawidłowy sytuacje w których się znaleźliśmy a nasze reakcje są adekwatne do doznawanych bodźców.

W sytuacji, gdy występuje jakiekolwiek zakłócenie a więc gdy nasz mózg ma problem z właściwym odbiorem i przetwarzaniem bodźców płynących z otoczenia, wówczas mówimy o zaburzeniach integracji sensorycznej.

Zbigniew Przyrowski powołując się na dr J. Ayres mówi, że **integracja sensoryczna** stanowi bazę, fundament zachowania człowieka. Integracja sensoryczna jest procesem rejestrowania, przesyłania, wzmacniania lub hamowania, rozpoznawania i łączenia danych w jeden stale zmieniający się obraz otaczającej rzeczywistości człowieka. Proces ten jest ciągle wykorzystywany do reagowania na bodźce płynące z otoczenia. Integracja sensoryczna to złożony, ważny mechanizm w rozwoju człowieka. Integracja sensoryczna jest procesem, który zachodzi poza świadomością. Rozwój integracji sensorycznej rozpoczyna się już w życiu płodowym.

Integracja sensoryczna to pewna zdolność systemu nerwowego, którą człowiek nabywa przez całe życie. Jednak najintensywniejszy okres doskonalenia tego mechanizmu to pierwsze sześć, siedem lat życia. Od życia prenatalnego dziecko doświadcza różnych bodźców. W ciągu życia uczymy się dobrze rozeznaczać płynące informacje i w sposób prawidłowy je przyjmować

i reagować na nie. W prawidłowym procesie integracji sensorycznej ważną rolę odgrywa kontakt dziecka z otaczającym je środowiskiem. Im więcej dziecko ma możliwości zdobywania doświadczeń ruchowych w stosunku do innych wrażeń (dotykowych, wzrokowych, słuchowych), tym szybciej i trafniej integruje wrażenia zmysłowe. Dziecko przystosowuje się do wymagań stawianych przez otoczenie. Mały człowiek rozwija się prawidłowo.

Integracja sensoryczna to złożony mechanizm, którego nauka wymaga wielu doświadczeń doświadczanych przez dziecko przez lata. Nasz mózg w tym czasie uczy się filtrować informacje ważne od tych nieistotnych. Dlatego dziecko prawidłowo rozwijające się potrafi np. zareagować na wołania swojego opiekuna podczas zabawy na placu zabaw, na którym jest wiele innych bodźców wzrokowych, słuchowych.

Źródło:

Przyrowski Z.; *Integracja sensoryczna. Teoria, diagnoza, terapia*. Wyd. Empis. 2019.
<https://www.centrumsi.pl/terapia-i-diagnoza/co-to-jest-integracja-sensoryczna.html>