**Сенсорная интеграционная терапия (сенсорная интеграция)**

Сенсорная интеграционная терапия (сенсорная интеграция) - это комплекс терапевтических мероприятий, направленных на развитие всех органов чувств ребенка.Во время занятий нервная система получает сигналы от всех анализаторов - слухового, зрительного, вестибулярного, вкусового, а также от рецепторов осязания и проприоцепции, обрабатывает полученную сенсорную информацию и использует ее в целенаправленной деятельности.

Если у ребенка, в силу каких-либо причин, имеется нарушение обработки сенсорных сигналов, то это приводит к дисфункциям в моторике, познавательном развитии и поведении. Поэтому методы сенсорной интеграции можно (и даже нужно) включать как составную часть в детские занятия с любыми педагогами. Путем развития сенсорики ребенок получает механизм познания мира, поэтому недооценивать значение стимуляции сенсорного восприятия мира нельзя.

**Признаки нарушения СИ**

У детей с аутизмом или синдромом задержки психомоторного развития в той или иной степени наблюдаются явления сенсорной дезинтеграции. Это может проявляться следующим образом:

- в виде недостаточной или чрезмерной чувствительности к слуховым, зрительным, тактильным стимулам;

- слишком низкий или слишком высокий уровень двигательной активности, нарушение мышечного тонуса;

- трудности в различении правой и левой сторон, в обучении чтению и письму;

- слабая двигательная координация, неуклюжесть, расторможенность;

- импульсивность, трудности в концентрации внимания, быстрая утомляемость;

- отказ от социальных контактов, задержка речи, трудности в обучении;

- проблемы с использованием столовых приборов, ножниц, неправильный захват карандаша и т.д.

**Упражнения по развитию сенсорного восприятия**

Сенсорная интеграция для детей обеспечивается комплексом упражнений, направленных на преодоление расстройств чувствительного восприятия. Упражнения разрабатываются индивидуально для каждого пациента на основе сенсорной диагностики. В общей совокупности в комплексе должны присутствовать упражнения на все основные виды восприятия:

- зрительного - стимуляция зрения при помощи ярких предметов, упражнения в затемненной комнате;

- обонятельного - стимуляция резкими и слабыми запахами;

- слухового - использование звуков различной интенсивности, музыки, природных шумов;

- вкусового - презентация раздражителей вкуса;

- тактильного - стимуляция пальцев, кистей, лица, поверхности тела;

- вестибулярного - кувырки, повороты, прыжки на пружинящей поверхности;

- проприочувствительность - определение положения тела в пространстве, стимуляция глубокого мышечного чувства.

***Благодаря тщательно подобранным упражнениям для ребенка по сенсорной интеграции, он может улучшить:***

- зрительные и слуховые способности;

- внимание и концентрацию;

- крупную и мелкую моторику;

- самооценку и самосознание.

Необходимо помнить, что область сенсорной интеграции для детей является, прежде всего, терапевтическим методом. Поэтому использование этой методики родителями возможно исключительно после обучения и только под постоянным руководством и контролем специалистов по сенсорной интеграции.

 **Сенсорная интеграция представляет собой процесс обработки нервной системой стимулов, поступающих от органов чувств.** Также это название метода, с помощью которого удается помочь детям, испытывающим те или иные трудности в восприятии такого рода ощущений.

Как использовать? Если вы заметили, что ребенок странно реагирует на громкие звуки, яркий свет, не может усидеть на месте, категорически отказывается участвовать в некоторых занятиях, например, лепить или залезать на шведскую стенку, это может стать основанием, чтобы рекомендовать родителям обратиться к специалисту. Терапия проводится в коррекционно-развивающих центрах, но некоторые сенсорные активности можно применять и в школе.

**Что такое сенсорная интеграция**

Давайте разберемся, что такое сенсорная интеграция. Под этим термином стоит понимать поддержку со стороны взрослых в восполнении дефицита сенсорного опыта, который сегодня крайне сложно получить из взаимодействия с современным социумом.

**Сенсорная интеграция**

1. Детьми осуществляется неправильная интерпретация тактильной, зрительной, слуховой, обонятельной, вкусовой и двигательной информации. Из-за этого возникают трудности с обучением, развитием речевых навыков, способностей мышечной системы и координации, а также проблемы с поведением.
2. Сенсорная интеграция организовывает сенсорные сигналы, за счет чего происходит обеспечение головного мозга эффективными реакциями организма. Именно таким образом происходит формирование эмоций и поведения человека, за которыми следует планирование и выполнение ряда действий, отвечающих сенсорному раздражителю. Последний может быть как внешним, так и внутренним.

Термин «сенсорная интеграция» появился в 1963 году. Его автор – психолог и эрготерапевт из США Джин Айрес, который поставил цель описать нарушения сенсорной обработки с точки зрения проблем в поведении индивида.

Пока ребенку не исполнится 7 лет, работа его головного мозга по большей мере направлена на обработку сенсорной информации. Если говорить простым языком, это значит, что индивид знакомится с окружающим миром посредством собственных чувств.

В таком возрасте дети еще не умеют мыслить абстрактно, не принимают во внимание отвлеченные понятия. Вся их деятельность базируется на ощущениях. Ее можно объяснить двигательной или мышечной природой. Именно по этой причине период жизни от рождения до достижения семилетнего возраста – это время сенсомоторного развития.

Познание окружающего мира происходит за счет органов чувств. Каждый человек имеет сенсорные системы: зрительную, слуховую, тактильную, вкусовую, обонятельную, вестибулярную и проприоцептивную, которые позволяют узнавать много нового.

Принцип работы центральной нервной системы можно сравнить с электрической цепью. Для того чтобы она работала полноценно, все составляющие ее компоненты должны иметь одинаковую эффективность. Если какой-то из проводов терпит большую нагрузку и не справляется с ней или, напротив, имеет высокую сопротивляемость, можно говорить, что режим работы не является оптимальным и цепь может «замыкать».

Для нервной системы характерно аналогичное положение вещей. Передача сенсорных импульсов от различных органов человека к головному мозгу осуществляется каждую секунду, даже в то время, когда ребенок находится еще в утробе матери. С появлением малыша на свет количество этих импульсов сильно увеличивается.

Здоровье ребенка и должное внимание к нему со стороны родителей указывают на богатство сенсорной среды. Оно проявляется тем, что мама и папа часто берут малыша на руки, дают ему трогать различные предметы, способствуют приобретению им двигательных навыков. В таком случае моторное, речевое и поведенческое развитие происходит обычно без нарушений.

**Признаки нарушения сенсорного развития**

Чтобы понять, насколько правильно развивается ребенок с точки зрения сенсорного восприятия, следует оказывать ему особенное внимание. Различные проявления могут указывать на наличие нарушения, в таком случае необходимо обратиться к специалисту, который проведет диагностику и подберет лечение. Ниже разберем, какие признаки подтверждают необходимость записи к врачу.

**Сенсорная интеграция**

* Симптомы неправильной обработки слуховой информации
* Боязнь громких звуков.
* Непереносимость музыки в целом либо отдельных ее видов.
* Нет радости от пения мамы.
* Негативная реакция на различные тембры голоса.
* Нежелание слышать других, когда к ним обращаются, проявляется закрыванием ушей руками или головы подушкой.
* Стремление избегать шумных мест.
* Растерянное поведение, когда дети оказываются в шумных местах. На переменах в школе ребенок предпочитает оставаться в учебной аудитории.
* Признаки неправильного зрительного сенсорного развития
* Ребенок старается избегать ходьбы по лестницам.
* Когда он видит перед собой препятствие, старается переступить через него.
* Часто смотрит прямо в глаза собеседнику.
* Любит темноту или полумрак.
* Ведет себя капризно при ярком свете.
* При рассматривании различных предметов становится напряженным.
* Симптомы сбоя тактильного восприятия
* Нелюбовью к играм с пластилином, песком и красками.
* Страхом испачкаться, когда работают с клеем.
* Дети часто не дают прикасаться к себе, сами же брезгуют дотрагиваться до многих предметов.
* Они избирательны в одежде, многие материалы неприятны на ощупь. Чаще всего стараются не надевать водолазки, им мешают ярлыки и вышивки со швами с внутренней стороны.
* Не ходят с босыми ногами даже дома.
* Часто у таких детей высокий болевой порог, они не реагируют на повышение температуры тела.

**Симптомы нарушения моторных и вестибулярных**

* Неуклюжесть и неловкость во время движения.
* Нежелание посещать спортивные площадки, кататься на горках, играть с мячом.
* Неумение кататься на велосипеде.
* Отказ ползать по перекладинам.
* Неумение прыгать.
* Опасаются упасть во время подвижных игр.
* Ощущение неустойчивости во время движения заставляет постоянно искать опору.

Главное, что отличает детей с сенсорными нарушениями, – трудности при концентрации внимания. Особенно сильно это проявляется в случае перенасыщения окружающей среды такими раздражителями, к которым они проявляют наибольшую чувствительность. Ребята часто меняют вид деятельности, слишком быстро пропадает интерес к чему-то новому. Такие дети особенно тревожны и эмоциональны, часто капризничают, случаются истерики, приступы агрессии, они смеются и плачут чаще других.

Каждый ребенок нуждается в приобретении сенсорного опыта и умении обрабатывать и интегрировать информацию. В результате данных навыков формируются правильные адаптивные ответы. Таким образом, сенсорная интеграция несет в себе огромную пользу для детей с ОВЗ.

**Признаки сенсорных расстройств у детей разного возраста**

Сенсорные нарушения имеют различные проявления, характерные для разных возрастных групп.

***Младенцы***

В младенческом возрасте распознать симптоматику нарушения развития сенсорной интеграции невозможно, но существуют предпосылки, которые указывают на вероятность возникновения проблем в ближайшем будущем. Ограничение ребенка в движении является серьезным предвестником этого. Например, если мама постоянно держит его на руках. Если бы он мог двигаться самостоятельно, то уже получил бы кое-какой сенсорный опыт.

В данном случае от родителей требуется всего лишь создать условия, в которых будут развиваться двигательные и речевые навыки. Важно постоянно говорить с ребенком, разрешать ему ползать по дому, позволять изучать предметы из разнообразных материалов, имеющих разные габариты, демонстрировать вещи и игрушки, для которых характерна богатая цветовая гамма.

***Дошкольники***

О нарушении сенсорной интеграции свидетельствует нежелание ребенка участвовать в играх. Малыш не способен самостоятельно сложить домик из кубиков, не может держать игрушку, не роняя ее, возникает множество трудностей в собирании мозаики.

Как правило, такие дети не принимают собственное тело, не знают, как им управлять. Они регулярно теряют равновесие, часто спотыкаются во время ходьбы. Для того чтобы восстановить сенсорную интеграцию, необходимо записать ребенка на занятия для детей с физиотерапевтом.

***Младшие школьники***

О наличии нарушений сенсорной интеграции после 7 лет говорят проблемы с обучением. Ребенку тяжело дается изучение дисциплин либо он не умеет правильно вести себя на уроках. В последнем случае способности к обучению могут сохраняться.

Несмотря на все попытки ребенка сконцентрировать внимание, это дается ему с огромным трудом, приходится тратить много сил, что становится причиной высокой утомляемости. Уставший школьник отвлекается, когда слышит посторонние звуки, видит перед собой какие-то действия.

Головной мозг индивида перевозбуждается, из-за чего начинает проявляться гиперактивность. Поведение ребенка, которое со стороны кажется неадекватным, не является следствием его желаний, все дело в том, что мозговая деятельность в такой ситуации выходит из-под контроля.

Ребенок с нарушением сенсорной интеграции не способен объяснить свои проблемы, невозможны понимание и оценка происходящего. Все дело в том, что процессы в головном мозге бессознательны, их не проконтролировать. Нередко родители или педагоги усугубляют ситуацию.Они требуют, чтобы малыш выполнял задания, которые в настоящее время для него непосильны. В таком случае ни от поощрений, ни от наказаний не будет никакого толка. Выход из ситуаций – консультация невролога, диагностика и правильный подбор методов сенсорной интеграции.

***Подростки***

Чаще всего родители подростков с нарушением сенсорной интеграции жалуются на их несобранность. Причина этого кроется в том, что в головном мозге возникают трудности с организацией ощущений. Детям в подростковом возрасте тяжело сконцентрироваться на уборке дома, выполнении домашнего задания.

Они часто не понимают, с чего именно следует начинать то или иное мероприятие, не знают, сколько времени займет процесс. Нередко, когда ребенок отвлечется, он забывает, чем занимался до этого. Некоторое время довести до конца начатое совсем не представляется возможным.

**Причины возникновения сенсорных расстройств**

Нарушения в развитии сенсорной интеграции можно объяснить следующими причинами:

* Особенности генетики.
* Патологии, возникшие во время беременности.
* Родовые травмы.
* Патологии, приобретенные в младенческом возрасте.
* Плохая экология региона.
* Нервно-психические отклонения.
* ЧМТ.
* ДЦП.
* Аутизм, врожденный и приобретенный.
* Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ).

**Особенности терапии**

Как правило, на базе коррекционно-развивающих детских центров опытные специалисты проводят занятия по развитию сенсорной интеграции. Для таких мероприятий выделяется отдельное помещение, в котором размещаются игрушки и различное оборудование, способствующее развитию функций головного мозга.

***Ниже приведем примеры приспособлений, которые размещаются в таких комнатах:***

* Гамаки, маты, балансиры.
* Различные качалки, среди которых бревна, бочки, кубы, шары.
* Шведская стенка, небольшая детская спортивная площадка, предусмотренная для размещения в комнатах.
* Бассейны с шариками, водяные матрасы.
* Тоннели с веревками.
* Сенсорные дорожки.
* Емкости с разными предметами, позволяющими развивать мелкую моторику.
* Одеяла и подушки с большим весом, чем стандартные.
* Шуршащие игрушки в различной цветовой гамме.
* Развивающие коврики.
* Кроме того, для сенсорной интеграции в коррекционных центрах используется световое и звуковое оборудование.

Создание такой комнаты для развития сенсорной интеграции дома или в школе – очень непростая задача. Для этого потребуется слишком много свободного места для размещения предметов большого размера. Также стоит отметить и высокую стоимость инвентаря.Опытный специалист по сенсорной интеграции, выполняя диагностику, наблюдает за ребенком с нарушениями, общается с его родителями, проводит тестирование. После того как определен характер осложнений и уровень их тяжести, подбирается лечение, которое может быть длительным или краткосрочным.

Методы сенсорной интеграции в работе с детьми подбираются индивидуально. Они включают в себя комплекс упражнений, способствующих улучшению восприятия, передачи и обработки информации. Терапия воспринимается пациентами как игра.

В рамках сенсорной интеграции специалист предлагает ребенку выполнять различные упражнения и побуждает его быть более активным. В процессе пациент получает удовольствие от игры, что дает ему нужную мотивацию и помогает обрабатывать необходимую информацию.

Врач ставит перед собой цель помочь ребенку в выработке адекватной реакции не только на полученную сенсорную информацию, но и на отношения с окружающими. Вмешательство специалиста подразумевает выработку комплекса усиленных вестибулярных, проприоцептивных и тактильных ощущений.

 ***Также в качестве примера терапевтического воздействия*** можно привести бинтование рук, ног и тела, которое способствуют усилению проприоцептивных ощущений, применение утяжелителей и прижимание («Сэндвич»). Также в своей работе доктора используют вибромассажеры, учат детей преодолевать препятствия.

**Для того чтобы обеспечить сенсорное развитие вестибулярного аппарата** ребенка, специалист по сенсорной интеграции включает в комплекс процедур упражнения на качелях, батуте, гимнастическом мяче и балансирах. Тактильное восприятие корректируется путем применения различных сенсорных материалов. К примеру, крупы, пены, теста, мыла и пр.

**Сенсорные активности в школе**

В теории сенсорная интеграция с врачом должна включать в себя еще и разработку рекомендаций для педагога или воспитателя. Это позволит улучшить взаимодействие взрослого и ребенка, у которого наблюдаются патологии сенсорного развития.

Рекомендации врачей всегда индивидуальны. Если это возможно, то лучше всего организовать личную встречу с родителями и педагогом. Это даст возможность прийти к общему решению о том, как взаимодействовать с ребенком и построить идеальную стратегию работы.

Если работа строится по общему, а не индивидуальному плану, к примеру, когда в классе большое количество учеников имеют сенсорные нарушения, учитель должен включать выполнение развивающих упражнений в план урока, например, физкультуры или труда.

**Примеры упражнений**

*Игры с пластилином, глиной, тестом и др.*

Игра с пластилином любима многими детьми, она несет в себе много пользы для малышей с нарушением тактильных ощущений. В процессе они трогают разные по своей текстуре материалы, что способствует развитию нормального тактильного восприятия. В случае отказа играть, специалисту необходимо заинтересовать ребенка.

«Тяжелая работа»

Этот вид занятий полезен для детей, у которых возникают проблемы с регулированием уровня возбуждения. Подобным индивидам характерен следующий тип поведения: они готовы крушить все, что видят перед собой, гиперактивны. Такому ребенку необходима физическая нагрузка, она его успокоит. Для достижения этой цели прекрасно подходят упражнения с использованием различных утяжелителей, прыжки, подъем по канату, толкание предметов.

**Виды коррекционных программ: требования и принципы составления**

Чтобы немного успокоить ребенка с таким видом нарушения сенсорной интеграции, преподаватель в школе может попросить его помочь с уборкой или, допустим, отнести учебники в библиотеку. Важно: перенос тяжестей должен быть под силу ученику, нагрузка – соответствующей его возрастной группе. Возможность уединиться. Дети с патологиями сенсорной интеграции, а также страдающие от аутизма нередко сталкиваются с проблемой перегрузки ЦНС из-за резких звуков, ярких цветов и оживления вокруг них. Это может стать причиной утраты возможности сконцентрировать внимание на рабочем процессе. Таким индивидам периодически необходимо оставаться наедине с собой или как минимум побыть некоторое время в спокойной обстановке.

Если в школе есть возможность оборудовать специальный уголок для отдыха – очень хорошо. Для учеников начальных классов там можно положить ковер и подушки, оставить игрушки. Пребывание в таком месте дает возможность гиперчувствительным детям восстановить силы и вновь настроиться на учебу.

Сенсорная интеграция дает возможность понять мотивы отклонений в поведении детей. Этот метод предлагает множество новых способов, которые помогают ребенку сконцентрировать внимание, получить мотивацию и настроится на общение с окружающими.

**Материал основан на следующих источниках:**

1. Министерство науки и высшего образования РФ
2. Институт развития стратегии образования
3. Воспитатели России
4. ФГОС
5. Портал Российской образование
6. Методическая литература по сенсорной интеграции

Автор статьи : Умарова Д.В. учитель -логопед

МБОУ «Устьинская СОШ»

Республика Саха (Якутия) с. Устье