

DZIECKO Z NAWRAŻLIWOŚCIĄ DOTYKOWĄ.

PROPONOWANE SPOSOBY POMOCY.

Integracja sensoryczna jest zdolnością do odczuwania i organizowania informacji i bodźców dopływających z otoczenia do organizmu. Pomaga składać pojedyncze bodźce w pełne złożone układy w mózgu. Ma wpływ na zachowanie, umiejętności, samoocenę, rozwój dziecka. Integracja sensoryczna obejmuje wiele układów ale chciałabym skupić się na jednym z nich - będzie to układ dotykowy. Jest on jeden z większych systemów zmysłowych, pomaga różnicować i właściwie odbierać bodźce, które do nas płyną.

Poznawanie świata przez dotyk rozpoczyna się od pierwszych chwil po narodzinach dziecka. Zmysł dotyku pomaga odkrywać najbliższe otoczenie, jest podstawą rozwoju emocjonalnego dziecka. Oddziałuje on na inne zmysły takie jak wzrok i słuch. Odbieranie wrażeń dotykowych odbywa się za pomocą czucia powierzchniowego i różnicującego. Czucie powierzchniowe ma za zadanie lokalizować miejsce dotyku bez pomocy wzroku, natomiast czucie różnicujące pozwala odbierać wrażenia powiązane z bólem czy temperaturą.

Nadwrażliwość dotykowa objawia się nadmiernym reagowaniem lub obronnością na określone bodźce dotykowe. Może występować w obrębie całego ciała lub tylko w pewnych jego częściach. Nadwrażliwość dotykowa jest wygórowaną reakcją dziecka na dotyk. Dziecko z nadwrażliwością dotykową nie lubi dotyku lub odczuwa go jako negatywne doznanie i często go unika. Bodźce dotykowe odbiera skóra, w której zawarte są receptory umożliwiające odbiór ucisku, ciepła, zimna czy bólu. Przekazuje szczegółową informację o rodzaju dotyku, różnicuje bodźce dotykowe.

Zmysł dotyku dla dzieci w okresie niemowlęcym jest podstawowym źródłem odbierania informacji z otaczającego ich środowiska. Dotykając przedmiotów paluszkami lub często biorąc je do ust niemowlaki poznają kształty, faktury, rozwijają umiejętności manualne i wrażliwość oralną. Dotyk dostarcza również informacji, dzięki którym prawidłowo kształtują się u dziecka schemat i świadomość własnego ciała oraz orientacja w przestrzeni.

Nadwrażliwość dotykowa może objawiać się w różnych sytuacjach i miejscach ciała (stopy, dłonie, tułów, głowa) oraz stopnia jej nasilenia. Należy uważnie obserwować swoje dziecko w różnych momentach aby dostrzec czy występuje u niego obronność dotykowa. Wtedy warto skonsultować się z terapeutą integracji sensorycznej w celu ustalenia przyczyn i podjęcia terapii bądź otrzymać ćwiczenia do wykonywania w domu.

Charakterystyczne objawy nadwrażliwości dotykowej:

- niechęć do zakładania niektórych ubrań, dziecko jest niespokojne, gdy dotyka lub zakłada określone ubrania, preferuje tylko wybrane materiały
- wyczuwanie metki, szwów, suwaków w ubraniach
- czuje dyskomfort i unika uścisków, pocałunków, woli samo inicjować takie sytuacje
- nie lubi zabaw manualnych - malowania palcami, zabaw z plasteliną, piaskownicy, rysowania (mogą wystąpić trudności z chwytaniem kredki, nożyczek, łyżki)
- unika dotykania powierzchni szorstkich lub miękkich oraz nierównych krawędzi zabawek

- reaguje krzykiem lub zdenerwowaniem, gdy ma brudne ręce
- nie lubi kąpieli a także wycierania ręcznikiem
- nie lubi mycia zębów, smarowania twarzy kremem
- dziecko może mało raczkować unikając dłoni w kontakcie z podłożem
- może reagować płaczem na powiew wiatru na mokrym ciele (w przypadku dużej nadwrażliwości)
- nie lubi mycia głowy, czesania, obcinania włosów, pielęgnacji paznokci
- jest niespokojne w zatłoczonych miejscach, unika zabaw ruchowych/tanecznych
- nie lubi chodzić boszo, szczególnie po trawie, piasku, zdarza się że chodzi na palcach
- często nie toleruje delikatnego, powierzchniowego dotyku natomiast może poszukiwać mocniejszych wrażeń dotykowych
- w obrębie jamy ustnej już podczas ssania piersi lub butelki pojawiła się nadwrażliwość- dziecko może mieć trudności z opanowaniem tych czynności
- w okresie dzieciństwa pojawiają się problemy z gryzieniem, unikanie pokarmów o określonej konsystencji i fakturze (szczególnie zup), może pojawić się dławienie i wymioty przy rozszerzaniu diety, a także wybiórcza dieta

Do momentu gdy nie postawimy dziecku diagnozy i nie poprawimy modulacji dotykowej dziecka przeprowadzając specjalistyczny masaż wg instrukcji terapeuty możemy starać się łagodzić objawy nadwrażliwości dotykowej u dziecka.

Propozycje usprawniania układu dotykowego:

- domowy masaż nóg, dłoni, pleców np. gąbką dotyk mocniejszy jest na początku lepiej tolerowany aniżeli delikatny

Ważne aby podczas masażu stosować różne, zmienne rodzaje ruchów(głaskanie, opukiwanie, ściskanie) początkowo dziecko może wykonywać masaż na nas bądź ulubionej zabawce

- starajmy się wyselekcjonować bodźce, następnie stopniowo zwiększać ich liczbę
- zadbajmy o komfort dziecka jeśli nie toleruje pewnych materiałów czy ubrań, postarać się o dostosowanie ich do preferencji dziecka
- zadbać o to, by dziecko nie doświadczało niespodziewanego dotyku, uprzedzać je przed rozpoczęciem zabawy czy danej czynności
- stopniowo zachęcać dziecko do zabaw z wykorzystaniem różnych mas, dać dziecku czas na zaakceptowanie zabawy stopniowo
- wprowadzać stopniowo zabawy manualne, wspierające wykorzystując różne materiały i faktury (groch, ryż, piasek, makaron), które można przesypywać, wybierać, układać
- wprowadzamy stymulację termiczną (kostki lodu i np. ciepła łyżka)

- dotykamy z zamkniętymi oczami różnych przedmiotów ukrytych w pudle np. (piłka, ściereczka, papierek po cukierku, pomarańcza)
- zabawy z pianką do golenia (rysujemy na roztartej na tacy piance wzory, obrazki) możemy dodać barwniki spożywcze
- robienie kul z papieru, folii spożywczej, chusteczki, gazety
- wodzenie palcem po tacy z wysypanym ryżem lub kaszą
- szukanie ukrytych przedmiotów w pojemniku z kaszą
- wskazywanie miejsca dotyku z pomocą wzroku
- domino dotykowe (szukanie dwóch takich samych kawałków materiału)
- wspólne zrobienie maty sensorycznej (układamy różne materiały, struktury)







Źródło:

- P.Emmons „Dzieci z zaburzeniami integracji sensorycznej”
- V.F. Mass „Uczenie się przez zmysły”
- materiały własne z warsztatów „Metody diagnozy i terapii”
- S.Pauli „Co się dzieje z moim dzieckiem”