

Primjeri senzomotornih aktivnosti

Senzorni sistem tj. senzorna obrada podataka predstavlja način na koje tijelo analizira i odgovara na signale koje prima iz okoline. Ukoliko je dijete tipičnog razvoja, ono će putem različitih iskustava koja spontano stiže ili iskustava u organizovanoj igri, naučiti da signale primi i obradi na odgovarajući način. Ako je situacija drugačija, onda je potrebno pažljivo i planirano izlaganje senzornim iskustvima, kako bi dijete moglo da nauči kako da reaguje na različite senzorne stimuluse iz okruženja.

Taktilna stimulacija



Taktilni sistem ili čulo dodira je obrada informacija koje dobijamo putem receptora u našoj koži. Kada osjetimo (dodirujemo) objekat u našem okruženju, naš nervni system prima novu informaciju i pomaže nam da razumijemo i razlikujemo pritisak, temperature, oblik, teksturu i druge taktilne osobine predmeta. Takođe, pomoću čula dodira možemo tačno da odredimo šta to osjećamo.

Kod djece koja imaju teškoće sa taktilnim senzornim unosom, mogu se sprovesti različite vježbe. Ukoliko je dijete preosetljivo na dodir lakše će da podnese čvrst nego blag dodir. Djecu treba zamotavati u prostirke i čvrsto pritiskati djetetove ruke, noge i leđa jastucima.

Primjer: Igra koje se može demonstrirati u kućnoj atmosferi, a utiče na taktilnu stimulaciju je „Prepoznavanje predmeta“. U jednu kutiju ubace se neke stvarčice iz okruženja a zadatak djeteta je da prepozna neke koje mu navedete i da ih pokaže ili ukoliko ima razvijen govor da ih izvlači i imenuje.



Primjer : Igra „Traženje skrivenog blaga“: napuni se posuda određenim materijalom npr. pirinčem ili pasuljem i zakopaju se male igračke, da bi dijete tražilo predmete zatvorenim očima.



Igre sa vodom:

Bojenje i crtanje prstima umočenim u boju

Crtanje u palenti koja se nalazi na npr.poslužavniku

Rad u kuhinji(priprema tijesta za picu, rendanje sira.), kao i gnječenje plastelina.



Slika 1,2: Primjeri gnječenja tijesta u Ustanovi

Stručni radnici i saradnici Dnevnog centra koriste taktilne valjke i taktilne pločice koji su dio Montessori materijala za čiju primjenu posjeduju sertifikate.



Vestibularna stimulacija

Vestibularni sistem je zadužen za balans (ravnotežu) i kretanje, a nalazi se u unutrašnjem uhu. Kada pomjeramo glavu lijevo-desno, tečnost u unutrašnjem uhu se kreće i smjenjuje i na taj način nam pruža informacije o poziciji našeg tijela u prostoru. Djeca sa poremećajima iz spektra autizma i djeca sa težom intelektualnom ometenošću možda najčešće od svih imaju problem sa obradom informacija koje dolaze putem vestibularnog sistema, pa se dešava da hodaju „bez cilja“ sudarajući se sa predmetima.

Vestibularna stimulacija unapređuje ravnotežu i orijentaciju u prostoru. Sprovodi se u stojećem stavu; sjedećem stavu blago ljuljuškanje lijevo-desno; u ležećem položaju noge flektirane u kuku i koljenu, obje pomjerati lijevo-desno, vježbe rotacije glave prije vertikalizacije kod djece koja dugo leže, ljuljanje u ćebetu ili nekoj prostirci levo-desno lijepo reaguju autistična djeca, položaj gnijezda.

Ljuljaške razne vrste (standardna, od gume, mreža za ljuljanje, ljuljanje na konopcu). Dijete možemo da vrtimo na ljuljašci i puštiti da se odvrta, ljuljati ga naprijed nazad i pratiti reakcije na ljuljanje i zaustavljanje. Kako ljuljaške nijesu dostupne svima jedna od vježbi vestibularne stimulacije se mogu demonstrirati valjanjem po ravnoj podlozi u jednom pa u drugom pravcu.

Napomena: Ako dijete ne želi da se ljulja ne treba ga primoravati



Proprioceptivna stimulacija

Propriocepcija se odnosi na put kojim informacije dolaze do naših zglobova i mišića mozga i na taj način dobijamo informacije o pozicijam našeg tijela i pokreta. Putem ovog čula možemo da procjenimo silu (brzinu), smjer i pravac kretanja. Djeca koja imaju problem sa propriocepcijom imaju potrebu da jako stisnu, često se govori da „nemaju osjećaj koliko su jaki“ ili reaguju samo na jake zagrljaje.

Tkanina senzorne ljuljaške vrši pritisak na senzore receptore u koži, što pruža djetetu mogućnost da osjeti pokrete svoga tijela. Mogu osjetiti kada im je ruka ispružena ili kada im je savijeno koljeno. Ova senzorna informacija djetetu daje mogućnost da razumije položaj svoga tijela i da bolje doživi svoje tijelo.



Olfaktorna stimulacija (miris i ukus)

Čulo mirisa ili oflaktorni sistem je prikupljanje informacija o mirisima oko nas, koji se prenose duž kanala živaca do mozga. Naš oflaktorni sistem može razaznati mirise i pomoći nam da prepoznamo kakav je taj miris—prijatan ili neprijatan; slab ili jak; opasan ili bezbjedan. Disfunkcionalni sistem čula mirisa često dovodi do probirljivosti u hrani, ili čak gađenje kada osjete određene mirise. Najčešća preosjetljivost čula mirisa povezana je sa preosjetljivošću čula ukusa.

Primjeri vježbi:

Igre mirisanja(npr. dijete zažmuri ili mu stavimo povez preko očiju i dijete treba da prepozna miris čokolade, sapuna, voća, povrća)
Igre pogađanja(npr. djetetu možemo staviti nešto, a da ono ne vidi, u usta i pitati ga šta je to).



Stručni tim Dnevnog centra u Ustanovi kotisti set sa aromatičnim uljima čija je primjena u senzornoj sobi



Vizuelna stimulacija

Vizuelni sistem je način kako primamo i procesiramo senzorne informacije putem čula vida. Kada vidimo neki predmet, to je zbog percepcije svjetla. Svjetlosni zraci prolaze kroz mnoge različite strukture naših očiju, da bi na vizuelne informacije stigle u vizuelni korteks u našem mozgu. Zatim mozak indentifikuje objekat i daje mu značenje. Mi smo u stanju da opažamo detalje kao što su boje, trodimenzionalne predmete, dubinu i lokaciju objekata u prostoru. Osobe koje imaju problem sa vizuelnom senzornom obradom mogu da imaju problema sa jakim svjetlom napolju, pa im prijaju tamnije prostorije ili ih previše različitih boja u jednoj prostoriji razdražuje.

Vježbe vizuelne percepcije u kućnim uslovima je najbolje sprovoditi posmatranjem ukućana i sebe u ogledalu. Posmatranje i prepoznavanje lica na fotografijama, kao i gledanjem kroz tkaninu ili čašu punu vode. Vježba koju djeca rado sprovode je duvanje kroz slamku i gledanje gdje je otišao komadić papira.



Auditivna stimulacija

Čulo sluha ili auditivni sistem je sistem putem koga primamo i obrađujemo informacije koje dolaze preko čulnih organa (uha), pa sve do odgovarajućih centara u mozgu. Kada čujemo zvuk, on putuje u naš mozak, kako bi prošao analizu tako da možemo dati odgovor. Osobe koje imaju problem sa auditivnim sistemom (što je čest slučaj djece sa autizmom), mogu imati probleme sa bukom, jakim zvukovima, visokim tonovima.¹

Vježbe auditivne stimulacije moguće je osim u kući sprovoditi u prirodi dok dijete šeta skretati mu pažnju na zvukove iz okoline (npr. šuštanje lišća, oglašavanje životinja), ukoliko ima razvijen govor ono može imenovati čiji je to zvuk ko se tako oglašava.

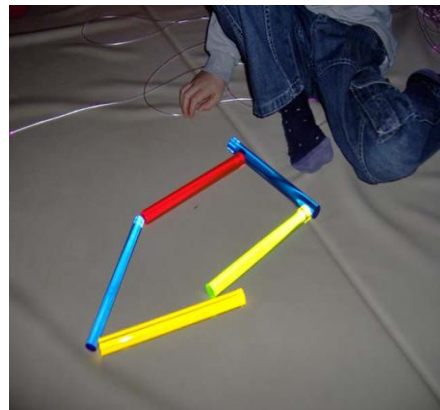
Vježba „Pronađi zvuk“ ovu igru možemo sprovoditi u grupi. Jedno dijete zatvorenih očiju stoji na sredini sobe. Neko od ukućana proizvodi zvuk. Dijete koje žmuri ima zadatak da se kreće prema zvuku i pronade onoga ko taj zvuk proizvodi.

Stručni tim Dnevnog centra sprovodi i vježbe sa zvučnim kutijama. U pitanju je 20 drvenih kutija, koje se sastoje od 10 parova koje proizvode isti zvuk. Kutije su ispunjene različitim materijalom, zvuk koji proizvode ide od najtišeg do glasnog.



Dnevni centar posjeduje senzornu sobu koja je u posljednje vrijeme postala imerativ u stimulaciji čula. To je mjesto gdje osobe sa poremećajem senzorne integracije mogu da istraže i razviju svoje senzorne vještine, da se relaksiraju i oslobode napetosti. Opremu u našoj ustanovi kontroliše terapeut, tako što dozira stimulse za svako čulo prilagođavajući ih individualnim potrebama svakog korisnika. Tretmane sprovodi defektolog koji je prošao specijalnu obuku za ovaj vid rada.

Senzorna soba u našoj ustanovi je opremljena mekim zidnim i podnim oblogama, strunjaćama i jastucima. Od drugih elemenata mogu se naći elementi za vizuelnu stimulaciju kao što su tube ispunjene vodom kroz koje se kreću loptice različitih boja i zajedno sa mjehurićima stvaraju poseban vizuelni efekat. Ukoliko se tube dodiruju mogu se osjetiti vibracije, ukoliko se na njih prisloni uvo mogu se čuti zvuci koji potiču od mjehurića. Svjetlost u tubama se može mijenjati i preko tastera, tako da je njihova funkcija višestruka i interaktivna. Postoje i svijetleća optička vlakna koja stimuliraju čulo vida, a ujedno se mogu i savijati i obmotavati oko dijelova tijela. Svjetlosni projektori na zidovima stvaraju interesante projekcije, a rotirajuća diskovna kugla stvara tačkastu svjetlost i različite svjetlosne efekte. Zanimljive su i folije poput ogledala koje pojačavaju efekat ostale opreme. Tu se nalazi UV lamapa koja osvjetljava djelove prostorije, zatim štapići od pleksiglasa različite debljine i boje za konturisanje, kotrljanje i udaranje u ritmu. Soba još posjeduje balansere, vibrirajuće jastuke i crijeva.



Pored vizuelnih tu se mogu naći i elementi za auditivnu stimulaciju. Centar posjeduje vibracionu muzičku fotelju sa ugrađenim zvučnikom koji je povezan sa muzičkim uređajem. Ležeći na njoj osjećaju se vibracije u ritmu, a može se i slušati muzika. Puštaju se zvukovi iz prirode npr.šum lišća u kombinaciji sa projekcijom na zidu npr.šume. Za stimulaciju čula mirisa koriste se raspršivači sa eteričnim uljima.

Bitno je istaći da se senzorna soba ne koristi kao metoda liječenja, već kao metoda koja stimulacijom čula osobama sa poremećajem senzorne integracije treba da omogući da ispolje svoje „uspavane” potencijale i postignu emocionalni balans. Ustanova posjeduje trampolinu većih dimenzija i tri viseće fotelje-ljuljske.

Stručni tim Dnevnog centra za djecu sa smetnjama u razvoju

i osobe sa invaliditetom-Nišković

ⁱ Vidi : <https://pitajtedefektologa.com/2019/10/26/kako-se-stimulise-auditivna-percepcija/>