**Senzorna integracija**

[February 21, 2019](https://www.predskologija.com/senzorna-integracija/) [Ivana Popek](https://www.predskologija.com/author/ivana/)

Zbog lakšeg shvaćanja optimalnog funkcioniranja osjetilnih sustava tj. senzorne integracije, sljedeće su navedeni svi osjetilni sustavi s pripadajućim osjetima i organima, funkcijama te utjecaj poteškoća u senzornoj integraciji određenog sustava.

**Osjetilni sustavi u našem tijelu**

|  |  |
| --- | --- |
| Vizualni sustav – očni osjeti(vid) | Vizualni sustav prima informacije iz oka. Poteškoće u senzornoj integraciji iz vizualnog sustava mogu se očitavati u neraspoznavanju boja, percepciji dubine prostora te dezorijentaciji i slično. |
| Taktilni sustav – kožni osjeti(dodir) | Taktilni osjetilni sustav prima informacije iz kože (toplo, hladno, dodir i bol). Dijelovi kože koji su najosjetljiviji za taktilne informacije su jezik, usne, lice i glava općenito, jagodice prstiju i dlanovi, te stopala. Poteškoće u senzornoj integraciji informacija iz taktilnog sustava mogu kod djece dovesti do izbjegavanja fizičkog kontakta ili igre u kojoj se mogu zaprljati, a s druge strane pretjerane potrebe da sve diraju i budu gruba u igri. |
| Auditivni sustav – slušni osjeti(sluh) | Auditivni sustav prima informacije o svemu što čujemo. Poteškoće u senzornoj integraciji auditivnih informacija očituju se kod djece kao pretjerano zapažanje uobičajenih tihih zvukova ili nemogućnost održavanja usmjerene pažnje zbog zvukova iz okoline. Djeca mogu ostavljati dojam da ne čuju dobro. |
| Gustativni sustav – okusni osjeti(okus) | Gustativni osjetilni sustav zadužen je za primanje informacija o okusu i teksturi hrane. Poteškoće u senzornoj integraciji u ovom području su: izbirljivost u prehrani (određena vrsta hrane, tekstura, boja, izrazito topla/hladna, prezačinjena…), otežano žvakanje i gutanje, odbijanje pranja zubi i posjete zubaru, često sisanje i žvakanje odjeće, prstiju, kose i slično. |
| Olfaktorni sustav – njušni osjeti(njuh) | Olfaktorne informacije primamo njušenjem ugodnih i neugodnih mirisa nosom tj.njušnim dlačicama. Neka djeca iznimno su osjetljiva na mirise dok druga mogu imati veliku potrebu mirisati intenzivne mirise. |
| Proprioceptivni sustav – kinestetički osjeti(mišići i zglobovi) | Kinestetički osjeti daju nam informacije o položaju i pokretima udova i glave u odnosu prema tijelu. Receptori se nalaze u mišićima, tetivama, zglobovima i koži. Poteškoće u senzornoj integraciji informacija iz proprioceptivnog sustava očituju se u slaboj sposobnosti da se razvije koordinacija oko-ruka. |
| Vestibularni sustav – osjeti ravnoteže(ravnoteža i kretanje) | Daje nam podatke o općem položaju tijela, pomaže u održanju ravnoteže i daje informacije o kretanju tijela, a osjetilni organ nalazi se u vestibularnom aparatu u unutarnjem uhu. Poteškoće u senzornoj integraciji informacija iz vestibularnog sustava imaju utjecaj na kvalitetu i preciznost finih i grubih motoričkih pokreta, prostorno-vizualnih i socio-emocionalnih odnosa. |

**Senzorna integracija**

Senzorna integracija je neurobiološka aktivnost pomoću koje naš mozak i živčani sustav prima, obrađuje i procesira informacije primljene putem osjetila za kretanje, vid, sluh, dodir, okus, njuh… To je neurobiološka aktivnost unutar našeg tijela kojom živčani sustav obrađuje informacije iz osjetila kako bismo na njih mogli reagirati.

Pravilna integracija svih sustava omogućuje nam normalno funkcioniranje. Senzorna integracija se u većine ljudi odvija automatski i kontinuirano, bez svjesnog razmišljanja ili uloženog truda. Svaki čovjek ima određena odstupanja u senzornoj integraciji što ne znači da nužno ima određenu teškoću ili poremećaj. Ukoliko se odstupanja javljaju u tolikoj mjeri da stvaraju probleme, sprječavaju razvoj i razvijaju neprihvatljive oblike ponašanja potrebna je intervencija senzornog terapeuta.

Teškoće na području senzorne integracije usporavaju djecu u učenju ili uzrokuju probleme u ponašanju i opažanju. Nastaju kad mozak i živčani sustav nisu sposobni integrirati senzoričke informacije te dolazi do krive percepcije informacija dobivenih putem osjeta.

Poremećaj senzorne integracije često se javlja s ADHD-om, autističnim poremećajem, cerebralnom paralizom, zakašnjelim razvojem govora i smetnjama u učenju te kod djece koja su prerano rođena. Može se javiti i kod djece koja nemaju nikakvih drugih poteškoća i prosječnih su intelektualnih sposobnosti.

**Simptomi disfunkcije senzorne integracije**

Senzorna integracija počinje vrlo rano, još u prenatalnom periodu te se kontinuirano i najintenzivnije razvija do sedme godine  života djeteta. Tih prvih sedam godina naziva se razdobljem senzomotoričkog razvoja. Poremećaj senzorne integracije može biti prisutan kada i ne postoje vidljiva oštećenja mozga, iako mozak nije u stanju pravilno obraditi i organizirati tijek senzornih informacija i odgovarajuće integrirati osjetilne informacije.

Simptomi disfunkcije senzorne integracije kod djece su brojni, a mogu biti: preosjetljivost ili neosjelljivost na zvuk, pokret, dodir, prizor; teško zadržavanje pozornosti (kratkotrajna pozornost, rastresenost, nedostatak upornosti, stalni pokreti, slabo raspolaganje vremenom, slaba organiziranost, oklijevanje i loša prosudba, slabija sposobnost iskustvenog učenja, kratkotrajno pamćenje); pokrivanje ušiju u određenim situacijama, strah od visina ili predmeta koji se kreću; izbjegavanje okusa, mirisa ili dodira koje ostala djeca iste dobi ne smetaju; iznimno visoka ili niska razina aktivnosti; impulzivnost, nedostatak samokontrole; nemogućnost smirivanja; slabo razumijevanje i iskrivljena slika o sebi, socijalne i emocionalne poteškoće; fizička nespretnost, oklijevanje prilikom hoda po stubama, pridržavanje pri kretanju u poznatoj okolini; teškoće u prijelazu s jedne aktivnosti na drugu; zaostajanje u razvoju na svim područjima.

**Stručna pomoć**

Smatrate li da vaše dijete ima poteškoće sa senzornom integracijom, preporučljivo je potražiti pomoć stručnjaka koji će potvrditi ima li dijete senzornih teškoća, točni simptomi i odgovarajući program. Stručnjak za senzornu integraciju predlaže terapiju koju provodi stručna osoba, a roditelju daje korisne smjernice kako se ponašati u pojedinoj kritičnoj situaciji, upoznaje ga s aktivnostima koje može provoditi svakodnevno s djetetom te načinima na koji se provode (aktivnosti koje će pomoći živčanom sustavu djeteta da optimalnije funkcionira – razvoj senzornih i motoričkih vještina, govornih i kognitivnih sposobnosti te samopoštovanja), usmjerava roditelja kako prilagoditi sredinu u kojoj dijete često boravi kako bi djetetu bilo ugodnije te kako bi se ublažile njegove senzorne smetnje. Svako dijete iziskuje individualiziran pristup.

***Udruge za poboljšanje senzorne integracije u Hrvatskoj***

Korneo (kabinet za razvojnu podršku)

Zvončići (udruga za djecu s teškoćama u razvoju)

Hrabri korak (igraonica za poticanje rasta i razvoja djece)

Domi (udruga za poboljšanje kvalitete života osoba s neurorazvojnim poremećajima)