**Нарушение модуляции ощущений (гиперчувствительность) как одна из категорий нарушения сенсорной интеграции.**

**Стратегия работы с детьми с гиперчувствительностью.**

**План:**

1.Что такое нарушение сенсорной интеграции?

2.Категории детей ,требующих оценки сенсорной интеграции.

3.Актуальность знаний об особенностях восприятия детей с гиперчувствительностью.

4. Симптомы гиперчувствительности.

5.Стратегия работы или способы помощи детям с гиперчувствительностью.



**1.Что такое нарушения сенсорной интеграции?**

**Нарушение процесса обработки сенсорной информации часто называют нарушением сенсорной интеграции и дисфункцией сенсорной интеграции – это отсутствие способности пользоваться информацией, получаемой через ощущения для благополучного функционирования в повседневной жизни и включает в себя разнообразные неврологические нарушения**.

Для мозга нарушение или дисфункция сенсорной интеграции – все равно что нарушение пищеварения для кишечника. Слова дисфункция и нарушение синонимы, их используют, говоря о том, что мозг работает неэффективно и в нем нарушено естественное течение процессов. Слово сенсорная означает, что страдают именно сенсорные системы, мозг не обрабатывает и не упорядочивает потоки сенсорных импульсов, и в результате человек не получает точную информацию о себе и окружающем мире.

Термин дисфункция указывает на возможность успешного решения проблемы.

Многие признаки нарушения процесса обработки сенсорной информации похожи на признаки других общих нарушений. Многие симптомы могут накладываться друг на друга.

**2.Категории детей ,требующих оценки сенсорной интеграции.**

* Дети в условии депривации;
* дети с гиперактивностью , отвлекаемостью;
* с трудностями в обучении;
* с нарушениями речи ;
* с функциональными расстройствами пищи;
* одаренные дети ;
* с аутистическим спектром;
* с глобальной задержкой в психомоторном развитии;
* с псевдоспастическими нарушениями ;
* с нарушением сна;
* с недоношенностью;
* С функциональными рвотами.

**3.Актуальность знаний об особенностях восприятия детей с гиперчувствительностью.**

Мы уже говорили о том, что при нарушении сенсорной интеграции мозг работает неэффективно и в нем нарушено естественное течение процессов, мозг не обрабатывает и не упорядочивает потоки сенсорных импульсов, и в результате человек не получает точную информацию о себе и окружающем мире. Некорректная обработка сенсорных сигналов ведет к ряду проблем, связанных с питанием, засыпанием, нарушением в системе пищеварения и выделения, влияет на его уровень активности и внимания, что сказывается на поведении и обучении; человек как правило, чувствует, что с ним что-то не так, и не может справиться с простыми задачами и стрессом.

У ребенка с гиперчувствительностью это обстоит очень остро.

Поэтому так важно знать об особенностях восприятия гиперчувствительного ребенка, чтобы вовремя выявлять таких детей,с пониманием относится к их проблемам и оказывать необходимую помощь для их дальнейшего успешного развития.

Разберем каковы же особенности восприятия у детей с гиперчувствительностью, что приводит к нарушению сенсорной интеграции.

**Тактильная гиперчувствительность – это тенденция отрицательно и эмоционально реагировать на ощущения прикосновения.**

Отрицательные реакции у детей с нарушением сенсорной интеграции часто связаны с прикосновениями, или тактильными ощущениями, однако сходные реакции наблюдаются и в отношении запахов, вкусов, звуков, света или иных зрительных ощущений, а также движений и изменений положения тела.

Тактильная система- система кожной чувствительности выполняет 2 функции:

* Различения (предполагает получение данных о размере, форме и фактуре предмета).
* Защитная (связана с получением информации о типе прикосновения: легкое , сильное ).

Защитные процессы являются простыми автоматическими реакциями, дискриминационные (различительные ) же включают сложную настройку в полушариях мозга.Мы автоматически включаем тот режим ,в котором нуждаемся в данную минуту. Когда мы трогаем горячую плиту или когда нас кусает насекомое, мгновенно включается защитный режим. Если же мы хотим на ощупь отличить однокопеечную монету от пятикопеечной или шерсть от хлопка, запускается различительный режим.

Тип прикосновения, которое мы ощущаем кожей, помогает определить, какой из режимов будет управлять нашей реакцией- защитный или различительный. Болевые ощущения активизируют защитную систему.

Человек с гиперчувствительностью даже простое прикосновение к руке ощущает порой как базовую ( жизненную ) угрозу- примерно также отреагировало бы дикое животное . Базовая угроза порождает базовую реакцию – агрессию, ответный удар или желание убежать.

Иногда ребенок может описать свои ощущения, сравнив, например, касание карандаша с уколом иглы, электрическим разрядом, укусом насекомого. Как правило, дети с повышенной чувствительностью к тактильным стимулам не вполне осознают свои ощущения, за исключением раздражения или дискомфорта, вызванных чужими действиями.

Тактильная гиперчувствительность в глаза не бросается, но является серьезным неврологическим нарушением. Ее часто можно встретить у детей с проблемами в обучении, задержкой развития, а также при более серьезных заболеваниях.

Подавление (торможение) – это нервный процесс, при котором одна область нервной системы не позволяет другой области избыточно реагировать на сенсорный импульс. У ребенка с повышенной чувствительностью к тактильным стимулам они подавляются слабо, поэтому тактильные ( и многие другие) ощущения для него дискомфортны и порождают чрезмерную активность.

Если мозг не может «утихомирить» сенсорные импульсы хотя бы одной из систем, эти импульсы будут мешать ребенку и станут причиной отрицательного поведении.

В основном мы резко отрицательно реагируем на очевидно неприятные стимулы, например, на жука, ползущего по коже, или на внезапное прикосновение. У детей с гиперчувствительностью таких стимулов гораздо больше.

Избыточное реагирование на прикосновения мешает, ко всему прочему, и социальным отношениям. Родственники и друзья иногда обижаются, если ребенок избегает объятий и поцелуев: им кажется ,что он их не любит. На самом же деле такое неприятие не носит личного характера. Приветливый родственник, погладив ребенка по голове, может тем самым перевозбудить его тактильную систему, или вызвать чувство дискомфорта простым объятием за плечи.

Совместные игры со сверстниками чреваты проблемами. Внезапное касание или прикосновение сзади порождают особенно сильную тревогу ,поэтому заставлять такого ребенка встать в шеренгу вместе с другими детьми значит просто- напросто провоцировать инцидент.

Гиперчувствительный ребенок может вести себя агрессивно при общении с окружающими, так как внешние стимулы могут его напрягать, раздражать.

**Симптомы гиперчувствительности**:

В области тактильных ощущений-

* Избегает чужих прикосновений или отворачивает лицо от всего, что находится слишком близко к нему.
* Не любит мыть лицо, голову.
* Боится осмотра у стоматолога больше, чем другие дети.
* Терпеть не может , когда ему стригут волосы или ногти на руках или ногах.
* Не любит ,когда его касаются ,даже по-дружески или из чувства симпатии, уворачивается от объятий, даже если его всего лишь похлопывают по плечу, склонен избегать любого физического контакта с друзьями. Хотя с удовольствием болтает и общается с ними.
* Может быть через чур обидчивым или упрямым
* Каждый раз реагирует на прикосновения по-разному и странным образом.
* Слишком чувствительный по отношению к физической боли, «создающей проблему из-за незначительной царапины или занозы. Об этом он может говорить или вспоминать долгое время.
* Не любит одеваться и раздеваться (трение кожи). Ярлыки ,пришитые на одежде с изнанки приходится срезать- они царапают. Предпочитает носить одежду с длинными рукавами и штанинами, может настаивать на том ,чтобы носить шапку или перчатки даже летом, чтобы закрыть кожу.
* Тревожится сильнее обычного, если к нему подходят сзади или если он не видит происходящего.
* Сильно беспокоится , когда люди находятся близко к нему (например, в очереди или толпе).
* Испытывает необычную потребность в прикосновениях или , наоборот, избегании прикосновений к определенным поверхностям или предметам с конкретной текстурой, такими ,как одеяла, ковры или мягкие игрушки.
* Избегает контакта с грязью, песком ;не любит макать пальцы в специальные краски, касаться клея .
* Может отказываться от купания в ванной или настаивать на том , что вода слишком горячая или слишком холодная.
* Не может ходить босиком по траве и даже по некоторым коврам, отказываться заниматься поделками.
* Грубо обращается с домашними животными или избегает их.

**Движение и баланс:**

* Избегает движений или предпочитает меньше двигаться, не любит, когда его неожиданно передвигают.
* Неуверен и боится упасть или потерять равновесие. Не отрывает ног от земли. В машине его укачивает.

**Положение тела и контроль мускулатуры, мышечный контроль:**

* Может быть зажатым и нескоординированным.
* Избегает на игровой площадке занятий, создающих сильное мышечное напряжение.

**Зрение:**

* Становится перевозбужденным при долгом рассматривании(картинок, игрушек или людей)
* Закрывает глаза, имеет короткий зрительный контакт, невнимателен к работе за письменным столом ,гиперреакция на яркий свет.
* Всегда встревожен и бдителен.

**Запахи,вкусы:**

* Еда, косметика ,средства по уходу за мебелью и другие химикаты могут пахнуть слишком сильно для такого ребенка.
* Жестко отвергает определенные текстуры и температуру пищи. Во время еды может часто давиться .

**Звуки.**

* Закрывает уши, чтобы приглушить звуки или голоса. Жалуется на шум пылесоса, который никого не беспокоит.
* Рев пожарной машины , музыка , болтовня сверстников могут казаться слишком громкими для него.

**Стратегия работы с ребенком, имеющим тактильно – защитное поведение или способы помощи ребенку с симптомами тактильной гиперчувствительности.**

* Прикасаться к ребенку уверенно, избегая легких, «щекочущих « прикосновений. Касаться ребенка всей ладонью , а не кончиками пальцев.
* Когда детей строят в шеренгу ,такому ребенку ,возможно, будет комфортнее стоять в самом начале или в самом конце ряда. При групповых играх, где надо вставать в круг , ему легче располагаться позади ребят, а не между ними.
* Длительное ощутимое давление обычно «перекрывает» раздражающие тактильные ощущения. Вот почему мы спонтанно трем ушибленное место. Крепкий массаж, прием «сэндвич» ( когда ребенка осторожно кладут между подушек )- это примеры действий, усмиряющих чрезмерную чувствительность к прикосновениям.
* Необходимо обращать внимание на виды тканей ,одежды, игрушек и на повседневные ситуации( например, проход сквозь толпу в большом магазине), которые могут спровоцировать у ребенка отрицательные реакции .Пока проблема стоит остро необходимо избегать подобных раздражающих факторов (например , позволяйте ребенку носить одежду из ткани ,которая ему нравится, не ходите в многолюдные места).
* Постепенно вводить новые тактильные ощущения- во время игр ,мытья, еды и т.д., и позволять ребенку самостоятельно определять ,как долго он может вытерпеть каждое упражнение. Ребенку будет легче освоить новый опыт ,если он сам станет инициатором игры, а не вынужденно окажется перед лицом потенциально опасных или незнакомых обстоятельств, подчиняясь давлению взрослого. Необходимо показывать все на себе ,превращая свои действия в игру, стимулировать его воображение, не форсировать события: не принуждать его к участию.
* Необходимо поддерживать у ребенка желание приобрести новый тактильный опыт.
* «Тяжелая работа»,когда ребенок помогает нести сумки с покупками ,надевает в меру тяжелый рюкзак, играет в игры ,где надо толкать или тянуть что- либо или прыгать, обеспечивает нервную систему определенными ощущениями, которые , как правило , успокаивают или организуют тактильную гиперчувствительную систему.
* Не заставлять доводить до конца задание, которое вызывает у него отвращение . В случае проявления защитного поведения (уклонение , гримасы, замыкание в себе ,недовольные возгласы )немедленно прекратить занятие. Возобновлять работу постепенно.
* Выполнять работу в комфортном для него темпе .
* Желательно , чтобы ребенок прикасался ко взрослому ,а не наоборот ,если это возможно.
* Слишком возбужденному ребенку поможет медленное раскачивание в кресле – качалке.
* Некоторым детям необходимо четкое определение границ личного пространства.

Д. Айрес говорит ,что для улучшения конечного результата мы должны работать на стадиях ,предшествующих желаемому уровню развития .Начинать работу надо не там, где ребенок нуждается в помощи, а там где он чувствует себя уверенно и уравновешенно. В терапии это означает: не работать с кожей ,если нервная система оказывает сопротивление .Следует начинать с тех сенсорных каналов, которые достаточно развиты для работы с новыми стимулами.

**Меры помощи ребенку с нарушением сенсорной интеграции при засыпании.**

Ребенок с нарушением сенсорной интеграции может нуждаться в необычно длительном дневном сне или он может иногда не спать , даже если изнурен. Причиной такого сбоя у гиперчувствительного ребенка может быть чувство дискомфорта, вызванное ,например , простынью, которая для него кажется слишком царапающей.Ребенок с гипочувствительностью плохо спит , если недостаточно двигался в течение дня.

Проблемам сна может сопутствовать высокая потребность в движениях . Если ребенок в течение дня мало двигался, то его уровень возбуждения может быть неустойчив ,и он будет ночью перевозбужден.

**Меры помощи.**

В течение дня необходимо совершать достаточное количество движений: качание на качелях , бег трусцой, «тяжелая работа»-перенесение соответсвующих тяжестей; диетические добавки , успокаивающие мозг, такие как магний , полиненасыщенные жирные кислоты, гамма- аминомаслянная кислота; никакой пищи с добавками, включая аспартам (подслащивающее вещество), глютомат (искусственные вкусовые добавки )и искусственные красители, которые возбуждают мозг.

Перед тем как лечь спать- теплая ванна. За 2 часа до сна никакого телевизора.

В постеле один длинный рассказ; массаж спины и глубокое и плотное пожимание плеч, рук и ног; плотно подоткнуть утяжеленное одеяло и сказать: «Просто притворись, что ты спишь».После того ,как одеяло подоткнуто ,включить ночник, если ребенок боится темноты, и включить успокаивающие мелодии, например , адажио Моцарта или Баха, или звуки природы.



**Меры помощи ребенку с нарушением сенсорной интеграции в питании.**

****

Прием пищи может быть испытанием для расбалансированого ребенка. Причиной может быть повышенная чувствительность к тактильным ощущениям. Текстура и консистенция картофельного пюре, рисового пуденга …могут быть неприемлемыми для чувствительного рта.

Повышенную тактильную чувствительность рта еще называют «оральной защитой»

Другой причиной может стать внешний вид пищи, ее запах, непереносимость вкуса этой еды.

Причиной может быть неразвитые сенсорно- моторные навыки, включая координацию сосания, глотания и дыхания.

Какой бы ни была причина избирательности в еде , у разборчивого едока существуют пищевые предпочтения.

В результате дефицит питания и пристрастия могут повлиять на его развитие , вес и сопротивляемость организма и вызывать подъемы и спады настроения.

Обычно в диете разборчивого едока ,его теле и мозге отсуствуют незаменимые жирные кислоты, витамины группы В, минералы и жирорастворимые антиоксиданты .Дефицит магния может привести к повреждению слуха ,проблеме с обработкой слуховых сигналов, спазмам мускулов , беспокойному сну, сенсорно-моторным проблемам, с сопутствующим частым инфекциям уха.

Дефицит цинка (находящийся в яйцах, арахисе, отрубях. Какао и т.д. 0может влиять на ощущение вкуса у ребенка и, таким образом, на его интерес к еде. Это также может привести к низкому тонусу мышц. Проблемам со слухом и зрением. Появлению сыпи и выпадению волос.

При гипочувствительности ребенок может не распознавать сигналы голода и жажды ,насыщения.

Другой причиной плохого пищеварения является пассивность.

**Рекомендации.**

* Избегать нездоровой пищи.
* Обеспечить пищевые добавки ,особенно Омега -3 полиненасыщенные

жирные кислоты( находящиеся в льняном семени, грецком орехе и лососе),поскольку нервная система состоит на 60 % из жиров.

* Использовать электрическую зубную щетку или массажер для полости рта и щек ребенка.
* Обеспечить сенсорную диету.

**Литература:**

1. Айрес Э. Дж. Ребенок и сенсорная интеграция. Понимание скрытых проблем развития /Э. Джин Айрес; [пер. с анг. Юлии Даре]. М.: Теревинф, 2009.
2. Кислинг Улла. Сенсорная интеграция в диалоге: понять ребенка, распознать проблему, помочь обрести равновесие /Улла Кислинг; под ред. Е. В. Клочковой; [пер. с нем. К. А. Шарр]. - М.: Теревинф, 2010.
3. Кэрол Сток Крановец «Разбалансированный ребенок».Как распознать и справиться с нарушениями процесса обработки сенсорной интеграции. / Санкт- Петербург, Издательство «Редактор»,2012