

## CAPITOLUL 1

### COPIII TREBUIE SĂ SE MIȘTE – ÎN SIGURANȚĂ!

Sunteți părintele, profesorul sau îngrijitorul unui copil care este uneori – sau adesea – desincronizat senzorial? Copilul dumneavoastră face terapie ocupațională sau de alt tip, pentru a se comporta mai bine acasă, la școală și în comunitate? Cu sau fără îndrumarea terapeutului, ați observat că activități precum datul în leagăn, săriturile, tragerea sau împingerea de greutate îl ajută pe copil să se pună în mișcare? Simțiți că, așa cum păsările trebuie să zboare și peștii să înoate, copiii trebuie să se miște și să atingă lucruri? Vă doriți să descoperiți mai multe activități pe care să le puneți în aplicare cu copilul dumneavoastră?

Atunci *Copilul desincronizat senzorial se joacă* vi se adresează. Continuare a volumului *Copilul desincronizat senzorial*. Cum să recunoașteți și să faceți față diferențelor de procesare senzorială, această carte include unele dintre cele mai bune activități, preferatele mele. Multe dintre ele sunt activități pe care le-am inventat sau le-am adaptat când predam la grădiniță, când mă ocupam de Micii Cercetași, de petreceri prilejuite de zile de naștere, de creșterea și educarea copiilor mei, iar acum – cu cea mai mare încântare – de nepoții mei. Altele sunt variații ale unor activități de „dietă senzorială”, pe care terapeuții ocupaționali le creează pentru a fi puse în practică acasă. Iar altele au venit de la oameni care și-au ținut copiii sub observație și au descoperit ce anume funcționează. În fine, unele idei au venit chiar de la copii, care ne-au arătat ce simt ei că „merge”.

Deși cartea de față se concentrează asupra copiilor cu Diferențe de Procesare Senzorială (SPD), mulți copii – desincronizați sau nu – se vor distra de minune cu ajutorul acestor activități!

## CUM ESTE COPILUL DESINCRONIZAT SENZORIAL?

Majoritatea copiilor au momente în care sunt desincronizați senzorial. Majoritatea copiilor știu cum este ca uneori să nu-ți găsești locul, să nu te aduni, să nu fii pe fază, ba chiar complet pe dinafară.

Există totuși copii care sunt desincronizați aproape tot timpul. Din cauza unei probleme de dezvoltare neuronală, le vine foarte greu să funcționeze în viața de zi cu zi și să interacționeze cu lumea din jurul lor. Să ne imaginăm un copil care...

- este hiperreactiv la atingere, mișcare, imagine sau sunete.
- este subreactiv la atingere, mișcare, imagine sau sunete.
- este excesiv de activ sau, dimpotrivă, foarte puțin activ.

### Sfatul unei mame...

Penny Kelly, din Connecticut, povestește despre fetița ei de 4 ani: „O las pe Katie să facă lucruri care o ajută să își dezvolte sistemul senzorial, dar care altor copii le-ar putea fi interzise. O las să sară pe paturi. O las să se joace cu boabe de fasole în sufragerie și uneori să le împrăștie peste tot. Îi dau voie să țopăie pe perne și uneori i le trag și fac «sandvișuri» cu ea. Îi dau voie să facă tot felul de lucruri pe care alți copii știu că nu trebuie să le facă. Bineînțeles că nu o las să facă așa ceva în casele altora, ci numai la noi. Fiindcă acasă are parte de stimularea senzorială necesară, în alte locuri se comportă foarte bine.”

- dă dovadă de impulsivitate, neastâmpăr, neatenție și zăpăceală.
- este prea puțin conștient de corpul său.
- are abilități motorii grosiere (alergare, cățărare) și fine (desen, decupare) insuficient de bine dezvoltate, nu se coordonează cum ar trebui, dă dovadă de stângăcie și de multe ori cade și alunecă.
- nu se coordonează bine din ambele părți (folosindu-și cele două părți ale corpului în același timp) și întâmpină dificultăți la trecerea dintr-o parte în alta (folosind un ochi, o mână sau un picior în spațiul opus).
- dă dovadă de planificare motorie slabă (coordonarea corpului pentru a întreprinde o acțiune complexă).
- obosește ușor, se cocoșează și se tolănește.
- are slabe abilități oral-motorii fine (mestecat, vorbit).

- nu evaluează corect distanțele dintre sine și ceilalți oameni sau obiecte.
- nu are un simț al ritmului și al duratei suficient de bine dezvoltat.
- răspunde greu la instrucțiuni verbale sau la întrebări, se tulbură din cauza lor.
- se emoționează și se frustrează repede când lucrurile nu merg bine.
- preferă ceea ce știe deja și opune rezistență față de tot ce este nou, indiferent că e vorba despre alimente, haine, jucării, jocuri, povești sau cântece, rearanjarea mobilei, bone sau suplinitorii de la școală.
- răspunde greu când se trece de la o activitate la alta, chiar și atunci când este vorba despre activități cunoscute.
- îi este greu să își adune energia sau să se calmeze, să se trezească dimineața, să adoarmă seara și să nu se trezească noaptea.

Ce se află la originea acestor comportamente derutante? Răspunsul poate fi greu de identificat. Sigur, comportamentul copilului poate fi afectat de diverse tipuri de întârzieri comportamentale, afecțiuni fizice, antecedente medicale sau probleme emoționale. SPD pot fi un factor semnificativ, mai ales atunci când copilul răspunde atipic la unele senzații.

## CE ESTE PROCESAREA SENZORIALĂ?

*Procesarea senzorială* este procesul neurologic normal de organizare a senzațiilor de care ne folosim în viața de zi cu zi. Ne folosim de senzații pentru a supraviețui, pentru a ne satisface dorințele, pentru a învăța și a funcționa fără probleme.

În general, creierul primește informații senzoriale de la corp și din mediul înconjurător, interpretează aceste mesaje și organizează răspunsurile pe care vrem să le dăm. În timp ce urcăm scările, creierul simte că ne mișcăm în sus, înainte și în lateral. De obicei, avem reacții de adaptare la mediu fără efort conștient. Ne îndreptăm și ne întindem picioarele, le alternăm, alunecăm cu mâna de-a lungul balustradei, ne păstrăm echilibrul, mergem cu corpul drept și ne uităm pe unde mergem. Probabil nici măcar nu ne dăm seama că în corp se petrec aceste ajustări.

Cei mai mulți oameni pot numi cele cinci simțuri: văz, auz, miros, gust și pipăit. În realitate, avem mai multe simțuri vitale. Potrivit cercetărilor lui A. Jean Ayres, doctor în psihologie și terapeută ocupațională înregistrată, sistemele senzoriale fundamentale includ următoarele:

1. Simțul *tactil*, care ne oferă informație în primul rând prin suprafața pielii, din cap până în picioare, despre textura, forma și mărimea obiectelor din jur. Ne spune dacă atingem ceva intenționat sau suntem atinși fără să vrem. Ne ajută să diferențiem între senzații de atingere amenințătoare și neamenințătoare.
2. Simțul *vestibular*, care ne oferă prin urechea internă informații despre gravitație și spațiu, echilibru și mișcare sau despre poziția capului și a corpului în relație cu suprafața pământului.
3. Simțul *proprioceptiv*, care oferă informație prin mușchi și încheieturi despre unde se află părțile corpului, cum se întind și ce anume fac.

Aceste sisteme senzoriale se dezvoltă în uterul mamei de foarte devreme. Interacționează cu văzul și auzul, mirosul și gustul, care se dezvoltă puțin mai târziu. Ca urmare a procesării senzoriale tipice, auto-controlul, stima de sine, abilitățile motorii și funcțiile cognitive de mare capacitate se pot dezvolta așa cum a plănuit Mama Natură.

Procesarea senzorială este importantă pentru următoarele funcții de zi cu zi:

Abilități de învățare	Conștientizarea corpului
Abilități de vorbire și limbaj	Coordonare bilaterală
Abilități motorii fine	Coordonare ochi-picior
Abilități motorii grosiere	Coordonare ochi-mână
Abilități sociale	Discriminare auditivă
Atenție	Discriminare tactilă
Autoprotecție	Discriminare vizuală
Autoreglare	Echilibru
Chinestezie	Flexibilitate

Forța sau gradarea mișcărilor	Relații sănătoase cu ceilalți
Poziția corpului	Siguranță emoțională
Praxie*, inclusiv planificarea motorie	Siguranță gravitațională
Preferința pentru mâna dreaptă sau stângă	Stabilitatea poziției corpului
Protecția sinelui	Stimă de sine
	Tonus muscular
	Vizualizare

Dificultățile din aceste domenii pot fi cauzate de SPD.

## CE SUNT SPD (DIFERENȚELE DE PROCESARE SENZORIALĂ)?

*Diferențele de Procesare Senzorială (SPD)*, reunite și sub termenul de Disfuncție a Integrării Senzoriale, au loc atunci când creierul procesează ineficient mesajele senzoriale care vin din propriul corp sau din mediul înconjurător. Persoana întâmpină dificultăți de adaptare la senzațiile de zi cu zi, pe care alții abia dacă le observă sau pur și simplu trec peste ele fără un efort special.

În general, semnalele care indică prezența SPD sunt reacțiile neobișnuite la senzații tactile, vestibulare și proprioceptive, la senzația de a atinge și de a fi atins, de a te mișca și de a fi mișcat. Pot fi implicate și simțul văzului, al auzului, al mirosului și al gustului.

SPD se manifestă diferit de la o persoană la alta și pot varia de la o zi la alta, în funcție de factori precum oboseala, epuizarea emoțională sau foamea. SPD pot să coexiste cu tulburarea de deficit de atenție cu sau fără hiperactivitate (ADHD), sindromul Asperger, autismul, pareza cerebrală, sindromul Down, sindromul alcoolic fetal (FAS), sindromul X fragil, spina bifida, tulburarea pervazivă de dezvoltare (PDD), tulburarea de învățare nonverbală (NLD), tulburarea bipolară și alte condiții. SPD pot fi severe sau ușoare.

---

\* Praxie = abilitatea de a conceptualiza (sau de „a-și închipui“), de a planifica, de a organiza și de a desfășura o serie de acțiuni neobișnuite, de a face ceea ce are cineva nevoie și vrea pentru o bună interacțiune cu mediul fizic înconjurător. (N. a.)