



**МИНИСТЕРСТВО
СОЦИАЛЬНОЙ
ЗАЩИТЫ
АЛТАЙСКОГО КРАЯ**

**КГБУСО «Краевой
реабилитационный центр для
детей и подростков с
ограниченными возможностями
«Журавлики»**

Сенсорная интеграция в работе психолога с молодыми инвалидами 18-44

Степанищева Владислава Валерьевна психолог КГБУСО «Краевой реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями «Журавлики» ресурсного центра по формированию программ ранней помощи, методическому сопровождению специалистов социального обслуживания

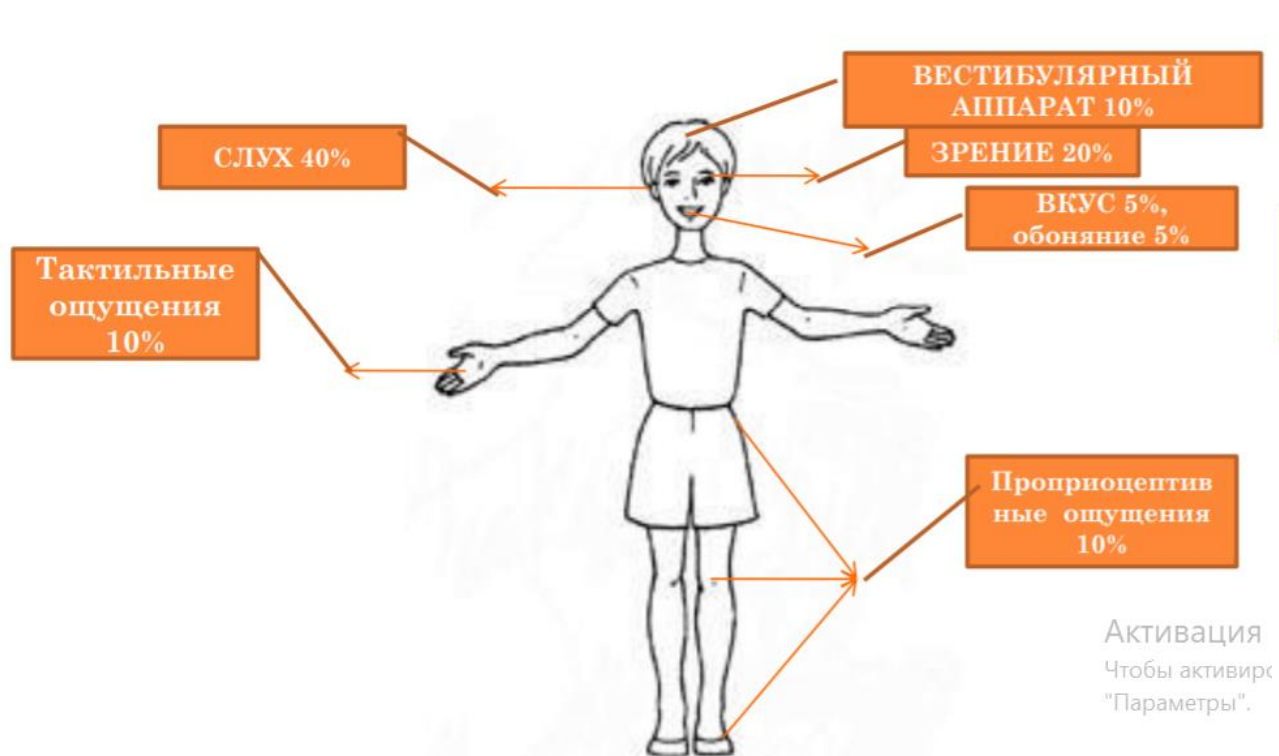
Сенсорная интеграция - неврологический процесс, который организует ощущения от тела человека и окружающей среды и дает возможность эффективно функционировать в окружающей среде .

✓ Ощущения могут быть внутренние проприорецепция (информация от наших сосудов и мышц, необходимая для составления внутренней картины тела и расположения в пространстве)

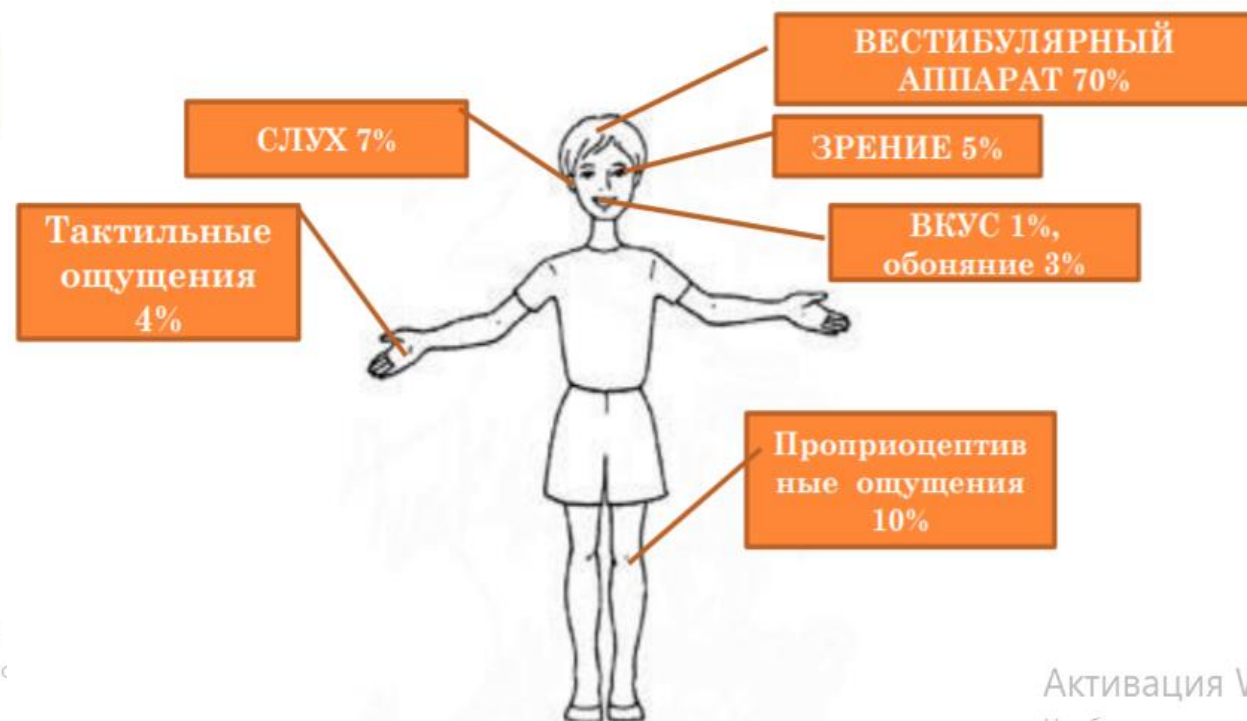
✓ Вестибулярные (движение тела в пространстве, изменение движений относительно изменившихся условий, это помогает координировать движения глаз, головы и всего тела)



ЕСЛИ СЕНСОРНЫЕ СИСТЕМЫ НЕ МОГУТ АДЕКВАТНО РЕГИСТРИРОВАТЬ, ПРОВОДИТЬ, МОДУЛИРОВАТЬ, ИНТЕРПРЕТИРОВАТЬ И ОТВЕЧАТЬ НА СТИМУЛЫ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ, ТО ПОВЕДЕНИЕ (ДВИЖЕНИЕ) ЧЕЛОВЕКА СТАНОВИТСЯ НЕ АДЕКВАТНЫМ СИТУАЦИИ – НАРУШЕНИЕ СЕНСОРНОЙ ИНТЕГРАЦИИ



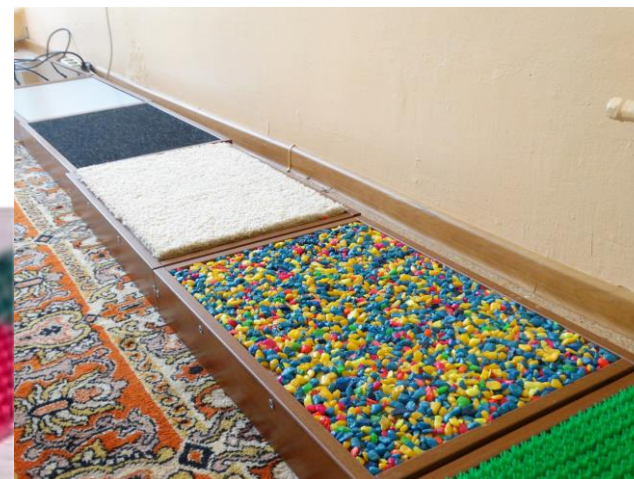
1. Норма



2. Нарушения

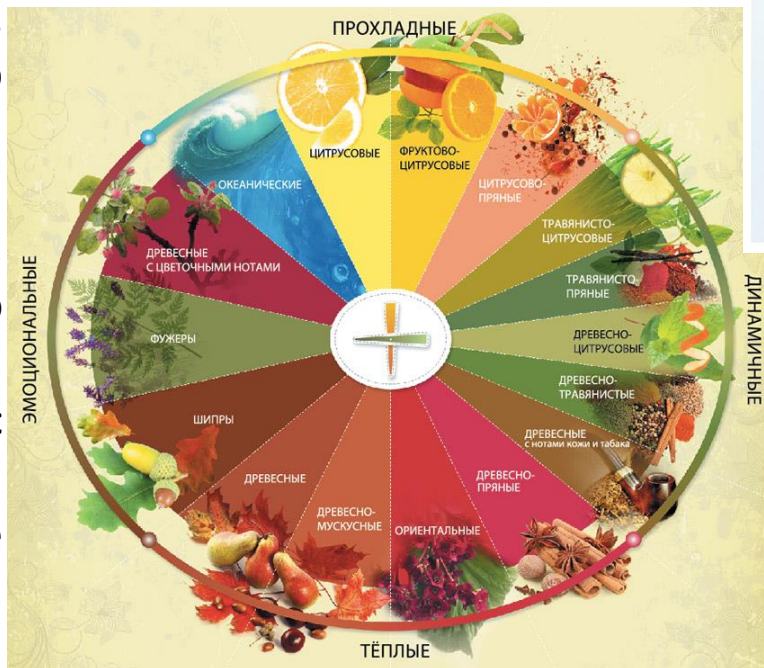
Примеры базовых рекомендаций, которые может дать психолог взрослому человеку с целью оптимизации его процесса сенсорной интеграции и улучшения качества жизни (из практики автора):

— Подобрать для себя приятные по ощущениям предметы из разных материалов. Желательно в первую очередь использовать натуральные материалы (например, дерево, камни, шишки, ракушки, мех), а также то, что понравится из других материалов (например, массажеры для рук из акрила, резиновый массажный коврик и т.д.). Важно, чтобы предметы нравились; их можно хранить в сумке или (что более предпочтительно, т.к. дает ощущение большей устойчивости) шкатулке или коробке. Использование вариативное: перебирать, трогать предметы в ситуации усталости и тревоги; целенаправленно делать мини-массаж рук в ситуации, когда нужна активизация и т.п. Обычно опыт использования предметов сам расширяется, за счет появляющихся ощущений и желаний получить то или иное ощущение





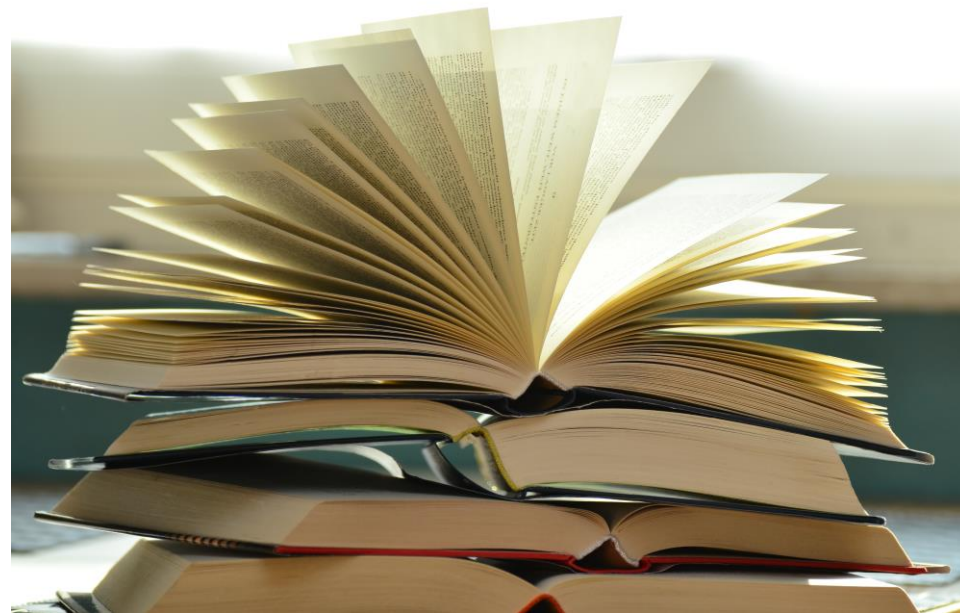
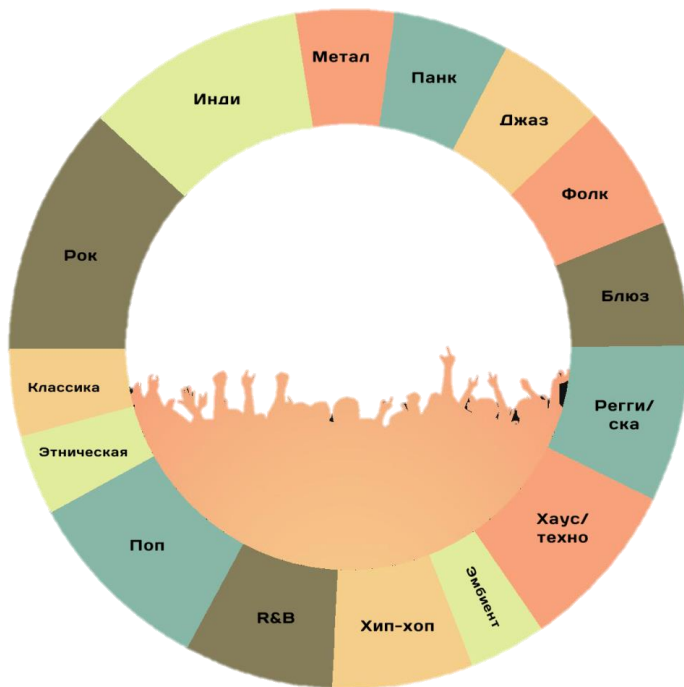
— Прислушаться к своим ощущениям и подобрать наиболее приятные себя материалы, фактуры и ароматы продуктов питания, предметов домашнего обихода и гигиены (определенный аромат мыла, мягкое/жесткое полотенце, сорт чая и т.д.). Желательно сделать это письменно, т.е. составить список того, что вас обычно окружает и соотнести с теми ощущениями, которые особенно приятны.



— Периодически использовать непривычную посуду (например, квадратные тарелки или тарелки абстрактной формы, если обычно вы пользуетесь круглыми). Непривычные зрительные ощущения дадут новую информацию для мозга.



— Слушать этническую музыку (японскую, индийскую, греческую и т.д.). Незнакомые и непривычные ритмы активизируют мозг. Необходимо обращать внимание на свои ощущения. — Чтение вслух активизирует внимание и память, а также ряд других процессов мозга. Желательно читать классические произведения (стихотворения и прозу), которые дают ощущение стабильности за счет приобщения к культурным ценностям. Богатый по содержанию и способам выражения язык таких произведений развивает когнитивные и эмоциональные процессы. Дополнительно полезно слушать аудиокниги, особенно в тех случаях, когда обычное чтение наскучило или вызывает какие – либо физические затруднения. Изучение теоретической информации и обобщение практического опыта позволяют сделать некоторые выводы о проявлениях сенсорной интеграции у взрослых:





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

