

Wpływ wczesnej stymulacji dotykowej na rozwój dziecka

Zacznę od wyjaśnienia czym jest **integracja sensoryczna**, choć na pewno wiele osób spotkało się już z tym określeniem. Jest to proces neurologiczny, podczas którego informacje płynące z ciała i najbliższego otoczenia są przyjmowane, analizowane i kategoryzowane w układzie nerwowym, czyli mózgu, tak żeby można było dopasować do nich znaczenie i użyć w celowym działaniu.

Podstawowe zmysły sensoryczne integrują się tak, by dostarczyć nam natychmiastowy i kompletny obraz siebie i otaczającego nas świata. Ważna jest wzajemna współpraca pomiędzy naszymi zmysłami. Już w łonie matki dochodzi do stymulacji dotykowej, słuchowej, smakowej, węchowej w mniejszym stopniu wzrokowej i pobudzającej zmysł ruchu, poprzez chodzenie i kołysanie się aktywnej mamy. Głaskanie, delikatne uciskanie brzuszka mamy też ma znaczenie. Nie każdy rodzic zdaje sobie sprawę, że już od pierwszych dni po przyjściu na świat maleństwa może stymulować jego rozwój sensomotoryczny.

Dotyk to wrażenia pochodzące z receptorów mieszczących się w skórze i ogromne źródło bodźców wpływających na rozwój i funkcjonowanie mózgu. Stymulujemy go tak naprawdę już podczas wykonywanych czynności pielęgnacyjnych takich jak: noszenie, podnoszenie, przewijanie itp. Dlatego warto zapoznać się z zasadami pielęgnacji neurozwojowej. Są to techniki pozwalające wykonywać codzienne czynności zgodnie z aktualną wiedzą dotyczącą rozwoju psycho-ruchowego dziecka. Wskazane są także wszelkie masaże całego ciała, masażyki z rymowankami. Masaż powinien odbywać się w przyjaznych warunkach, w których dziecko czuje się dobrze i przyjemnie. Podążamy za reakcjami dziecka i bacznie je obserwujemy, jeśli dziecko oswoi się z dotykiem możemy wprowadzić różne faktury, bawimy się w baraszkowanie, dotykanie, głaskanie, kładziemy maleństwo na swoje ciało itp. Można także spróbować spowijania noworodka w beciku, noszenia w chuście. Masując i dotykając dziecko budujemy w jego mózgu mapę samego siebie, dlatego też nie zapominajmy o najmniejszych części ciała, ograniczając się tylko do dotykania tylko jednej jego części. Dotyk buduje niezwykłą bliskość i więź dziecka z rodzicem. Daje mu ogromne poczucie bezpieczeństwa i wpływa na jego funkcjonowanie emocjonalne. Zapewniamy możliwość eksploracji najbliższego otoczenia i doboru odpowiednich zabawek w miarę rośnięcia naszego malucha, można wykorzystywać książeczki, maty sensoryczne- dotykowe, tworzyć własne zabawki sensoryczne: woreczki, rękawiczki z różną zawartością w środku ryż, fasola, ziarna itp. Dziecko kładziemy w różnych pozycjach ciała na kocu, kołderce, dywanie – zmiennych nawierzchniach, następnie dajemy możliwość turlania, czworakowania po nich nie obawiamy się zimnej podłogi, płytek czy trawy. W miarę upływu czasu repertuar zabaw dotykowych będzie się poszerzał. Dojdą zabawy z piaskiem, wodą, masami sensorycznymi także bądźmy otwarci na chęć eksploracji otoczenia przez nasze dziecko, bo tylko własne doświadczenia będą najbardziej korzystne dla jego rozwoju, budowania schematu i czucia własnego ciała. Nie zapominajmy również, że małe dzieci potrzebują się pobrudzić, pozwólmy im na to!

Pamiętajmy, że dotyk, bliskość i odczuwanie różnych wrażeń dotykowych powinno być miłe i przyjemne dla dziecka. Jeśli wywołuje negatywną reakcję nie należy tego w żaden sposób bagatelizować, a wręcz przeciwnie poszukać istoty problemu i zasięgnąć opinii terapeuty integracji sensorycznej.