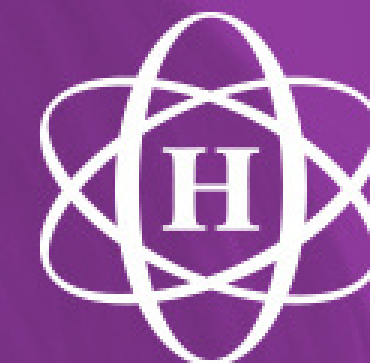


WEBINARIUM



Proste sposoby na trudne zachowania

– nieoczywiste oddziaływanie na zmysły
w celu poprawy funkcjonowania
osoby/ucznia z autyzmem.



**Monika
Pouch**





MONIKA POUCH

oligofrenopedagog

- nauczyciel dyplomowany w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Giżycku,
- terapeuta integracji sensorycznej w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Giżycku.

dodatkowe kwalifikacje:

- terapeuta pedagogiczny;
- terapeuta wczesnego wspomaganie rozwoju i terapii dziecka z autyzmem;
- terapeuta integracji sensorycznej.



AUTYZM

Szerokie spektrum zaburzeń:

- interakcji społecznych i reaktywności,
- emocjonalnych,
- zdolności poznawczych,
- rozwoju komunikacji i mowy,
- zachowań, zainteresowań i aktywności.





AUTYZM



- Niska tolerancja na wzrost pobudzenia OUN na bodźce sensoryczne.
- Szczególne pobudzenie sfery emocjonalnej.
- Nadmierna wrażliwość na dużą liczbę bodźców.
- Unikanie przeciążenia emocjonalnego i sensorycznego.
- Poszukiwanie doznań z okresu prenatalnego.



CHARAKTERYSTYCZNE ASPEKTY AUTYZMU

OMÓWIENIE



U OSÓB ZE SPEKTRUM AUTYZMU

- zaburzenia regulacji,
- kłopot z: samouspokojeniem, utrzymaniem uwagi na optymalnym poziomie, płynnym przechodzeniem od stanu pobudzenia do stanu wyciszenia i odwrotnie,
- symptomy ryzyka zaburzeń przetwarzania sensorycznego,
- nieprawidłowy proces habituacji,
- zaburzenia przetwarzania sensorycznego mają szerokie i głębokie spektrum.



TRUDNE ZACHOWANIA



- zakłóca porządek,
- nieakceptowane społecznie,
- nasilenie, częstotliwość i czas trwania powoduje niebezpieczeństwo fizyczne dla osoby uczestniczącej w nim lub dla osób postronnych,
- nie jest pojedynczym incydentem,
- może stanowić wzorce dominujące w codziennych aktywnościach.





**Czym jest dla mnie trudne
zachowanie ucznia/osoby z ASD?**

PRZYCZYNY NEGATYWISTYCZNYCH I NIEAKCEPTOWANYCH SPOŁECZNIE ZACHOWAŃ

1. Uwarunkowania sensoryczne:

- dyskomfort sensoryczny o szerokim spektrum (nasilenie, zmienność),
- potrzeba zwiększenia lub ograniczenia stymulacji zmysłowej.

2. Uwarunkowania behawioralne:

- potrzeba skupienia na sobie uwagi,
- niezaspokojenie potrzeb emocjonalnych i oczekiwań społecznych,
- problemy z koncentracją uwagi wzrokowej i/lub słuchowej.



PRZECIĄŻENIE ZMYŚŁOWE (SPLĄTANIE SENSORYCZNE)

U osób z zaburzeniami neurobehawioralnymi występuje zjawisko przeciążenia zmysłowego (splątanie sensoryczne).

Ciągły stan pobudzenia powoduje utratę kontroli nad reakcjami i zachowaniem.





TRUDNE ZACHOWANIA

- Samouszkodzenia
- Agresja
- Demonstracje
- Uparte powtarzanie
- Niedostatki zachowania



Mechanizmy radzenia sobie ze stresem osób z autyzmem i poważnymi problemami sensorycznymi



Wyłączanie się

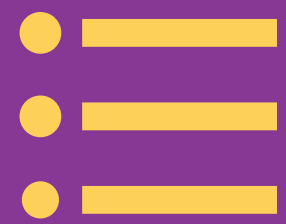


Rozegranie działania

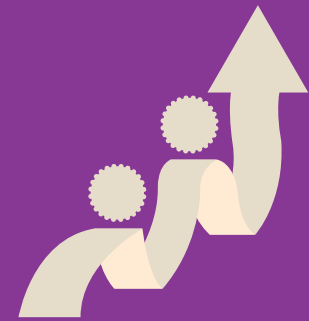


Podejmowanie
działań
autostymulujących

ZNAJDŹ ODPOWIEDŹ



W jakich sytuacjach
i w jakich
warunkach
podejmowane są
czynności
autostymulacyjne?



Jakie są zyski
związane
z czynnościami
autostymulacyjnymi?



Który układ
sensoryczny jest
najbardziej
zaangażowany?



Czy występuje
ukryty problem
natury medycznej?



Co może pomóc?



**UNIEMOŻLIWIENIE AUTOSTYMULACJI
LUB ZABLOKOWANIE POWTARZALNEGO
ZACHOWANIA NIE DZIAŁA.**

**SKUTECZNOŚĆ
0%**



JAK RADZIĆ SOBIE Z AUTOSTYMULACJAMI?

- Zastąpienie
- Zaangażowanie
- Nagroda
- Lista
- Nauka zachowań
- Dostarczanie bodźców sensorycznych





ZABURZENIA SENSORYCZNE WG DELECATO



Nadwrażliwość

OBNIŻONY PRÓG CZUCIOWY

Podwrażliwość

WYSOKI PRÓG CZUCIOWY

Biały szum

ZAKŁÓCENIA PERCEPCJI
I INTEGRACJI BODŹCÓW



SKĄD CZERPAĆ WIEDZĘ O UCZNIU?



INFORMACJE
OD RODZICÓW



INFORMACJE
OD UCZNIA



DOKUMENTACJA



OBSERWACJA

ZASADY PRACY W KONTEKŚCIE FUNKCJONOWANIA SENSORYCZNEGO



UWAGA BODŹCE!

- Naucz się, które bodźce sensoryczne dziecko uspokajają i organizują, a które są dla niego dezintegrujące.
- Unikaj bodźców dezintegrujących.
- Stosuj bodźce, które są dla danego dziecka organizujące.
- Nie zabieraj dzieciom ich sensoryzmów, ale pracuj z nimi.



Kluczowa jest
regulacja
funkcji układu
przedsionkowego
i dotykowego



NADREAKTYWNOŚĆ DOTYKOWA



DOTYK

Uprzedź zanim dotkniesz!

METKI, SZWY

Wycinaj metki z ubrań. Unikaj odzieży ze szwami.

MATERIAŁ, FASON

Kupuj ubrania razem z dzieckiem.

DOTYK - DŁONIE

Pozwól założyć rękawiczki.

DOTYK - FORMA PREFEROWANA PRZEZ UCZNIA

Jeżeli musisz dotknąć, dotykaj tak, jak uczeń sam się dotyka.

BODŹCE WZROKOWE

Ogranicz ilość i różnorodność bodźców wzrokowych.

OŚWIETLENIE

Unikaj oświetlenia jarzeniowego, pulsujących i migających świateł.

LUSTRA

Wyeliminuj z otoczenia lustra.

ŹRÓDŁO ŚWIATŁA

Światło boczne (punktowe) z lewej strony.

ZMIANA OŚWIETLENIA

Uprzedź o zmianach w oświetleniu, rodzaju światła.

OKULARY PRZECIWSŁONECZNE

Pozwól używać okularów przeciwsłonecznych.

SKRÓĆ CZAS PRACY

Stosuj ćwiczenia (do 10 min.)

NADREAKTYWNOŚĆ WZROKOWA



BODŹCE - KOLORY, KONTRASTY

Używaj ostrych kolorów i kontrastów. Wykorzystaj kolorowe światła i cienie.

BODŹCE - ELEMENTY MIENIĄCE SIĘ

Wykorzystaj lupy, folie powiększające, lornetki, kalejdoskopy.

ZMIENNE OŚWIETLENIE

Przedmioty prezentuj w różnym oświetleniu.

ĆWICZENIA WZROKOWE

Wykorzystaj ćwiczenia wzrokowe.

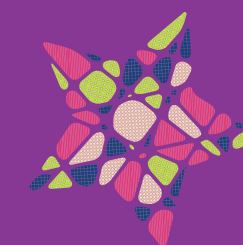
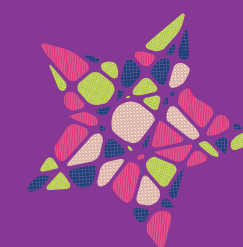
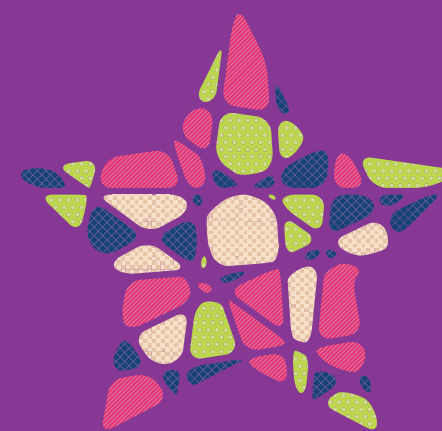
ZABAWA

Stosuj zabawy z błyszczącymi przedmiotami, które odbijają światło.

SEKWENCJE RUCHU

Ćwicz z uczniem odtwarzania różnorodnych, niepowiązanych ze sobą sekwencji ruchu.

PODREAKTYWNOŚĆ WZROKOWA



BIAŁY SZUM (WZROK)



TARCIE POWIEK

Reaguj, gdy uczeń trze lub naciska powieki.

PÓŁMROK

Na początku ćwiczenia w półmroku.

RÓŻNA BARWA ŚWIATŁA

Stosuj światła różnego koloru jako oświetlenie, ale i celowo.

SKUPIANIE UWAGI - KIEROWANIE WZROKU

Kieruj wzrok dziecka/ucznia na przedmioty codziennego użytku i kolorowe zabawki.

ZABAWA!

Organizuj różne zabawy.



ZACHOWANIA I REAKCJE SŁUCHOWE U DZIECI Z ZABURZENIAMI NEUROROZWOJOWYMI

Zwężenie oczu,
mruganie,
przenoszenie
wzroku
i nasłuchiwanie.

Zmiany w poziomie
aktywności
ruchowej (spadek
lub wzrost).

Zmiany napięcia
mięśniowego.

Zmiany
w zachowaniu.

Zmiany
w okazywaniu
emocji.

Wydawanie
dźwięków,
wokalizacje.



NADREAKTYWNOŚĆ SŁUCHOWA

- Wygłuszenie pracowni.
- Korzystanie z zatyczek do uszu lub słuchawek.
- Unikanie podniesionego głosu.
- Uprzedzanie o możliwości pojawienia się hałasu.
- Ćwiczenia i zabawy.



PODWRAŻLIWOŚĆ SŁUCHOWA

- Ważny kontakt ze zwierzętami (pies).
- Dostęp i zachęcanie do korzystania z zabawek dźwiękowych.
- Dostarczanie wrażeń dźwiękowych.
- Słuchanie muzyki przez słuchawki.
- Wsłuchiwanie się w szum fal.
- Zabawy dźwiękowe.
- Wprowadzaj w otoczenie różnorodne dźwięki.



BIAŁY SZUM (SŁUCH)

- Ciągłe mów do dziecka.
- Podczas odtwarzania muzyki pozwól dotykać głośników.
- Gry i zabawy wymagające aktywności ruchowych.
- Pozwól słuchać bicia swojego serca, pulsu i odgłosów trawienia przez słuchawki lekarskie.



WĘCH

- ZMYŚŁ NAJBARDZIEJ GODNY ZAUFANIA

- Jest zmysłem bezpieczeństwa.
- Rozwija się od drugiego miesiąca życia płodowego.
- Jest ćwiczony przed narodzeniem oraz stymulowany przez czynniki będące poza kontrolą.
- Nie ulega zmianie w wyniku porodu.
- Zmysł węchu jest ściśle powiązany (strukturalnie i funkcjonalnie) z układem limbicznym odpowiedzialnym za reakcje emocjonalne człowieka.
- Bodźce węchowe mogą współkształtować emocje.
- Przyjemne aromaty można wykorzystać w procesie nauki.
- Układ limbiczny jest również odpowiedzialny za pamięć i motywację.



SPOSOBY OBNIŻANIA POZIOMU POBUDZENIA SENSORYCZNEGO

- Stała temperatura otoczenia.
- Niski poziom hałasu.
- Stały, cichy szum w tle.
- Unikanie ostrego światła (oświetlenie przygaszone, boczne).
- Bodźce węchowe (naturalne olejki o działaniu uspokajającym - pomarańcza, wanilia).
- Pastelowe, łagodne, jednolite kolory (ubrań, pomieszczeń).
- Wolne, rytmiczne i przewidywalne aktywności ruchowe (fotel bujany, huśtawka).



SPOSOBY OBNIŻANIA POZIOMU POBUDZENIA SENSORYCZNEGO

- Mocny, regularny dotyk.
- Masaż mięśnia kapturowego (czworoboczny grzbietu, mięsień stresu).
- „Cichy kącik”, kryjówka, namiot pokojowy.
- Wtulanie się w poduchę z granulatem, hamak typu kokon.
- Przedmioty do ugniatania zajmujące ręce.
- Naciskanie dłońmi ściany.
- Zabawki do dmuchania (np. bańki mydlane).
- Bransoletka sensoryczna do gryzienia i żucia.
- Kamizelka, kołdra dociążeniowa lub obciskająca ciało odzież.





SPOSOBY PODWYŻSZENIA POZIOMU POBUDZENIA SENSORYCZNEGO

- Donośny głos, hałas, muzyka w tle.
- Centralne oświetlenie.
- Mocne kolory w otoczeniu.
- Picie wody gazowanej z lodem.
- Lizaki lub owoce z lodówki.
- Wyrziste zapachy (mięta, musztarda, perfumy).
- Mocno doprawione potrawy.
- Muskający, nieoczekiwany dotyk (pędzelkiem, piórkiem).



SPOSOBY PODWYŻSZENIA POZIOMU POBUDZENIA SENSORYCZNEGO



- Zabawki wibrujące, dźwiękowe i świetlne (zmienne światło).
- Bodźcowanie termiczne dłoni i stóp (chłodny prysznic, żelowe kompresy, zabawy w zimnej wodzie).
- Aktywności angażujące czucie głębokie (pchanie, ciągnięcie, przenoszenie ciężarów).
- Uściski „na niedźwiedzia”.
- Skoki (trampolina, dmuchany materac).
- Dmuchanie i gwizdanie.
- Huśtanie się na siedząco w różnym tempie, ze zmianą kierunku.



OPTYMALIZOWANIE REAKCJI SENSORYCZNYCH



- Oddychanie przeponowe (kontrola ruchu przepony - ręka na brzuchu, wdech nosem, długi wydech ustami lub chuchanie na lustro z coraz większej odległości).
- Picie płynów z butelek z końcówką do ssania.
- Rozciąganie taśm lateksowych, gum do skakania.
- Zabawy z dmuchaniem.
- Przywieranie plecami do drugiej osoby.
- Łagodne kołysanie.
- Zabawy w basenie, nauka pływania.
- Kąpiel w pianie z wody (średnia temperatura).



DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ!

Monika Pouch