**DSZIT – DINAMIKUS SZENZOROS INTEGRÁCIÓS TERÁPIA ( AYRES)**

[Anna Jean Ayres](http://en.wikipedia.org/wiki/Anna_Jean_Ayres) [ejtsd: írisz] által kidolgozott **szenzoros integrációs terápia** az évek során annyira összefonódott az ő személyével és munkásságával, hogy gyakran csak leegyszerűsítve, „Ayres terápia”-ként emlegetik.

A DSZIT ( Dinamikus Szenzoros Integrációs Terápia) egy olyan**komplex terápiás módszer**, amely a benne résztvevő **gyermekeknek izgalmas játék-lehetőségeket** nyújt. Olyanokat, amelyek segítségével éretlen, vagy egyes területeken nem megfelelően működő **idegrendszerüket saját aktív részvételükkel**, önszántukból, egyéni utakon járva **fejleszthetik**.

Tehát nem egy meghatározott, beszabályozott tréning, hanem változatos, sokféle tevékenységet felkínáló, a gyerek számára örömet okozó játékfolyamat.

**Ayres** szerint: az érzékelési, észlelési tapasztalatok egyik leghatékonyabb szervezője a mozgás.

A terápia lényege: mozgással történő idegrendszeri érlelés, fejlesztés, felzárkóztatás.

Ajánlott akár 1 napos életkortól heti 2-3 alkalommal.

Speciális eszközkészlettel bír, mely változatos lehetőségeket nyújt a gyakorlásra, fejlődésre, mindezt játékos feltételekkel. Irányítása indirekt, de nagyfokú tudatosságot igényel a szakember részéről. A gyermekek 3-7 éves korban a legszenzitívebbek, a mozgás számukra örömforrás, erre a természetes mozgásvágyra épít a terápia.Nagy érdeme, hogy a mozgásos szenzációk iránti igényt nem csak tünetként kezeli, mely segíti a diagnózis felállítását, de a korrekció, az öngyógyítás lehetőségét is megteremti.

Légköre oldott, a testi és pszichés biztonság adja a foglalkozások alaphangulatát.

A fejlesztések során szerzett tapasztalataink azt mutatják, hogy a gyermekeink nyitottabbak, határozottabbak, érdeklődőbbek lettek.

Fejlődött kreativitásuk, önállóságuk, nyelv-és más emocionális képességeik, teljes személyiségük pozitív irányban változott.

A terápia nagymértékben hozzájárul a stabilabb, koordináltabb nagymozgáshoz, a grafizmus, finommotorika javulásához, fejlődéséhez, továbbá a figyelem tartósságához, koncentráltságához.

Az írómozgás javul, az íráskép rendezettebbé válik, egyes tanulási-és magatartási problémák enyhülnek, illetve teljesen megszűnnek.

A bátortalanabb, szorongóbb, lassabb pszichomotoriummal rendelkező óvodásoknak, iskolásoknak növeli az önbizalmát, javítja munkatempóját, az örömteli együttlétek pedig érzelmileg kiegyensúlyozottabbá, nyugodtabbá teszik őket.

#### Hogyan segít ez a terápia?

* Fejleszti és **pontosítja a nagymozgásokat**, tudatosabbá teszi a tempó, a ritmus és az irányok kontrolját.
* Segíti hogy kialakuljon a **szociális viselkedés**, a szabálytudat, a figyelem és az önbizalom.
* Fejleszti a **finommotorikát**.
* Fejleszti a **szem-kéz koordinációt**.
* Fejleszti a tér, az irány és a formaészlelést.
* Erősíti a testsémát és a testtudatot.
* Segít a megkésett járás, a megkésett beszéd, a megkésett szobatisztaság esetén.

#### Kinek segít ez a terápia?

**Teljesen különböző problémák esetében** is képes javulást eredményezni, mint például:

* **Figyelem**- és **tanulási zavarokkal** küzdők.
* **Nehezen beszélők**
* Finom kézmozgásokban – például írásban – ügyetlenek.
* Társas kapcsolataikban sikertelen gyerekek.
* **Koraszülöttek**.
* Autista, vagyis a környezete elől kórosan bezárkózó,
* Hiperaktív vagy éppen túlságosan passzív gyermekeknél

#### Hogyan működik a terápia?

Szervezetünket folyamatosan érik ingerek, egyrészt a külvilágból, másrészt saját testünkből. **Minden beérkező ingerre van motoros, mozgásos válasza az idegrendszernek**. Pl.: látom a lépcsőt, fellépek. Érzem a forró vizet, elhúzom a kezem. Sokféle csatornán, sokféle inger éri egyszerre testünket, ezek felfogása és összerendezése sokszor nehéz feladatot jelent. Mind az egyes érzékek működésében, mind az érzékletek összerendezésében felléphetnek nehézségek. Az érzékletek összerendezésének – a szenzoros integrációnak – a zavara, képtelensége az idegrendszer éretlenségének a következménye.

A szenzoros integrációs terápia elsősorban a legősibb érzékek, a **tapintás**- és az **egyensúlyérzék** **ingerlésén keresztül** juttatja el a gyereket egy**magasabb idegrendszeri integrációs szintre**. Ezek az érzékek már a korai magzati állapotban működni kezdenek.  A magzat – egyensúlyszerve, a belső fülben lévő labirintusszerv segítségével – már 8-10 hetes korában észleli a gravitáció változásait, és képes ezekre mozgással válaszolni. A terápia azon alapul, hogy az érzékletek legjobb összerendezője a mozgás.

#### Mikor ajánlott a terápia?

* Ha gyermekünk túlérzékeny a tapintásra, egyes mozgásokra, bizonyos látási ingerekre, hangokra, ízekre.
* Ha épp ellenkezőleg, gyermekünknek soha nem elég ezekből a tapasztalásokból, ezért állandóan keresi őket: hintáztatja magát, akarattal nekiütődik a tárgyaknak, akár fájdalom árán is. (Váltakozhat is: hol keresi ezeket az ingereket, hol szigorúan elutasítja!)
* Ha mozgáskoordinációs nehézségekkel küzd, vagyis az új mozgások megtanulása, illetve az egyensúlyozás (hétköznapi helyzetekben is) nehézséget jelent számára.
* Túl gyors, vagy túl lassú.
* Viselkedés-szabályozása nehézségekbe ütközik: tervezés nélkül, túl hamar belekap egy feladatba, nehezen alkalmazkodik új helyzetekhez, túl gyorsan frusztrálódik, agresszív vagy elkeseredett lesz.
* Ha mindezek következtében önértékelése kritikussá válik, a számára megfelelő kihívást jelentő feladatokat is érthetetlennek, bonyolultnak találja, hozzá sem kezd, ezért a tágabb környezet lustának, motiválatlannak látja őt.
* Ezek a nehézségek az értelmi állapottal nincsenek közvetlen kapcsolatban, ezért a legbriliánsabb gyereknél éppen úgy megjelenhetnek, mint az enyhe fokú tanulási és értelmi akadályozottságok eseteiben. Autisztikus kórképekben megjelenésük még kifejezettebb lehet.

<http://gyermekfejlesztes.hu/ayres-irisz-terapia/>

<http://www.barcziiskola.hu/egyseges_gyogypedagogiai_modszertani_intezmeny/terapiak/ayresterapia>