

Bilaterálna integrácia

Bilaterálna integrácia je vedecky podložený pohybový program vyvinutý Sheilou Dobie v spolupráci s autormi Kirsty Brown a Andrewom Dalziellom. Poskytuje široké spektrum vývinových cvičení navrhnutých na rozvoj hrubej a jemnej motoriky, rovnováhy a posturálnej kontroly, podporuje aj rozvoj senzorickej integrácie. Cieľom Bilaterálnej integrácie je zlepšená spolupráca medzi oboma mozgovými hemisférami, ktorá pozitívne ovplyvňuje kognitívny aj motorický systém. Pomáha človeku skvalitniť interakciu so svojím prostredím, čo zlepšuje a uľahčuje jeho schopnosť učenia a pozitívne ovplyvňuje medziľudské vzťahy. Túto intervenciu je možné uplatniť v širokom spektre – od detí so špecifickými vývinovými poruchami učenia, správania a emócií až po vrcholových športovcov.

V rámci dozrievania centrálnej nervovej sústavy je potrebné, aby došlo k integrácii pravej a ľavej hemisféry. Vtedy je myslenie organizované, kooperácia medzi oboma časťami mozgu je efektívna a presná. Vzájomne sa dopĺňajú vo svojich čiastkových funkciách.

Ak nenastane dostatočná integrácia oboch hemisfér, má to dopad na fungovanie jednotlivca v akademickej a pracovnej oblasti, ale aj v bežnom živote. Môžu sa vyskytnúť problémy v oblastiach:

- organizácia a plánovanie činností
- zosúladenie motorickej činnosti a poznávacích funkcií (čítanie s porozumením, písanie, rysovanie, kreslenie, udržanie pozornosti a pokojného sedenia)
- jemné motorické činnosti, ktoré vyžadujú spoluprácu oboch rúk
- zrakové vnímanie, ktoré môže ležať na pozadí problémov s čítaním, porozumením zložitejších obrazcov/figúr (grafy, geometrické objekty, mapy)
- sluchové vnímanie (v dôsledku nedostatočnej lateralizácie – vyhranenie pravostrannosti, nesprávneho postoja)
- regulácia správania a impulzívnosti
- vyjadrovacie schopnosti
- kvalita pracovnej pamäte
- fyzická obratnosť, športové zručnosti
- celkové udržanie pozornosti.

V čom spočíva metóda Bilaterálnej integrácie?

Bilaterálna integrácia sa realizuje pomocou vývinových cvičení zameraných na koordináciu a spoluprácu oboch strán. Cieľom je stimulovať prepojenie medzi hemisférami (dozrievanie tzv. svorového telesa/*corpus callosum*). CNS je stimulovaná presnými pohybovými vzorcami, ktorých komplexnosť a náročnosť sa postupne zvyšuje tak, aby smerovala k lepšej organizovanosti, vnútornej integrovanosti CNS a lepšej kontrole nad pohybovými zručnosťami, čo vedie k efektívnejšiemu fungovaniu v problematických oblastiach.

Program BI je licencovaným programom chráneným autorskými právami. Je to ucelený komplex, ktorý má niekoľko stupňov. Pojem „bilaterálna integrácia“ sa využíva bežne v oblasti špeciálnej, alebo liečebnej pedagogiky.

V našom CPPPaP poskytujeme terapeutickú špeciálno-pedagogickú starostlivosť o deti s vývinovými poruchami. Ja ako špeciálny pedagóg vykonávam tento špecializovaný program a som vyškoleným providerom v oblasti diagnostiky a realizácie tréningového pohybového programu pre vyššie uvedené dysfunkcie, som zapísaná do medzinárodného zoznamu BI terapeutov.

Mgr. Mária Mihalčíková, špeciálny pedagóg CPPPaP

