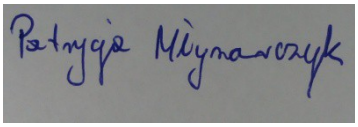
Kołdrę obciążeniową/ koc obciążeniowy stosuję w swojej pracy od 2 lat. Działa ona stymulująco na układ proprioceptywny, dzięki czemu pomaga wyciszyć się dzieciom nadmiernie pobudzonym, rozdrażnionym oraz poszukującym doznań czucia głębokiego. Część dzieci lubi być przykrywana i w ten sposób odpręża się i relaksuje, część zaś potrzebująca silniejszych wrażeń, woli być zawijana w taki koc. Podczas ćwiczeń tzw. stolikowych, kładę pled na nogi pacjentów, co pozwala zwiększyć ich uwagę i koncentrację, na wykonywanym zadaniu. Dzieci które mają problem z czuciem własnego ciała, poszczególnych jego części, przejawiają trudności w zakresie orientacji kierunkowej i przestrzennej. W związku z tym, nie potrafią lub potrzebują pomocy z wykonywaniem takich poleceń jak: „połóż się na plecach", „podnieś prawą rękę". Ponadto zauważam, że w rysunku człowieka, części ciała nie są ze sobą połączone. Stosowanie kołdry obciążeniowej, uzupełnione wykonywaniem masaży, zwiększa świadomość ciała u dzieci. Jako terapeuta SI polecam stosowanie kołdry obciążeniowej, gdyż pomaga w samoregulacji i polepszeniu koncentracji oraz działa odprężająco, obniżając poziom stresu, nie tylko dzieciom, ale także osobom dorosłym.

Patrycja Młynarczyk
Terapeuta Integracji Sensorycznej
Certyfikat nr 4307