

Warszawa, 20.01.2019

Udtalelse om kugledynen

Lige fra starten af mit arbejde som sensorisk integrationsterapeut, det vil sige i 7 år, har jeg brugt kugledynen under den terapeutiske behandling i min praksis og har anbefalet kugledynen til brug i hjemmet. Jeg anbefaler kugledynen hovedsageligt for børn med underreaktivitet af vestibulær- og proprioceptivsystem, hvor børnene selv søger efter stærke stimuli fra bevægelser og tryk. Disse børn har ofte problemer med at falde til ro og falde i søvn, de sover uroligt og vågner om natten. Kugledynen kan jeg anbefale hovedsageligt af den grund, at de påvirker receptorer af den dybere liggende følesans, virker afslappende og beroligende og regulerer funktion af barnets nervesystem.

Under den terapeutiske behandling anvender jeg kugledynen sidst på mødet, kombineret med en langsom linjebevægelse. Det gør, at barnet falder til ro, slapper af og relaxerer.

Jeg kan anbefale forældre at bruge kugledynen under barnets dybe søvn i maks. én time, og ved problemer med at falde i søvn kan kugledynen lægges over barnet også inden barnet falder i søvn. Jeg vil også foreslå at dække barnet med kugledynen i godt over ti minutter i løbet af dagen ved en stor bevægelsesuro eller emotionel uro. De fleste forældre, der bruger kugledynen, kan iagttage en bedring hos barnet efter et par uger, og der er nogle, der kan se en bedring næsten med det samme. Børn, der har en kugledyne under den dybe søvn, kan sove bedre, vågner ikke, er mere rolige og kan nemmere falde i ro. Det er især selvregulering, adfærdsorganisation og opmærksomhedskoncentration, hvor forældre kan se en tydelig bedring. De fortæller, at den impulsive og hysteriske adfærd ikke forekommer så ofte.

Jeg har personligt anvendt kugledynen hos min datter, der har forstyrrelser forbundet med den dybere liggende følesans og selv søger meget intensivt efter den slags stimuli. Ud over det havde hun lige fra fødslen problemer med selvregulering og problemer med at falde i søvn. Jeg har brugt kugledynen hos hende siden hun var 2 år gammel, både før sengetid, hvorved var hun mere afslappet, relaxeret og kunne hurtigere falde i søvn end uden kugledynen, og også under den dybe søvn. Nogle gange ønskede datteren, at jeg skal dække hende med kugledynen også om dagen. Når hun blev ældre brugte hun dynen selv, når hun havde behov for den. Resultater blev snart synlige, hendes hyperaktivitet blev nedsat, hun var mere rolig og bedre organiseret. Jeg kunne også iagttage hendes mindre behov for den proprioceptive stimulering i løbet af dagen.

Udtalelsen er udarbejdet af: mgr Anna Chacińska
PSTIS-certifikat nr. 1858

[navnestempel]

Anna Chacińska
speciel pædagog
sensorisk integrationsterapeut
/-/ Chacińska

Jeg, undertegnede Jadwiga Dyderska, statsautoriseret tolk og oversætter, bekræfter hermed, at den ovenstående oversættelse stemmer i indhold med den polske tekst.

Repertorium nr. 339/2019

Poznań, den 08. februar 2019

