

Kilka informacji dotyczących sygnałów sensorycznych dziecka oraz praktycznych porad jak pomóc w domowych warunkach*

Jeżeli dziecko:

Unika pewnych faktur (np. koca, pościeli, pluszaków)

Możemy to wytłumaczyć obronnością sensoryczną. Przedmioty mają różną fakturę, a dzieci z obronnością dotykową wyczuwają najmniejszą zmianę. Niektóre odczucia mogą powodować odczucia bólu.

Porada:

Zaleca się pozwolić dziecku wybierać to, co jest najlepsze dla jego układu nerwowego. Dostarczać częstych dawek głębokiego nacisku. Stosować w zabawach różne faktury, suchy i mokry materiał (ręce, stopy, całe ciało). Zamiast pościeli pomoc może nakrycie uciskowe.

Unika czulego dotyku lub stawia mu opór

Tłumaczyć to można nadreaktywnością układu dotykowego. Dlatego pocałunki i dotyk mogą być nieprzyjemne. Również ze względu na bodźce zapachowe płynące od drugiej osoby dziecko może unikać bliskości (zapach perfum, lakieru do włosów itp.).

Porada:

Najlepiej respektować to wyzwanie i obdarzać dziecko silnym uściskiem i przytuleniem- zamiast lekkiego. Zakładać mu ubrania uciskowe. Systematycznie dostarczać dawek głębokiego nacisku na całe ciało. Dobrze działa zasada zabawy w „walec drogowy”. Minimalizować stosowanie perfum, zapachów na ubraniach.

Preferuje mocny uścisk, mocne przytulenie

Taki mocny uścisk, przytulenie „na niedźwiedzia” dostarczają głębokiego nacisku i wrażeń proprioceptywnych. To uspokaja, wycisza, wprowadza organizację w układzie nerwowym

Porada:

Warto przytulać dziecko „na niedźwiedzia” często i systematycznie. Stosować ubrania uciskowe, poduszki otulające, kołdry obciążeniowe, poduszki obciążeniowe na kolana.

Mycie twarzy wywołuje u dziecka napięcie

Jest to związane z obronnością dotykową i wrażliwością receptorów dotykowych twarzy.

Porada:

Przed myciem warto zastosować głęboki nacisk na twarz. Dobrać miękkość gąbki. W ciągu dnia zachęcać dziecko do zabawy z różnymi fakturami (suchymi i mokrymi). Myjemy twarz

pewnym ale nie za dużym naciskiem. Jeśli to możliwe zachęcamy dziecko do klaskania, tupania – co zapewni regulującą i odwracającą uwagę dawkę bodźców sensorycznych. Przed myciem warto pobawić się w puszczanie baniek mydlanych.

Ciągle dotyka powierzchni lub przedmiotów, które je uspokajają

Ten sygnał sensoryczny ma związek z bodźcami dotykowymi, z trudnościami z samoorganizacją. Dotykание uspokajających powierzchni może działać kojąco, może być też „kotwicą sensoryczną”.

Porada:

Zalecana jest zabawa z różnymi fakturami (najlepiej obejmujące całe ciało), zabawa brudząca w wannie (z budyniem, pianą itp.).Warto zapewnić dziecku głęboki nacisk, rozciąganie i kompresję stawów, dostęp do zabawek manipulacyjnych i wibracyjnych (uspokajająca rola).

Uwielbia gromadzić i kolekcjonować przedmioty

Często jest to „kotwica sensoryczna” mająca uspokajający, wyciszający wpływ (dająca poczucie kontroli nad otoczeniem. Może też pełnić funkcję regulującego bodźca wzrokowego. Dziecko często chce nosić ze sobą zbierane przedmioty.

Porada:

Należy uznać ten objaw za potrzebę sensoryczną i ważny regulator dla układu nerwowego. Nie należy zabraniać zbierania. Wybrany przedmiot może mieć istotne znaczenie dla dziecka. Należy wykazać się cierpliwością i tolerancją. Raczej należy znaleźć sposób na organizowanie i przechowywanie kolekcjonowanych przedmiotów.

Uderza głową w ścianę lub inne przedmioty

Takie działanie dostarcza bodźców proprioceptywnych (to pomaga dziecku w samoregulacji). Taki ruch głową dostarcza mu bodźców przedsionkowych, które mogą mieć oddziaływanie organizujące i regulujące.

Porada:

Najważniejsze jest bezpieczeństwo. Jeśli dziecko robi to regularnie- konieczny jest wytrzymały kask. Wskazane jest częste i regularne dostarczanie głębokiego nacisku na głowę, zachęcanie do przyjmowania pozycji głową w dół. Dobrze działa fotel bujany, huśtawka, trampolina.

*Opracowanie na podstawie książki Angie Voss "Zrozumieć sygnały sensoryczne dziecka".