

Консультация для родителей Про сенсорную гиперчувствительность

Подготовила
Учитель-логопед
Колмыченко Ю.Ю.



Нервная система человека получает и обрабатывает информацию от органов чувств. Этот процесс называется сенсорной интеграцией. Расстройство сенсорной интеграции описывает ситуацию, когда этот процесс работает неправильно. Нарушение сенсорной интеграции – это состояние, при котором мозг испытывает проблемы с получением и реагированием на информацию, поступающую через органы чувств.

Тактильная гиперчувствительность- это тенденция отрицательно и эмоционально реагировать на ощущения прикосновений приводит к серьезным сбоям в нервной системе, что служит причиной негативных эмоций и неадекватного поведения.

Родственники иногда обижаются, если ребенок избегает их прикосновений или объятий, им кажется, что он их не любит.

Как определить и помочь малышу с сенсорной гиперчувствительностью, когда:

- закрывает ушки при громких звуках
- закрывает руками глаза
- вся одежда трет, колит, жмет
- не дает надевать шапку или носки
- невозможно мыть или подстричь волосы и тд.

Что можно и нужно делать дома:

- Прикосновения к ребенку должны быть ощутимыми и сильными. Рекомендуется использовать утяжеленные одеяло для сна.
- Если ребенок не любит мыть голову, попробуйте помассировать перед началом мытья кожу головы. Глубокий, давящий массаж хорошо снимает гиперчувствительность на время.

- Больше сенсорных игр с песком, водой, разнофактурными поверхностями, разной температуры и наполнения для рук, ног, всей поверхности тела.

Упражнения для сенсорной интеграции.

Игры с пластилином, глиной, тестом, специальной пеной, и т.д.

Детям очень нравится играть с пластилином и другими пластичными массами, что очень полезно для малышей с тактильными проблемами. Детям необходимо трогать разнообразные текстуры и играть с ними, чтобы развить нормальное тактильное восприятие. Если ваш малыш отказывается играть с пластилином и подобными массами, вам тем более необходимо увлечь малыша такой игрой.

«Тяжелая работа»

Эти виды деятельности необходимы для детей, которые испытывают трудности в регулировании уровня своего возбуждения. Такие дети часто ломают вещи, прыгают, бегают, и, кажется, просто не могут сидеть на месте. Регулярные нагрузки для их нервной системы помогут им успокоиться.

Программы для сна:

Дети и взрослые с проблемами сенсорного восприятия часто испытывают проблемы с засыпанием и сном. Следующие изделия и виды деятельности могут оказать помощь в таком случае:

- аппараты, производящие звуки природы;
- аппараты белого шума;
- ароматические лампы;
- ночники, лава-лампы, пузырьковые трубы;
- расслабляющая музыка;
- утяжеленные одеяла;
- физические нагрузки перед отходом ко сну;
- вибрирующие матрасы и подушки;
- спальные мешки.

Игры с водой и песком

Игры с водой и песком – это веселье, которое, кроме того, дает ребенку тактильную стимуляцию. Переливайте воду в разные сосуды и слушайте, как она звучит. Прячьте маленькие игрушки в песке или пшене и попросите малыша найти их.

Вестибулярные движения

Детям необходимо двигаться! Для некоторых малышей – это страшно, а некоторые просто не могут остановиться. Вам следует установить, есть ли у вашего ребенка нарушения, связанные с вестибулярным аппаратом, или проприоцептивные проблемы. Вестибулярные движения (или проприоцептивная стимуляция) может взбодрить малыша или наоборот успокоить.

- крытые батуты;

- водные трамплины (бассейн или озеро);
- качели;
- раскачивающиеся игрушки;

- самокаты;
- ролики;
- шведская стенка;
- большие терапевтические мячи.

Ароматерапия

Ароматерапия — это прекрасный способ для занятий с детьми, которые не чувствуют некоторые запахи или наоборот очень к ним чувствительны. Вы можете помочь своему ребенку научиться терпеть запахи или использовать их для расслабления и успокоения. Совет: Если ваш малыш очень чувствителен к запахам, предложите ему носить собой баночку ароматического масла, запах которого ему приятен (например, мята), и нюхать его, когда другие запахи становятся трудно терпеть.

Игры с туннелями и палатками

- Используйте палатки для создания безопасной атмосферы, необходимой детям, перегруженным сенсорными стимулами, малыш может даже подремать в таком уютном месте, отдохнуть или почитать.

Сенсорные комнаты

Что же разместить в такой сенсорной комнате? Во многом это зависит от того, для кого вы её делаете, и каким пространством для этого располагаете.