



***Μαθητές με δυσκολίες
αισθητηριακής επεξεργασίας:
η μέθοδος της αισθητηριακής
διαίτας***

**Σκενδέρης Ιωάννης,
Ψυχολόγος
ΚΕΔΑΣΥ Φλώρινας**

**Παραλούκα
Ειρήνη,
Κοιν. Λειτουργός
ΚΕΔΑΣΥ Φλώρινας**

Οι περισσότεροι άνθρωποι φιλτράρουν τις αισθητηριακές πληροφορίες και αντιδρούν με τον κατάλληλο τρόπο

Τα άτομα με ΔΑΦ παρουσιάζουν δυσκολία στον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβάνονται και αντιδρούν σε διάφορα ερεθίσματα

Οι αισθητηριακές διαταραχές αφορούν στην ακουστική και οπτική λειτουργία, στη γεύση και στην οσφρητική λειτουργία, στην απτική λειτουργία, στην κινητικότητα και στη θέση του σώματος, καθώς και στη λειτουργία του κοινωνικο/συναισθηματικού τομέα

- Για την ανάπτυξη της προσαρμοστικής συμπεριφοράς, πέρα από το επίπεδο της νοημοσύνης, απαιτείται το άτομο να επεξεργάζεται επαρκώς και να ρυθμίζει τα αισθητηριακά ερεθίσματα που λαμβάνει από το περιβάλλον αντιδρώντας αυτόματα και με κατάλληλο τρόπο
- Υπάρχει συσχέτιση προσαρμοστικής συμπεριφοράς με νοημοσύνη;

Τύποι δυσκολιών αισθητηριακής επεξεργασίας

Υπερευαίσθητος τύπος

- Άμεση ανταπόκριση σε ερεθίσματα με ένταση και διάρκεια
- Αυτόματες αντιδράσεις
- Έντονη απόσπαση προσοχής

Υποευαίσθητος τύπος

- Αδιαφορία και έλλειψη ανταπόκρισης στα αισθητηριακά ερεθίσματα
- Δεν αντιδρούν στον πόνο ή σε ακραίες θερμοκρασίες

Μεικτός τύπος

- Ένας μαθητής με αυτισμό μπορεί να παρουσιάζει υπο-ευαισθησία σε ένα αισθητηριακό σύστημα και υπερ-ευαισθησία σε ένα άλλο

Ποσοστά αισθητηριακών δυσκολιών σε μαθητές



(Baranek, 2002)

Αίσθησεις και χαρακτηριστικά αισθητηριακών τύπων

Όραση

Υπερευαίσθητος τύπος:

- καλύπτει τα μάτια σε έντονο φωτισμό
- αναστατώνεται όταν βλέπει εικόνες με έντονο φωτισμό
 - προτιμά να κάθεται στο σκοτάδι
 - δεν κάνει βλεμματική επαφή

Υποευαίσθητος τύπος:

- δεν αντιδρά σε φωτεινά ερεθίσματα
 - έντονο κοίταγμα αντικειμένων
- προσηλώνει το βλέμμα σε έντονο φως

Αίσθησεις και χαρακτηριστικά αισθητηριακών τύπων

Ακοή

Υπερευαίσθητος τύπος:

- καλύπτει τα αυτιά με τον παραμικρό θόρυβο
- αντιδρά σε ήχους που άλλοι δεν δίνουν σημασία

Υποευαίσθητος τύπος:

- μιλά/ τραγουδά δυνατά
- παιχνίδι με παιχνίδια που κάνουν δυνατό θόρυβο
 - ένταση ήχου τηλεόρασης υψηλή

Αίσθησεις και χαρακτηριστικά αισθητηριακών τύπων

Όσφρηση

Υπερευαίσθητος τύπος:

- κλείνει τη μύτη σε συνηθισμένες μυρωδιές
- του αρέσει να μυρίζει άλλους ανθρώπους ή τον αέρα

Υποευαίσθητος τύπος:

- αγνοεί δυσάρεστες μυρωδιές
- δεν αντιδρά σε έντονες μυρωδιές

Αίσθησεις και χαρακτηριστικά αισθητηριακών τύπων

Αφή/Άγγιγμα

Υπερευαίσθητος τύπος:

- αναστάτωση με το άγγιγμα
- εκνευρισμός από διάφορες υφές ρούχων
- δυσκολία να παραμείνει κοντά σε άλλα άτομα
- δεν του αρέσει να βρωμίζεται

Υποευαίσθητος τύπος:

- μειωμένη αίσθηση θερμοκρασίας
- πέφτει πάνω σε ανθρώπους
- μειωμένη αίσθηση του πόνου

Αίσθησεις και χαρακτηριστικά αισθητηριακών τύπων

Γεύση

Υπερευαίσθητος τύπος:

- τρώει φαγητά συγκεκριμένα προκαθορισμένης υφής
 - πνίγεται όταν τρώει
- ευαισθησία στη θερμοκρασία του φαγητού

Υποευαίσθητος τύπος:

- προτιμά καυτερά / πικάντικα φαγητά
 - προσθέτει πολύ αλάτι ή πιπέρι
- βάζει στο στόμα του αντικείμενα που δεν τρώγονται

Αίσθησεις και χαρακτηριστικά αισθητηριακών τύπων

Κίνηση

Υπερευαίσθητος τύπος:

- αποφεύγει να κινείται, να χορεύει, να σκαρφαλώνει
- φαίνεται να μην έχει ισορροπία

Υποευαίσθητος τύπος:

- στριφογυρνά ασταμάτητα, χωρίς να ανακατεύεται
- σε διαρκή κίνηση με ταχύτητα

Αισθητηριακή δίαιτα

Οποιαδήποτε αισθητηριακή πρόσληψη ή αποφυγή ερεθισμάτων του ατόμου, προκειμένου να συνεχίσει την ημέρα του στο υψηλότερο επίπεδο του δυναμικού του θέτοντας σε ισορροπία το νευρικό του σύστημα.

Εργοθεραπευτής, ψυχολόγος ή εκπαιδευτικός με εμπειρία στην αισθητηριακή επεξεργασία (δάσκαλοι- γονείς- εκπαιδευτές)

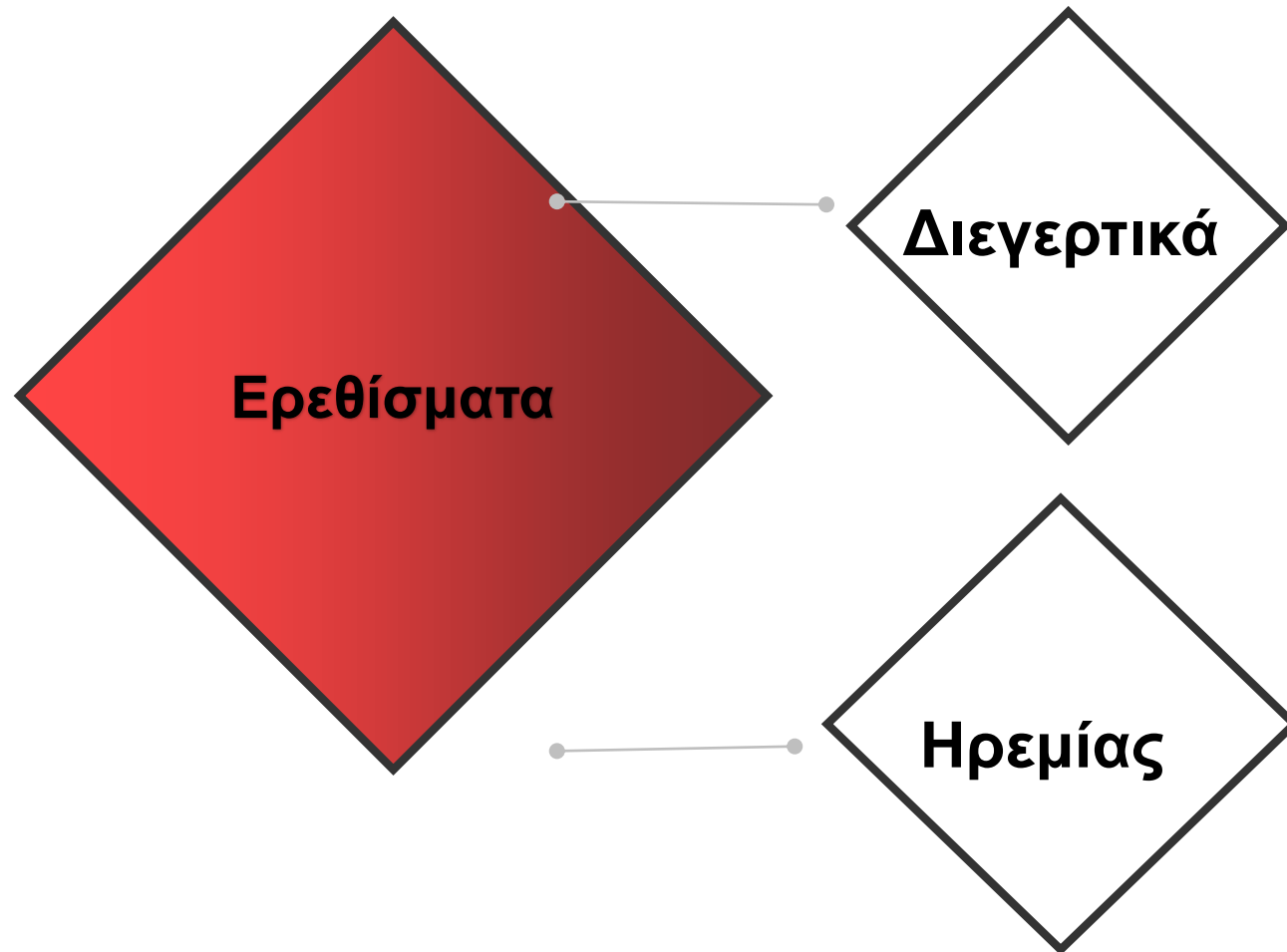
Τι είναι;

Τα παιδιά που δυσκολεύονται να ρυθμίσουν ή να επεξεργαστούν την εισροή αισθητηριακών ερεθισμάτων

Ποιος μπορεί να σχεδιάσει;

Ποιος ωφελείται;

Αισθητηριακή δίαιτα



Φωτεινά ερεθίσματα_Έντονοι υψηλοί ήχοι_απότομος δυνατός θόρυβος_Πικάντικες μυρωδιές_μυρωδιά καπνού_Στοματικούς ερεθισμούς με: δάγκωμα, μάσηση, τραγάνισμα, φύσημα_ξινές γεύσεις_απτικά ερεθίσματα με ακραία θερμοκρασία_γρήγορη_άρρυθμη κίνηση, αναπηδήσεις

Βαθιά πίεση- συμπίεση των αρθρώσεων_ζεστασιά (αγκαλιά και τρίψιμο πλάτης)_γωνιά χαλάρωσης_αργό ρυθμικό κούνημα_βαριά εργασία(να σπρώχνει βαριά αντικείμενα ή τον τοίχο)_Χαμηλή ένταση ήχων- απαλή ρυθμική μουσική_χαμηλός φωτισμός_γλυκές γεύσεις_κατάλληλος στοματικός ερεθισμός: ρούφηγμα (χυμοί, γάλα, φρουτόκρεμες).

Αισθητηριακή διαίτα- Χρησιμότητα

...να ηρεμήσει έναν υπερδιεγερμένο μαθητή ή να περιορίσει/οργανώσει έναν υποευαίθητο μαθητή

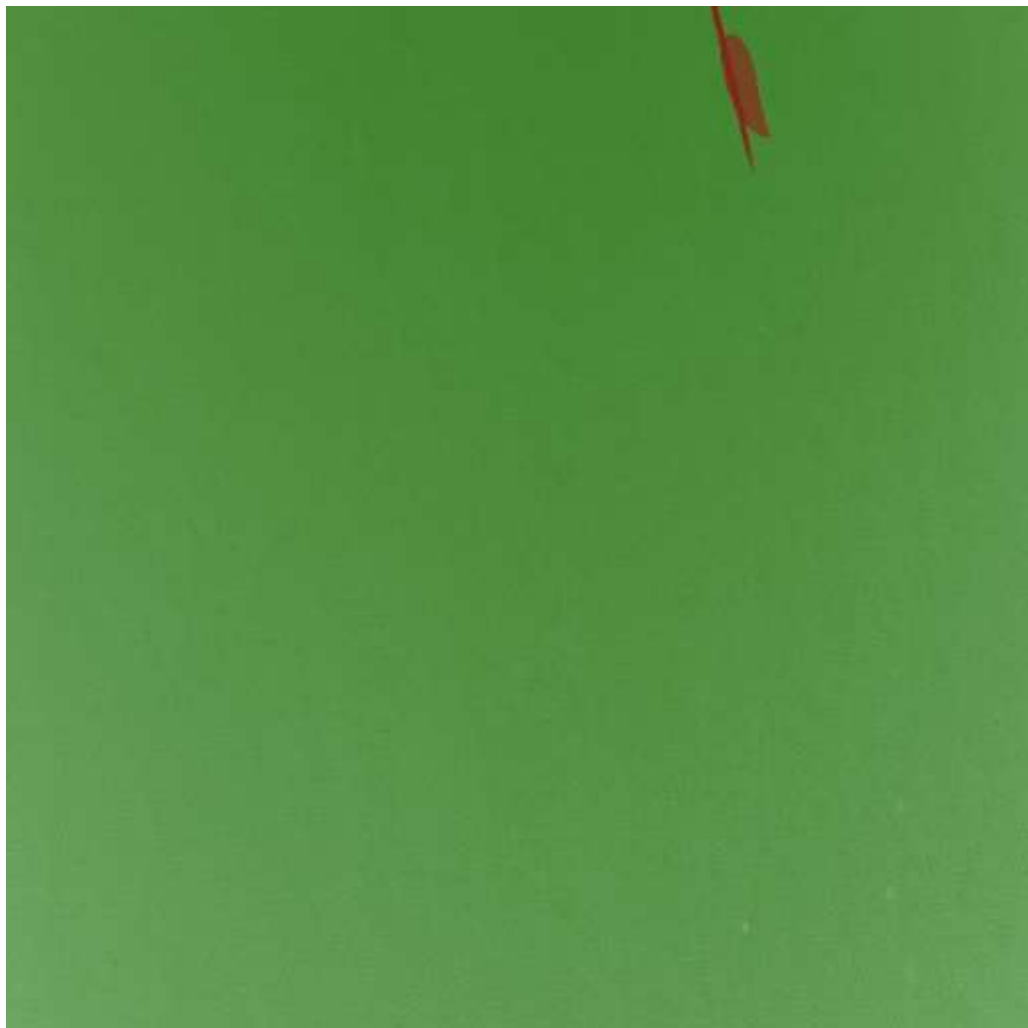
...να αυξήσει την παραγωγικότητα και την άνεση για το παιδί και να διδάξει σε ένα παιδί στρατηγικές αυτορρύθμισης

...να μειώσει τη σχετιζόμενη συμπεριφορά με αισθητηριακή αναζήτηση

... να βοηθήσει στην πρόληψη δυσάρεστων αντιδράσεων σε αισθητηριακά ερεθίσματα

=> Βασικός στόχος: να ενσωματωθούν τα εισερχόμενα ερεθίσματα στις ρουτίνες και στην καθημερινότητα του παιδιού

- Αξιολόγηση της αισθητηριακής επεξεργασίας: διαφαίνονται τα συστήματα στα οποία το παιδί εμφανίζει ευαισθησίες
 - Παρατήρηση, συνεντεύξεις με γονείς
- Σταθμισμένο εργαλείο της Sensory Profile Test (Dunn)
 - «Βλέπεις κίνηση... σκέψου αίσθηση»



**Σας ευχαριστούμε για
την προσοχή σας!**
