

Outi Mikkonen, toimintaterapeutti SI (sensorinen integraatio)

TOIMINNALLISUUS JA TOIMINNAN LAATU – ASIAA AISTISÄÄTELYSTÄ

Tarkkaamattomuus ja toiminnan hajanaisuus, käyttäytymisongelmat

- taustalta saattaa löytyä ali-, mutta useimmiten yliherkästi reagoivia normaalille, kevyelle kosketukselle, maku-, haju-, kuulo- näkö- ja liikeaistimuksille (aistimusten muokkauksen vaikeutta)

Huomioi:

- vauvana lapsi saattaa reagoida hoitoihin (syöttäminen, vaipan vaihto, vaatteiden vaihto, pukeminen jne.) ärtyisästi, itkien (ns. käsittelyärtyvyys)
- leikki-iässä vaikeudet korostuvat käyttäytymisessä: vaikea sietää ryhmätilanteita, ärsyyntyy tai vetäytyy jos joku tulee liian lähelle tai koskettaa
- hiusten pesu ja leikkaus, kynsien leikkaus, hampaiden pesu, kasvojen pesu, pukemiset, suihkutilanteet ovat vaikeita
- vaatteiden materiaaleissa tarkka, pesulaput ja sukkiat nukat/langat häiritsevät
- (liikeaistikokemukset) pelkää kaatumista tai putoamista hyvin paljon, vaikka todellista vaaraa ei olisi
- pelkää korkeita paikkoja, jopa vain hieman maanpintaa korkeammalla olevia tasoja
- jännittyy, kun jalat irtoavat maasta
- ylösalaisin tai kallellaan oleminen on erittäin epämiellyttävää, esim. hiusten pesu pesualtaassa
- tuntee olonsa epämukavaksi hississä ja liukuportaissa
- pelkää kiipeämistä tai portaita alas laskeutumista
- hoitamattomana voi aiheuttaa voimakkaita toiminnan ohjailun vaikeuksia → herkästi neuroottinen/psykkiset ongelmat, jos ongelma vaikea lapsena

Mikä auttaa:

Tuntoaistimuksille herkät lapset:

- raskaat, voimaa vaativat toiminnot rauhoittavat
- koskettaessa pyri käyttämään tukevia ja tasaisia otteita, vältä koskettamista päähän ja kasvoihin
- vähitellen liitä erilaisia tuntokokemuksia leikkiin, ruokailuun tai pesutilanteisiin sekä tarjoa niitä
- suosi vastusta vastaan tapahtuvia valmistelevia toimintoja, esim.

- sylissä pitäminen ja keinuttaminen
- lumen kolaaminen
- ostoskärryn työntäminen
- kottikärrikävely, karhunkäyntikonttaaminen, kieriminen, ryömiminen, hyppiminen
- lumi- ja vesileikit

KASVATUKSELLINEN NÄKÖKULMA:

- ryhmätilanteiden ennakointi
- välttä turhia taisteluja, elleivät turvallisuus- tai muut syyt sitä vaadi
- HUOM. Jos lapsi kertoo jonkin kosketuksen tai äänen satuttavan, usko häntä!

Maku- (ja tunto)aistimuksiin herkäät lapset:

- valmistele suun alue ennen ruokailua mm. painele ulko- ja sisäpuolelta sormella tai hammasharjalla, jossa on kieliharja
- kokeile erilaisia ruoan koostumuksia
- välttä ruokalajien sekoittamista keskenään
- syö vähän kerrallaan uutta ruokaa ja päälle tuttua ruokaa
- lisää pikkuhiljaa karkeutta lapsen lempiruokiin
- kokeile erimuotoisia ja -tuntuksia ruokailuvälineitä
- suosi voimakasta, työtä vaativia valmistelevia toimintoja esim.
- syvähengitys, puhaltaminen, imeminen
- pillillä mietojen makujen juominen
- kovan tai sitkeän maistelu, esim. porkkana, purukummi

KASVATUKSELLINEN NÄKÖKULMA:

- makumaailman laajentaminen leikkeihin
- ryhmätoimintojen hyödyntäminen
- ilmapiiri – miellyttävä ja positiivinen tilanne
- omien kokemusten muistelu
- aistikokemuksesta keskustelu

Hajuaistimuksille herkästi reagoivat lapset:

- pidä esim. voimakashajuiset tarvikkeet eri tilassa
- käytä hajustamattomia tai mielihajustettuja tuotteita
- käytä hajunsyöjiä, erilaisia laitteita tai sprayta

KASVATUKSELLINEN NÄKÖKULMA:

- ennakoi, tunnista ne tuoksut, mitkä ovat lapselle mieluisia ja liittyvät mieluisiin tilanteisiin
- ajan antaminen: totuttele erilaisiin hajuihin, tuoksuihin pikkuhiljaa – esim. tuoksupurkit rauhallisessa tilanteessa

Kuuloaistimuksille herkäät lapset:

- peitä huoneen kovia pintoja esim. matoilla tai kankailla
- poista mahdollisuuksien mukaan häiritsevät äänet
- rauhoittavien menetelmien käyttö meluisassa ympäristössä esim. purukumin pureskelu, stressilelu
- opettele käyttämään korvatulppia, kuulosuojaimia, nappikuulokkeita
- opettele tietämään, mitä eri äänet ovat

KASVATUKSELLINEN NÄKÖKULMA:

- ennakointi
- ryhmätoimintojen suunnittelu
- oma esimerkki, pyri säätelemään oman äänesi voimakkuutta
- rajoita lapsen oleskelua meluisassa ympäristössä

Näköaistimuksille herkät lapset:

- pehmeät, hillityt tai luonnolliset värit
- siisti ja rauhoita ympäristö esim. kankaalla avohyllyt, peili
- huonetta hämärtämällä voi rauhoittaa lasta
- säädä valoisuus sopivaksi esim. sälekaihtimin
- ulkona lapsi voi käyttää aurinkolaseja, lippalakkia
- käytä lukuikkunaa ja värikalvoja

KASVATUKSELLINEN NÄKÖKULMA:

- ennakointi, ympäristön järjestäminen
- lapsen huomion suuntaaminen pois turhista näköärsykkeistä

Liikeaistimuksille herkät lapset:

- säädä keinut tarpeeksi matalalle niin, että lapsen jalat yltävät kunnolla maahan
- aktiivinen tekeminen tehokkaampaa kuin passiivinen
- hyviä toimintoja:

- liikkuminen epätasaisessa maastossa, porraskävely
- kiikkutuolin, riippumaton kokeilu
- leikkipuistossa leikkiminen
- hyppiminen, pomppiminen (trampoliini, kengurupallo, ilmatäytteiset istuintyynyt)
- tasapainoilu
- uinti, pyöräily, tanssi, voimistelu

KASVATUKSELLINEN NÄKÖKULMA:

- rohkaise lasta kokeilemaan, älä pakota
- muista, että lapsen pelko korkeammalle noustessa tai vauhdikkaammassa keinumisessa on syytä ottaa tosissaan
- etene toiminnoissa tarpeeksi hitaasti haasteellisimpiin toimintoihin

lisätietoa:

Kranowitz, Carol Stock, 2003. Tahatonta tohellusta. Sensorisen integraation häiriö lapsen arkielämässä. PS-Kustannus.

Ayres, Jean A., 2008. Aistimusten aallokossa. Sensorisen integraation häiriö ja terapia. WS Bookwell Oy.

www.sity.fi