

Børn med sensoriske bearbejdningsforstyrrelser

Basen d. 11 februar 2021



Oplæg af Ingelis Arnsbjerg, ergoterapeut for børn og unge

Webinar for Basen med Ingelis Arnsbjerg ergoterapeut for børn og unge februar 2021

Program for "Børn med sensoriske bearbejdningsforstyrrelser".

Kl. 16.00-19.00 . (10 min.s pause indlægges Kl. 17 og 18).

- Individualitet i sansningsbehov og sensoriske tolerancetærskler.
- Sanseintegration og sensorisk bearbejdning. Definition af begreberne.
- Vores 8 sansesystemer.
- Sensoriske bearbejdnings forstyrrelser. Hvordan kan de vise sig i hverdagen?
- Hvordan møder vi bedst et barn med et nervesystem i alarmberedskab?
- Ydre regulerings betydning for udvikling af barnets evne til selvregulering.
- Hvad kan gøres i hverdagen for at kompensere for og afhjælpe barnets udfordringer med sanseintegration?

Hvilken rolle spiller sansebearbejdning i barnets udfordringer ?



Forståelse for barnets adfærd som reaktion på sansepåvirkninger, kan hjælpe os til at møde barnets behov så godt vi kan.



Sanseindtryk er hjernens næring og en forudsætning for al aktivitet



Vi har alle individuelle sensoriske behov og tolerance tærskler



Samme sanseindtryk forskellig oplevelse og forskellig respons



- Mmm....



- Ad.....

Individuelle sansemønstre

Videnskabelige studier af ergoterapeut Winnie Dunn har påvist at:

Vi mennesker fungerer individuelt, også når det gælder **sansmæssige behov** og **tolerancetærskler** for sansepåvirkning.

Hvordan vi registrerer og reagerer på sanse-påvirkninger, kan kategoriseres overordnet i 4 sansemønstre .

4 kategorier af sansemønstre/sensoriske profiler

Den sensorisk søgende og Tilskueren (Bystanderen)

Den sensorisk følsomme og den sensorisk følsomme fravælger



Den sensorisk søgende



Den sensorisk søgende

- Elsker sansepåvirkning- jo mere jo bedre !
- Søger intense oplevelser og er oftest i aktivitet.
- Er iderig og tager initiativ.
- Søger forandring, afveksling og nye oplevelser.
- Kan virke inspirerende, men også overvældende

Den sensorisk søgende kan have tendens til :

- At være distraherende
- At bryde rytmer og rutiner
- At være uforudsigelig
- At være afledelig
- At være uorganiseret

Tilskueren.



Tilskueren

- Har behov for mere intens stimulation for at registrere sansepåvirkningen tilstrækkeligt.
- Kan fokusere og koncentrere sig i aktivt miljø.
- Lader sig ikke nemt irritere eller distrahere
- Medgørlige og med afbalanceret temperament.
- Er fleksible ved ændring af planer

Tilskueren kan have tendens til:

- At gå glip af information.
- At have brug for at tage noter og checke information.
- Ikke at lægge mærke til, hvad omgivelserne regner med de ser.
- At miste og glemme ejendele.

Den sensorisk følsomme



Den sensorisk følsomme

- Bemærker alle nuancer og detaljer omkring sig.
- Har behov for at være social.
- Er bevidst om tendens til at kunne blive overstimuleret, men handler ikke altid hensigtsmæssigt i forhold til tolerancetærskler.
- Ofte kreativ, har æstetisk sans eller er kunstnerisk
- Følsom for stemninger og sindstilstande hos andre

Den sensorisk følsomme kan have tendens til:

- At blive sensorisk overvældet / overstimuleret.
- At være meget optaget af at opnå lige præcis det rette niveau af sansepåvirkning.

Eks. indretning af rum, tilpasning af smagsstyrke og nuancer.

- At være optaget af at tilrette og tilpasse miljø og opgaver
- At være meget detaljeorienteret.

Fravælgeren



Fravælgeren

- Stort behov for orden og rutine.
- Bryder sig ikke om uvant eller spontan aktivitet.
- Finder tid til at være alene.
- Kan ikke tolerere sensorisk stimulerende miljøer i længere tid af gangen, og undgår dem helst.

Fravælgeren har tendens til

- At være kontrollerende og insisterende.
- At foretrække hjemmet fremfor sociale sammenkomster eller restaurantbesøg.
- At blive utilpas og stresset ved uvant, længerevarende eller kraftig sansepåvirkning
- At undgå spontanitet.

Hvad er dine egne strategier for selvregulering?

- Hvordan gør du din omverden opmærksom på dine sensoriske behov og tolerancetærskler?
- Hvordan skaber du indre balance og genskaber den energi du har brugt ?







Sanseintegration og sensorisk bearbejdning

En neurologisk proces, som filtrerer, sorterer, organiserer og tolker sanseimpulser fra egen krop og fra omgivelserne, og gør det muligt at bruge kroppen effektivt og målrettet i samspil med omgivelserne.



Sanseintegration og sensorisk bearbejdning

- **Sanseintegration :**
- Sanseindtryk registreres, sorteres og distribueres i hjernen.
- **Sensorisk bearbejdning:**
- Sanseindtryk tolkes og kobles med erfaring, så handling kan planlægges.

8 Sensoriske systemer

Kroppens nære sanser :

- **Følesansen : (Taktile sans)**
- **Muskel-led sansen / stillingssansen (Proprioceptive sans)**
- **Ligevægtssans , labyrintsans (Vestibulære sans)**
- **Indre organers sans som registrerer indre organers aktivitet (Interoceptive sans)**

8 Sensoriske systemer

- **Høresansen (auditive sans)**
- **Synssansen (visuelle sans)**
- **Smagssansen (Gustatoriske sans)**
- **Lugtesansen (Olfactoriske sans)**

Det taktile system (Følesansen)



Følesansen.

(Den taktile sans).

Funktion:

- Opfattelse af art og intensitet af berøringsindtryk knyttet til let berøring, temperatur og smerte.
- Skelneevne ved brug af følesansen i samarbejde med muskel-ledsansen.

Taktile forstyrrelser kan vise sig som:

- **Symptomer på sensorisk følsomhed**
- Ubehag ved visse former for beklædning, særlige overfladekvaliteter og konsistenser.
- Ubehag ved berøring særligt uventet eller let og flygtig berøring.
- Ubehag ved hårvask, negleklipping, brug af hånd eller kropslotion.

- **Symptomer på svag sensorisk registrering**
- Vanskeligheder med taktil skelneevne uden synets hjælp .
- Mærker ikke at skoene /støvlerne sidder omvendt eller en sten i skoen.
- Mærker ikke temperaturpåvirkninger som de fleste.

Muskel-led sansen (Proprioception)



Muskel-led sansen.

Funktion:

- Fornemmelse for kroppsposition og bevægelsesmønstre.
- Fornemmelse for hensigtsmæssigt tilpasset kraft til en given motorisk handling.
- Fornemmelse for de enkelte kroppsdeles position i forhold til egen krop og omgivelser.

Stor betydning for kroppsforfølelse og -bevidsthed.



Et kærligt ment kram givet med for mange kræfter





Forstyrrelser i muskel-led sansning kan vise sig som:

Symptomer på sensorisk følsomhed

- Ubehag ved trykpåvirkning , ved at blive tæt omsluttet.
- Ubehag hvis tøjet sidder for stramt.

Symptomer på svag sensorisk registrering

- Kommer til at anvende for mange eller for få kræfter til en handling (give kram, håndtere genstande, lukke døre, skrive med blyant).
- Har svært ved at mærke kroppens omfang og position.
(kommer let til at støde ind i andre og i fysiske omgivelser, kommer let til at vælte eller tabe genstande).

Ligevægtssansen , labyrintsansen (Den Vestibulære sans)



Ligevægtssansen, labyrintsansen (Den Vestibulære sans)

Funktion:

- Balance mekanismer (statisk og dynamisk).
- Fornemmelse for bevægelsesretning og hastighed.
- Tolerance for bevægelsespåvirkning.
- Fornemmelse for højdeposition og tyngdekraftens påvirkning.

Vestibulære forstyrrelser kan vise sig som:

Symptomer på sensorisk følsomhed:

- Usikker balance
- Ubehag ved visse former for bevægelsespåvirkning,- særlig rotation/snurren.
- Usikkerhed eller angst ved tab af jordforbindelse.
- Usikkerhed eller angst ved at komme i højde.

Symptomer på svag sensorisk registrering:

- Usikker balance.
- Motorisk uro, højt fysisk aktivitetsniveau.
- Opsøgen af intens bevægelses stimulation,- ofte rotation.

Sensorisk baseret motorisk forstyrrelse.

- **Motorisk planlægnings forstyrrelse**

(Dyspraksi - DCD)

- Uvandede motoriske handlinger er svære at planlægge såvel som at udføre.
- Bevægelsesmønstre virker ukoordinerede og barnet har tendens til at komme til skade og kommer til at ødelægge genstande ved uheld.
- Barnet foretrækker ofte tilbagetrukne stille aktiviteter og prøver ofte at tale sig ud af situationer, som er praktisk svære eller de fokuserer på fantasiverdener.

Forstyrrelser i sensorisk bearbejdning

- **Sensorisk følsomhed/sensitivitet .**

Høj grad af sensorisk følsomhed resulterende i kraftig reaktion på sansepåvirkning.

- **Lav sensorisk registrering .**

Svag registrering af sanseinputs resulterende i manglende eller forsinket reaktion på sansepåvirkning.

Forstyrrelser i sanseintegration og sensorisk bearbejdning kan eksempelvis føre til:

- Opmærksomheds,- og koncentrations vanskeligheder.
- Læringsvanskeligheder.
- Grov- og finmotoriske vanskeligheder af forskellig karakter.
- Emotionelle og sociale udfordringer.

Nervesystemets forsvars mekanismer



Hvordan møder vi bedst et barn med urolige nervesystemer i alarmberedskab ?

- **Vrede og frustration smitter.**
- **Roligt kropssprog, blødt blik, rolig, afdæmpet og varm stemmeføring smitter også.**
- **Roligt dybt åndedræt**
- **Ikke truende ansigtsudtryk**
- **Varm stemmeføring**
- **Måske hjælper et sikkert ”hellested”, et afgrænset rum, en tyngdedyne ?**

Strategier for bedre vilkår for sanseintegration

Bevidst regulering af sansepåvirkning kan skabe bedre vilkår for børns sensoriske bearbejdning.

- Planlægning og struktur i hverdagen
 - Miljøets indretning og tilpasning
 - Hensigtsmæssig sansestimulation

Selvregulering.

Strategier overfor sensorisk påvirkning

- At forholde sig aktivt til sensoriske behov og tolerancetærskler.

Vil gerne blive hjemme fra familiefesten, skruer ned for musikken, husker sine solbriller.

- At forholde sig passivt til sensoriske behov og tolerancetærskler.
- Deltage uden pauser i familiefesten, lade musikstyrken være for høj, lade solbrillerne blive hjemme.

Stunder med ro, nærvær og afslapning.

- Yoga (Lille Yogahus – ”Det samlede barn” for børn med særlige behov)
- Mindfulness
- Beroligende musik (Eks. MusiCure, Mozart, musik med naturlyde)
- Fantasirejser for børn. Carsten Sommerskov Pedersen.
- ”Nærværs øvelser med børn” – musikterapeut Ulla Hyldgård.

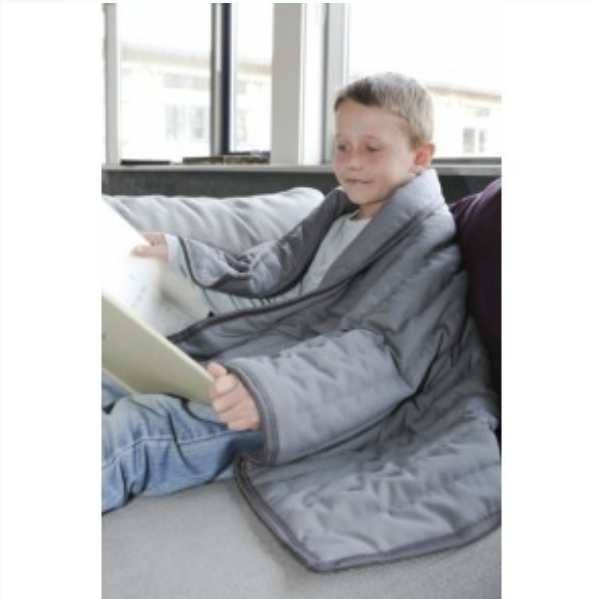
Det sensorisk følsomme barn



Taktil sensitivitet

- **Forbered barnet på fysik kontakt – lad barnet se at berøringen kommer og giv barnet følelse af kontrol.**
- **Fast, dyb, omsluttende, og varig berøring frem for uvarslet, let, flygtig berøring.**
- **Skab rum omkring barnet eks. afstand til andre børn ved bordet og i gardaroben.**
- **Sømløse strømper/undertøj (www.sanseliv.dk)**

Tyngdeprodukter



Elastisk Lycra



Dreampad – musikpude fra Integrated Listening Systems



Bløde bolde



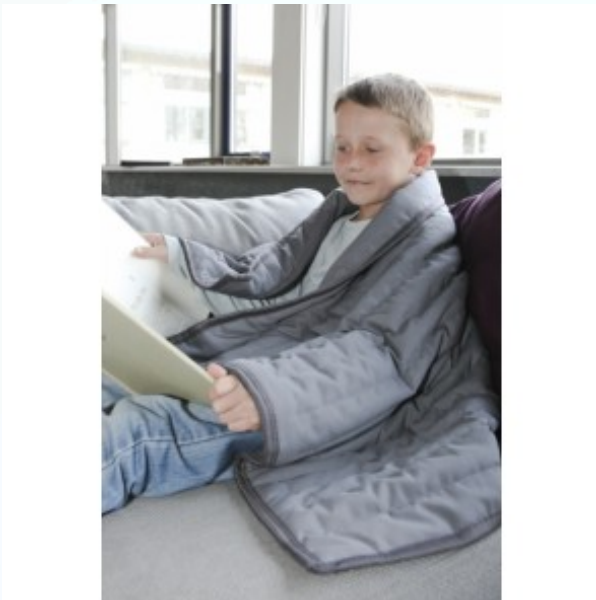
Taktile sensoriske redskaber



Det lavt registrerende /sensorisk underreagerende barn



Tyngdeprodukter



Elastisk Lycra



Sensoriske redskaber

kropsfornemmelse og bevidsthed:

- Siddeunderlag med sensorisk feed-back.
(Kuglepude, luftfyldt pude eller balancebold).



Sensory breaks



”Airwalker” lavet af elastisk lycra stof



Trampolinhop kan øge arousal og styrke kropsfornemmelse, balance, motorisk planlægning og fysisk udholdenhed



Taktile sensoriske redskaber



Eksempler på aktivitet og leg med kraftig kropslig sansepåvirkning

- Naturlegepladser og udeliv.
- Gynger i elastisk tovværk
- ”Stunt/ Crash på springmadrasser, luft,- og skumadrasser, og store puder giver påvirkning af muskler og led ved nedspring, asen og masen.

Eksempler på aktiviteter som giver sensoriske inputs til muskler og led og fremmer kropsfornemmelse

- Bære indkøbsvarer
- Stable og bære brænde
- Trække vådt tøj ud af vaskemaskinen
- Hjælpe med at skubbe og trække tilpas tunge genstande.
- Anerkend barnets hjælpende indsats og fortæl, hvor stor en hjælp det er for os voksne, når børn klarer nogle opgaver for os.

Eksempler på aktivitet med kraftig kropslig sansepåvirkning

"Fitness øvelser" med elastiske gummibånd "Theraband", giver med deres modstand en god sensorisk feed-back, som kan styrke kropsfornemmelse og regulering af kraftanvendelse.

Det sensorisk opsøgende barn



Trampolinhop kan øge arousal og styrke kropsfornemmelse, balance, motorisk planlægning og fysisk udholdenhed



Yogibo sækkestolen

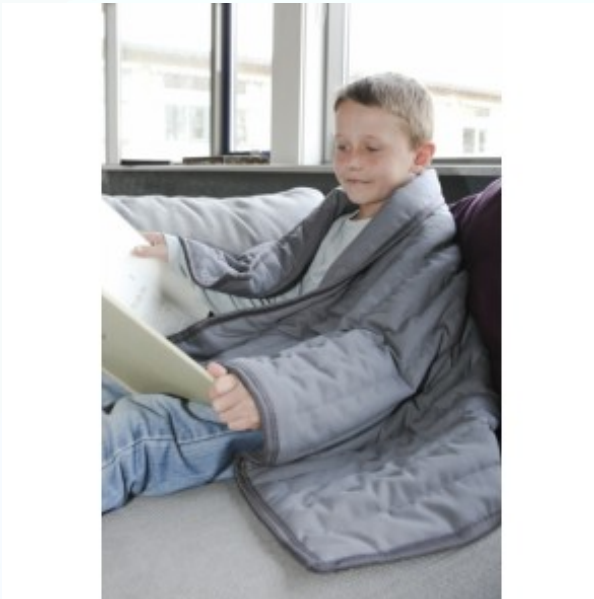


Brainbreaks :

- Fælles kropslige aktiviteter som fremmer regulering, opmærksomhed og fokus for hele klassen.
- Individuelle sensoriske strategier til barnet med særlige behov.



Tyngdeprodukter





Det store åbne rums muligheder



Ved tegn på sanseintegrations forstyrrelser:

- Undersøgelse af sensorisk bearbejdning ved kvalificeret ergoterapeut med specialviden om sanseintegration/sensorisk bearbejdning:
- **Sensory Processing Measure (SPM for skolebørn og SPM-P for før-skole børn)**
- **Sensorisk Profil**
- **Observationer af barnet i hverdagssituationer hjemme og i skolen**



SENSORY PROFILE 2

Winnie Dunn, PhD, OTR, FAOTA

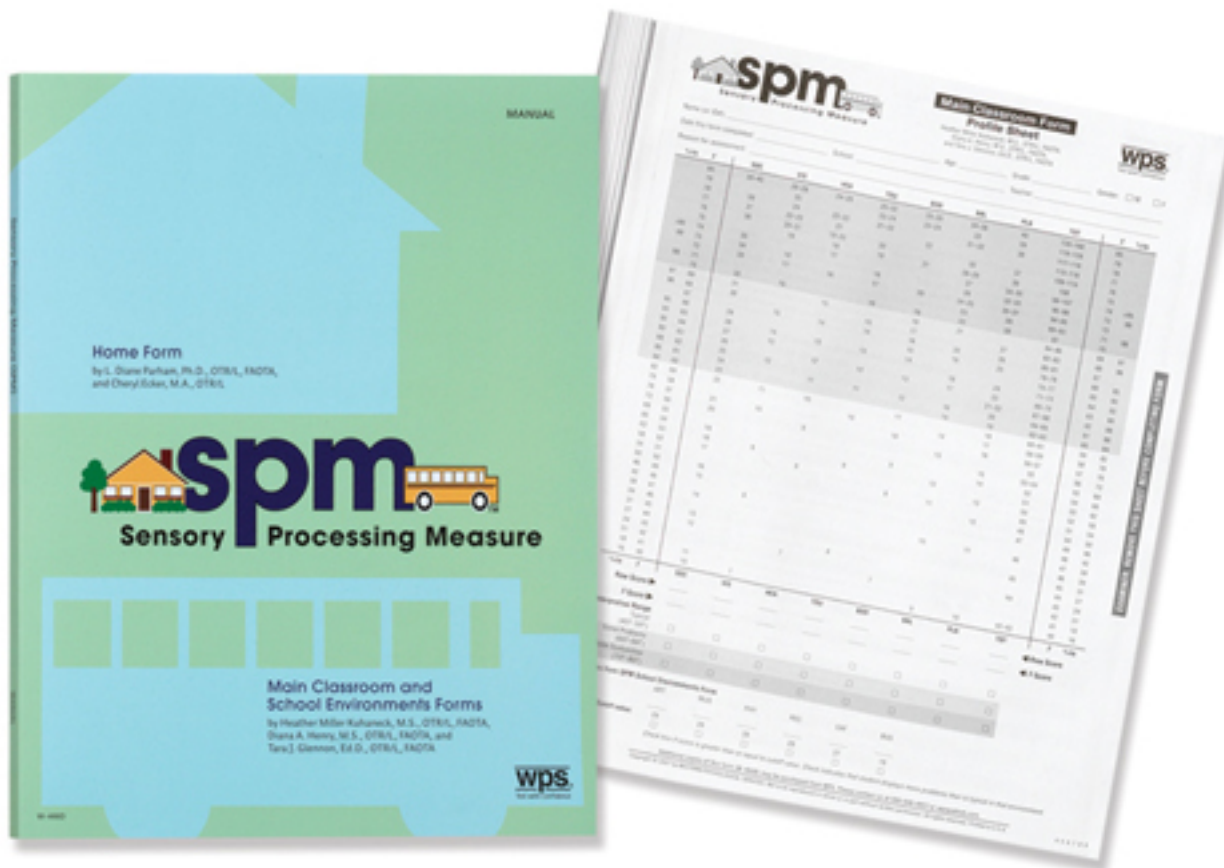


STRENGTHS-BASED APPROACH TO ASSESSMENT AND PLANNING



Sensory Processing Measure

En vurdering af sensorisk bearbejdning hos skolebørn



Snoezelhuset



Snoezel huse i Danmark.

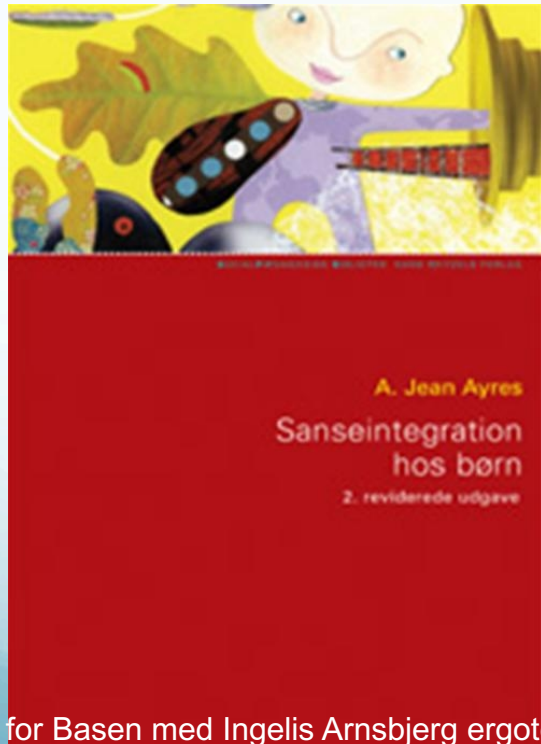
- **Multisensoriske miljøer åbne for brugere med udviklingsvanskeligheder og deres ledsagere, som har deltaget på introduktionskursus .**
- **Snoezelhuset Helsingør www.snoezel-helsingor.dk**
Snoezelhuset Skanderborg www.solund.dk
Snoezelhuset Gentofte www.snoezelhus.dk
Snoezelhuset Maribo www.snoezelhuset.dk
Snoezelnetværk Danmark www.snoezelnet.dk

”Lev sanseligt” af Winnie Dunn - Dansk Psykologisk Forlag



Litteratur om sanseintegration:

- "Sanseintegration hos børn" af Jean Ayres . 2. rev. udgave - Hans Reitzels forlag.
- "Sansemotorik og samspil" af Connie Nissen - Dansk Psykologisk Forlag



Litteraturliste :

- **Litteraturliste :**
- Ayres, Jean : sanseintegration hos børn 2. udgave
- Nissen, Connie : " Sansemotorik og samspil"
- Miller, Lucy : Sensational Kids
- Alen, Sue: Skal jeg fortælle dig om sanseforstyrrelser ?"
- Chissic, Michael "Eviglads eventyrlige afspænding"
- Hyldgaard, Ulla "Nærværsøvelser med børn
- Bjerregaard Charlotte og Thomasen,Pernille : "Du skal huske at fodre din søhest". En håndbog til stress ramte børn og deres forældre.
- Klinge, Louise, " Lærerens relationskompetance

Links

- **Inspiration til Brainbreaks :**
- <http://trivselogbevægelse.dk/index.php/brain-breaks/>
- <https://www.pinterest.com/parko/brain-break-activities/>
- <https://prio-health.com/memoves/>
- **Yoga:**
- **“www.getreadytolearn.net (Yogaprogram til skolebrug)**

Sans og Samling V / ergoterapeut Ingelis Arnsbjerg,

Nødebovej 50, 3480 Fredensborg.

Tlf. 27128821. Mail: sansogsamling@mail.dk

www.ingelisarnsbjerg.dk

