

Консультація для батьків та педагогів

СЕНСОРНИЙ ПОШУК це не сенсорна чутливість.

Якщо ваша дитина постійно це робить... стрибає, лазить, штовхається і жує рукава? Це не завжди гіперактивність. І точно **не** «погана поведінка». Можливо, у неї — сенсорний пошук... Це природна потреба тіла отримувати сильні відчуття: тиск, рух, баланс. Так дитина заспокоюється, відчуває себе, регулює емоції.

ЯК ПРОЯВЛЯЄТЬСЯ СЕНСОРНИЙ ПОШУК?

1. Штовхається, б'ється або навалюється на дорослих.
2. Постійно кудись лазить, піднімається, тримає рівновагу.
3. Стрибає з ліжка, дивана, іншої висоти.
4. Годинами катається на гойдалці або грається з піском, водою.
5. Довго крутиться або колихається.
6. Жує одяг, ковдру, пальці або іграшки.

Це не погана поведінка і не діагноз. Це — особливість роботи мозку. Так дитина шукає сильні відчуття, щоб заспокоїтися.

Ми маємо 8 сенсорних систем.

Ви знаєте 5 з них:

- слух;
- зір;
- запах;
- смак;
- дотик.

Але саме ці 3 найчастіше «дають збій»:

- вестибулярна (рівновага і рух);
- пропріоцептивна (положення тіла, м'язи);
- інтероцептивна (голод, втома, температура).

Як допомогти дитині:

- більшу руху: біг, стрибки, лазіння;
- «важка робота» для тіла: носити пакети, прання, переставляння меблів;
- активні ігри на майданчику: гірки, гойдалки, турніки;
- хрумкі перекуси або спеціальні жувальні іграшки;
- сенсорні елементи вдома: балансири, гамак, батут.

Коли ми допомагаємо дитині спрямувати сенсорний пошук: вона стає спокійнішою, краще концентрується, покращується настрій, сон, поведінка.

СЕНСОРНИЙ ПОШУК

Я можу стрибати на батуті та крутитися навколо себе цілий день

Я терпіти не можу носити взуття

Я люблю розчісувати волосся або грати з ним

Мені подобається нюхати різні речі

Я люблю гратися зі світлом, вмикати його та вимикати

Мені подобається робити багато шуму – гучніше ще краще!

Я не помічаю, що мій одяг неохайно вдягнений або розстібнутий



Я жую все, що попадається мені на очі) Я люблю хрумку їжу

Я люблю, коли мене лоскочуть та люблю масаж

Полоскочи мене, повали мене на підлогу та покатайся разом зі мною! Я обожнюю міцні обійми

Я люблю ризикувати, стрибати з висоти або падати на підлогу чи на іншу поверхню

СЕНСОРНА ЧУТЛИВІСТЬ

Я боюсь стрибати на батутах, лазалки на мотузках та підніматися високо вгору на гойдалках

Я не люблю, коли розчісують моє волосся

Я гостро реагую на запахи

Я не люблю, коли мене лоскочуть

Будь ласка, не торкайтесь мене ...

Я вимушена зрізати всі бірки на одязі, інакше я не можу носити певні текстири



Я ненавиджу деяку їжу та текстуру! Так я дуже селективна!

Я закриваю очі від яскравого світла та від мерехтіння

Я закриваю вуха від гучних звуків

Я ненавиджу ходити без взуття

Я дуже обережно роблю кожний крок