

感统训练培训手册（适合 3-13 岁儿童）

一、基本内容

1、什么是感觉统合？

感觉统合术语是由 ShrttinhyotC.S(1960)LashleyK.S（1960）提出的，并广泛地应用于行为和脑神经科学的探讨。AyresA.J 依据对脑功能探讨，1972 年首先系统地提出了感觉统合理论（Sensory Integration Theory）。她认为感觉统合是指将人体器官各部分感觉信息输入组合起来，经大脑统合作用，完成对身体内外知觉做出反应。只有经过感觉统合，神经系统的不同部分才能协调整体工作，使个体及环境顺当接触。

一般人的概念感觉是指视觉、听觉、味觉及嗅觉，但事实上人类生存须要的是基本而且最重要的感觉却是触觉、前庭觉及运动觉。触觉是指分布于全身皮肤上的神经细胞接受来自外界的温度、湿度、难受、压力及振动的感觉。前庭平衡觉是利用内耳的三对半规管及耳石（碳酸钙结晶体）来探测地心引力并限制头部在活动中的方位，及保持身体的平衡。运动觉（又称深感觉）是来自于我们身体内部的肌肉、关节的感觉，它是了解肢体的位置及运动的感觉。人类的各种感觉学习贯穿了人的一生，简洁地讲，这是一种大脑和身体相互协调的学习过程没有感觉统合，大脑和身体都不能发展。感觉统合学习的最关键期是 7 岁以前，因为在这期间，人类的大脑发展特殊快。

2、什么是感觉统合失调？

有很多家长和老师对孩子的注意力不集中、学习成果差、做作业拖拉、多动、惊慌、胆小、退缩、爱哭、不合群、吃饭挑食或暴饮暴食等性格障碍而头疼。过去，有的人将这些问题诊断为多动症，给孩子吃药、打针等，但效果甚微，还可能造成某些后遗症；还有的家长认为孩子是有意不听话，对孩子又打又骂，造成了孩子的身心创伤。1970 年，美国的心理学家爱瑞斯首先发觉了在 3~13 岁儿童中，有 10%~30% 的儿童出现上述症候群，并不是教化问题，而是儿童大脑功能发育不协调，须要进行心理训练来加以矫正。经过科学家的大量临床心理探讨发觉，相当数量的儿童出现的上述问题是由于大脑对身体感觉统合的障碍，在医学和心理学上称为感觉统合失调或学习实力障碍。因为人体各部分器官都是通过及外界接触，向大脑传递感觉信息，这些信息经过大脑的有效组合，指挥人完成各项活动。当这一系统由于发育或其它缘由不能正常运转时，就会出现上述行为问题。

3、儿童感觉统合训练适合 3-13 岁的孩子

儿童感觉统合训练首先由心理专家测查和诊断孩子的感觉统合失调程度和智力发展水平，然后制定训练课程，通过一些特殊研制的器具，以嬉戏的形式让孩子参加，一般经过 1-3 个月的训练，就可以取得明显的效果，孩子的学习成果、逻辑推理实力、记忆实力、运动协调实力、人际关系、饮食和睡眠、心情等方面都会有令人满足的提高和改善，其中，儿童的智力水平也可以得到不同程度的提高。美国、欧洲各国、日本、台湾等发达国家和地区从 70 年头兴起儿童感觉统合训练，现已发展成每个小学校都设有感觉统合训练室，取得了很好的效果。近几年，国内也已引进、开发了这一训练理论和技术，在临床实践中也取得了明显的疗效。临床实践表明，参与训练的儿童都有不同程度的改善，其中 85% 的受训儿童收到了显著的效果。结合药物治疗的话显效率可以达到 95% 以上。儿童感觉统合训练适用解决 3-13 岁有学习困难或行为问题的儿童。

4、儿童感觉统合项目越多越好吗？

儿童感觉统合训练一个周期是 20 次，一次约 1 小时左右，训练内容包括感觉统合训练和特殊脑力训练两部分。心理医生依据每个孩子的失调程度支配不同的训练课程和时间。训练 20 次后免费测验，鉴定效果。训练时间是孩子下课后和节假日，一星期不少于 2 次，重度失调的儿童训练次数应更多一些。

5、为什么说“儿童感觉统合是嬉戏治疗？”

儿童感觉统合训练首先由心理专家测查和诊断孩子的感觉统合失调程度和智力发展水平，然后制定训练课程，通过一些特殊研制的器具，以嬉戏的形式让孩子参与，一般经过 1~3 个月的训练，就可以取得明显的效果，孩子的学习成果、逻辑推理实力、理解实力、记忆实力、动作协调实力、人际关系、饮食和睡眠、心情等方面均有令人满足的提高和改善，其中，儿童的智力水平也可以得到不同程度的提高。美国、日本、台湾等地从 70 年头兴起儿童感觉统合训练，现已发展成每个学校都设有感觉统合训练室，取得了良好的效果。目前，国内已探讨开发了这一训练理论的技术，在中国儿童中也取得了明显的疗效。临床实践表明，参与训练的儿童都有不同程度的改善，其中 85% 的受训儿童收到了显著的效果。

二、感觉统合失调

1、感觉统合失调表现

A、前庭平衡功能失常：表现为好动担忧，留意力不集中，上课不专心，爱做小动作。他们比一般孩子更简洁给家长添麻烦，挑三拣四，很难及其他人同乐，也很难及别人共享玩具和食物，不能考虑别人的须要。有些孩子还可能消失语言发展迟缓，说话晚，语言表达困难等。

B、视觉感不良：表现是尽管能长时间地看动画片，玩电动玩具，却无法流畅地阅读，常常多字少字；写字时偏旁部首颠倒，甚至不相识字，学了就忘，不会做计算，常抄错题等。

C、听觉感不良：表现为别人的话听而不见，丢三落四，常常遗忘老师说的话和留的作业等。

D、动作协调不良：表现为平衡实力差，简洁摔倒，不能像其他孩子那样会滚翻、系鞋带、骑车、跳绳和拍球等。

E、本体感失调：表现为缺乏自信，消极退缩，语言表达实力差，手脚笨拙等。

F、触觉过分敏感：表现为惊慌、孤僻、不合群、爱惹别人、偏食或暴饮暴食、脾气急躁、胆怯 生疏的环境、吃手、咬指甲、爱哭、爱玩弄生殖器等。这些问题无疑会造成儿童学习和交往的障碍，因为这样的儿童尽管有正常或超常的智商，但由于大脑无法正常有效地工作，因而干脆影响了儿童学习和运动的完成。

2、儿童感觉统合失调的缘由

造成儿童感觉统合失调的缘由很困难，主要及孕育过程中的问题和诞生后的抚育方式有关。例如：先兆流产、怀孕时用药或心情处于应激状态、早产、剖腹产，诞生后家长摇抱少，尤其是没让孩子经过爬就会走路，孩子静坐多，活动少，过分限制孩子的活动范围等。这些问题在孩子幼年时或许不会表现出来，到了学龄期，就会在学习实力和性格表现出这样那样的障碍。及其他正常孩子相比，他们玩什么东西一学就会，也能留意力集中，可是，在学习实力、人际交往实力和心理素养方面，就显得特别吃力，让家长和老师特别操劳。据调查，一般人群中，约有 10%~30% 的儿童存在不同程度的感觉统合失调，家长和老师应及早发觉孩子的这些行为问题并刚好进行心理治疗训练，否则，会影响孩子的智力发育和学习实力发展，造成孩子学习基础差、心理发育迟

缓和人际关系问题，进而出现厌学、逃学、撒谎等行为问题。

人类大脑及其他动物最大的区分在于人类大脑发育存在幼态持续的现象，诞生时人类大脑只发育了 23%，剩下的 77% 在后天发育，这种浩大的可塑性为人类适应环境供应了特别广袤的天地，当然大脑的发育本身也须要外界的刺激源的引导，但当今中国家庭多为独生子女，不但伙伴少了，而且多数家长对他的掌上明珠存在过分爱护的问题，儿童应有的摸、爬、滚、打、蹦跳等行为，在发育的自然历程中被人为破坏。儿童该爬的时候没爬，日后可能出现协调性、平衡感差、该哭的时候不让哭，口腔肌肉缺乏熬炼，心肺功能弱，甚至语言表达差。独生子女出现感觉统合障碍的主要缘由是：缺乏运动、缺乏嬉戏、缺乏大自然的熏陶。

3、儿童感觉统合失调的症状

①前庭平衡功能失常：表现为多动担忧，走路易跌倒，原地打圈易眩晕，注意力不集中，上课不专心，爱做小动作，调皮任性，兴奋好动，简洁违反课堂纪律，简洁及人冲突，爱挑剔，很难及他人同乐，也很难及别人共享玩具和食物，不能考虑别人的须要。有些孩子还可能消失语言发展迟缓，说话词不达意，语言表达困难等。

②视觉感不良：表现是尽管能长时间地看动画片，玩电动玩具，却无法流畅地阅读，常常消失跳读或漏读或多字少字；写字时偏旁部首颠倒，甚至不相识字，学了就忘，不会做计算，常抄错题抄漏题等。

③听觉感不良：表现为对别人的话听而不见，丢三拉四，常常遗忘老师说的话和留的作业等。

④触觉过分敏感或过分迟钝：表现为胆怯 生疏的环境、吮手、咬指甲、爱哭、爱玩弄生殖器等、过分依恋父母、简洁产生分别焦虑，或过分惊慌、爱惹别人、偏食或暴饮暴食、脾气急躁。

⑤痛觉过分敏感或过分迟钝：冒险行为，自伤自残，不懂总结阅历教训。或者少动，孤僻，不合群，做事缩手缩脚、缺乏新奇心，缺少探究性行为。

⑥本体感失调：方向感差，简洁迷路，简洁丢失，不能玩捉迷藏，闭上眼睛简洁摔倒，站无站姿、坐无坐相，简洁驼背、近视，过分怕黑。

⑦动作协调不良：表现为动作协调实力差，走路简洁摔倒，不能像其孩子那样会滚翻、骑车、跳绳和拍球等。

⑧精细动作不良：不会系鞋带、扣纽扣、用筷子，手脚笨拙，手工实力差。

这些问题无疑会造成儿童学习和交往的障碍，尽管这样的儿童有正常或超常的智商，但由于大脑的协调性差影响注意力和记忆力、影响言语表达、影响人际交往，因而干脆影响了儿童学习、生活、运动，也影响人际关系，妨碍正常的成长发育。

4、儿童感觉统合失调的影响

语言的发展

人类的语言实力，包括发声、词汇认知、组句及语言逻辑、交谈、认字、阅读、书写等。这些实力和人类的皮肤触觉、前庭感觉和运动企划实力有亲密关系。

从初生的那一刹那，人类触觉的敏感度，便和大脑有亲密的关系。接着而来的各种触觉信息，更使大脑接受感觉信号的辨识实力更为细致，各种层次的信息都能在大脑有不同感觉。人类独特的感觉层次辨识，也影响了大脑皮质的运动区、视觉区、听觉区及其彼此间的协调统合，让人类能够运用说话来仿照发出听到的声音。不过词汇学习的过程比发声更困难。这几乎要靠视、听、嗅、味、触综合的感觉信息，渐渐统合成知觉的作用。人类的词汇大多从名词和动词起先

，所以视觉空间所产生的辨识东西的实力及身体运动对动词的认知，也发挥了其学习上的统合功用。在认字及阅读方面，双眼的统合实力特别重要。前庭及固有感觉不佳，也会影响语句组合及语言逻辑。

留意力的发展

爱尔丝博士指出：“在人对外物的关系中，以重力（地心引力）最基本，比母子关系更原始。前庭系统的感觉统合，带给我们‘重力平安保障’，把我们和地球紧紧连接起来……也是人类一切关系的基础。”前庭感觉不佳的孩子，常易受来自地心引力的干扰，难以维持内在平衡，大脑保持清晰的警觉状态的实力出现障碍。从而表现出多动、留意力不集中。前庭系统不健全，肌肉张力会不足，使人很简洁疲乏，孩子常常坐姿不正，留意力涣散。

触觉防卫过当的孩子，常常像惊弓之鸟，任何微小的刺激都会引起反应，忙于应付各种触觉刺激，而无法集中留意力。听知觉过滤实力差的孩子，无法适当过滤环境中不重要的听觉刺激，所以常被不重要的或不相干的听觉刺激所干扰，导致留意力分散。

5、儿童感觉统合失调的结果

这些有问题的孩子在幼年时或许不会表现出来，到学龄期，就会在学习实力和性格上表现出这样那样的障碍。及其他正常孩子相比，在学习实力方面可能显得特别笨拙、人际关系敏感或社交退缩、心理素养差，让家长和老师特别操劳。家长和老师应及早发觉孩子的这些行为问题并刚好进行心理治疗训练，否则，会影响孩子的智力发育和学习实力发展，造成孩子学习基础差、心理发育迟缓和人际关系障碍，进而出现厌学、逃学、撒谎等行为问题，甚至会出现品德障碍，长大了就会持续为人格障碍，变成犯罪的易感人群。

三、儿童感觉统合训练

1、儿童感觉统合训练的原则

- A、训练当中要让儿童感到欢乐而不是压力；
- B、训练中儿童是主角，要敬重儿童对感觉刺激的须要和选择；
- C、通过限制环境给儿童以适当的感受刺激，从而改善其感觉统合实力，使儿童能作出适应性反应，不要教孩子如何做；
- D、训练过程中，给孩子以主动的反馈，并及家长共享孩子胜利的喜悦。

2、儿童感觉统合训练包括的内容

感觉统合训练包括供应前庭、本体和触觉刺激的活动。训练中指导儿童参加各种活动，这些活动是对儿童实力的挑战，要求他们对感觉输入作出适应的反应，即胜利的有组织的反应。新设计的活动渐渐增加对儿童的要求，使他们有组织的反应和更成熟的反应。在指导活动目标的过程中，重点应放在自动的感觉过程上，而非指导儿童如何作反应。在一个学习活动中，涉及的感觉系统越多，学习的效果越好。

感觉统合训练过程几乎总是让儿童感到开心，对儿童来说，治疗就是玩，成人也可以这样认为。但训练同时也是一个重要的工作，因为训练中有老师或训练人员的指导，儿童不行能在没有指导的嬉戏中取得效果。设计一个嬉戏气氛不只是为了开心，而是让儿童更情愿参加，从而他们从训练中获得更多的收益，为儿童获得一个确定的成长阅历而设计这样一个训练。

3、 如何促进儿童感觉统合训练的发展

爱尔丝博士认为,7岁以前人脑像一部感觉处理机,对外界事物的感觉,主要来自感觉印象。孩子在这段时间内,常常动个不停,忙于找寻感觉刺激,很少用大脑去思索问题,所以这段时间是他们的感觉运动发期。孩子在此期间内,如能通过适当的活动,获得感觉运动的阅历,对日后读书写字等认知学习,保持心情稳定以及适应社会所需具备的感觉统合实力,将有极大的帮助。孩子在八岁以前,神经的可塑性最高,家长如能把握时机,在此期间发掘孩子脑功能的优势及薄弱所在,可及早诱导其发挥特长,改进短处。以下是给父母的一些建议。

一) 触觉方面

1、多爱抚孩子:心情稳定及人际关系的建立,均有赖安定的触觉系统,而爱抚是促进触觉系统,形成安定的有效方法

2、供应干净、自由的嬉戏空间:让孩子能在地上自由爬行及接触四周物品,别老把婴儿放在学步车或婴儿车内,使其丢失爬行及用手触摸环境的机会。

3、对触觉防卫过当的孩子,父母可以在他们洗脸、洗澡或睡觉前,以手或松软的手巾,轻地触压或按摩孩子的手、脚或背部。

4、对触觉迟钝的孩子,父母一方面可用软毛刷子刷孩子的手心、手臂及腿部,以唤醒其触觉;另一方面,可以给孩子玩触摸玩具,让他在玩耍中不知不觉地增进触觉识别实力。处理时要谨慎。一般这种孩子通常有吸吮奶嘴、手指或手帕的习惯。父母不要采纳高压或恐吓的方式来订正这些习惯,而应当先适度地满足孩子对触觉的须要,加强亲子间的关系,使孩子有平安感,在此前提下,才要求他们渐渐改掉这些习惯。

二) 前庭平衡方面

1、擅长用摇篮。

2、多供应骑马马、坐电动玩具、滑滑梯、荡秋千、跳弹簧垫等活动。假如孩子前庭抑制功能不良,易出现头晕等反应时,家长仍应让他们从事上述活动。只是要适度加强爱护,并赐予心理上的支持

三) 肌肉关节动觉方面

要重视孩子运动,孩子玩弄或咬自己的手、脚、摔东西、敲打玩具、搬弄桌椅或爬上爬下,都是在从事有益的活动。因此,父母千万不要为了避开事后整理麻烦,或怕孩子遭到任何一点小碰伤,就全面禁止孩子活动,而应以主动的看法,使孩子得到适当的活动。

四) 精细动作方面

1、在婴幼儿期间要供应孩子丰富的触觉刺激。

2、给孩子适度独立的机会。

3、上小学前家长应让孩子有很多涂鸦、剪贴、捏塑泥巴、扣钮扣、握笔、做简洁家事的会

五) 视觉方面

1、丰富婴儿期的视觉刺激。

2、供应有益的视知觉玩具:如积木分类、卡片配对、走迷宫、玩拼图等。

六) 听知觉方面

1、对听知觉辨别实力差的孩子,可多训练孩子闭目倾听环境中的声音,或让他们带上耳机听故事录音带,以提高他们对声音的敏感度

2、对听知觉过滤实力差的孩子,消极的作法是,在孩子学习的场所,限制不必要的噪音。主动的作法是,在背景音乐的环境中训练他们留意倾听,并辨别主题声音。

3、对听觉记忆实力不佳的孩子,可带孩子多做“听吩咐做动作”“听指示画图”、“复诵数列”或“朗诵文章”的嬉戏,让他们学习将所听到的话,有组织地储存在脑中,然后再将这些知觉印象,

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/548134134044006056>