



# 感覺統合知多少

**感覺統合是一種與生俱來的能力，嬰幼兒透過不斷接觸及探索自己的身體及外界環境，讓中樞神經系統得到恰當的刺激及養份，感覺統合便日趨成熟。**

感覺統合是指透過感覺接收從自己身體及周遭環境而來的感覺訊息，經過中樞神經系統把這些感覺訊息進行分析、組織及整理，然後指示身體作出適當的回應，應付日常生活及學習的需要及挑戰。

但有一部份嬰幼兒基於種種因素如先天性遺傳、早產或缺乏感官刺激，導致不同程度的感覺統合障礙，影響他們的專注、身體協調及學習能力。感覺統合障礙大致可分為3種：

## ① 感覺調節障礙

### 過度敏感型

對一般的感覺刺激有過大的反應，例如：身體皮膚被接觸時會感到痛楚或不安；對風筒、吸塵機等機械所發出的聲音感到煩擾甚至恐懼；抗拒頭部位置改變的活動如盪鞦韆、攀爬或打動斗；容易焦慮、性格固執及情緒起伏頗大，社交會出現困難。

### 低敏型

對於感覺刺激反應較低，一般的

感覺刺激較難使他們注意或「察覺」到。例如：對痛的感覺較低，未能察覺身體受傷；動作緩慢；這類兒童會較被動及欠缺反應，一般被視為懶惰及欠缺動機。

### 尋求刺激型

需要大量感覺刺激，好動，有無窮的精力。例如：到處衝撞、跑跳、不斷顛動身體，甚至不顧危險；不停地觸摸自己的身體或物件；這類兒童一般專注力較弱，影響學習及日常生活。

## ② 感覺辨別障礙

這類兒童對分辨感覺訊息的強弱有困難，影響其大小肌肉及語言的發展。例如：用過份大或小的力量抓握物件；經常性推倒物件；平衡力弱。

## ③ 動作協調障礙

這類兒童對計劃、組織及執行新的動作出現困難，導致未能有效率地協調身體。例如：對涉及多個步驟的

活動有困難；偏愛特定的程序，書寫有困難，逃避參與運動。

## 活動建議

### 過度敏感型

深層按壓活動如關節按壓，用大毛巾卷着身體，用力擁抱或擠壓；雙手用力推壓物件，如牆壁，重物；作緩慢而有規律的擺動，如左右搖動。

### 低敏型

跳彈床；坐在治療球上下跳動；跑步，追逐遊戲；節奏明快，不規則的音樂。

### 尋求刺激型

攀爬梯架；咀嚼橡皮糖；搬/推/拉動/提舉重物如幫助搬運教材、書包等。

## 中心活動推介 幼兒潛能親子Playgroup

目標	提升社交與認知能力。
對象	1歲半至3歲
時間	逢星期一上午
查詢	電話：2899 2993
網址	<a href="http://step-hk.com">step-hk.com</a>