

# 專題

## 感覺統合

孩子看似挺可愛的，說東說西，跑來跑去……不過，似乎又有點不對勁，對環境刺激的反應跟一般孩子有點不同，學習時不能集中精神，動作又有點笨拙，看看他的書包…哎呀！更是亂七八糟。究竟哪裡出現了問題？我們身體上某些疾病的徵兆是較容易被察覺，但某些影響著孩子學習或行為的背後因素則較難被發現，其中一項便是感覺統合障礙。

### 感覺統合是什麼？

感覺統合(Sensory Integration)的理論源於美國加州大學，在六十年代由職業治療師艾爾斯博士(Dr. A. J. Ayres)首先提倡。「感覺統合」是指腦神經系統將不同的感覺刺激信息整理並組織成為有用的資料，繼而引發適應性的反應(adaptive responses)。孩子在成長過程中，不斷地接觸各種感覺刺激；建立良好的感覺通道，有助提高孩子對自己身體的意識、身體協調、學習能力和建立自信心。反之，若處理感覺信息的功能出現障礙，孩子的學習及行為表現便會受到影響。

### 感覺小寶庫

感覺刺激可分為七大類別：觸覺、前庭平衡覺、本體感覺、視覺、聽覺、味覺和嗅覺。當中我們不常留意的觸覺、前庭平衡覺和本體感覺，卻原來對兒童的發展扮演著重要的角色。

## 「觸覺」



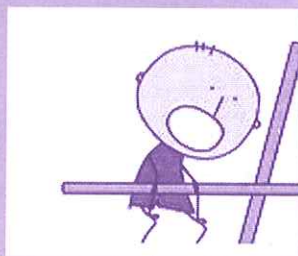
是藉著全身皮膚上的神經細胞，來接收外界的溫度、壓力、痛覺及質感等刺激。

## 「前庭平衡覺」



是透過內耳的三個半規管和耳石，來偵測地心吸力，讓我們知道及控制頭部在空間的方位以保持身體的平衡。

## 「本體感覺」



是藉著肌肉、肌腱及關節周圍的神經接收器，讓我們知道手腳的位置和動態。

# 專題

## 感覺統合障礙的表徵

以下列舉了一些感覺統合障礙的行為表徵，你的孩子有這些表現嗎？

### 觸覺

- 怕洗頭、刷牙、剪指甲
- 害怕人多擠逼的地方
- 比一般孩子喜歡用手不斷碰觸物件
- 受損或弄傷皮膚也不察覺

### 本體感覺

- 不願意參與體能活動，表現過於被動
- 比一般孩子更為喜歡碰、撞
- 碰瘀撞傷也好像若無其事

### 前庭平衡覺

- 害怕雙腳離地
- 害怕速度改變，例如：坐升降機時表現恐懼不安
- 坐不定
- 特別喜歡搖盪或旋轉的活動，如：坐過山車、盪鞦韆

### 整理、組織能力

- 模仿動作欠佳，不知道手腳該放在那裡
- 收拾物件的基本組織能力弱

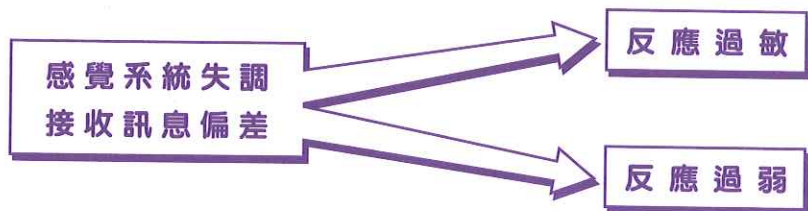
## 如何評估感覺統合功能？

以上所列舉的，只是一些可從日常生活中觀察的感覺統合障礙行為表徵，職業治療師會透過標準化測試、感覺反應問卷調查、臨床觀察及與照顧者面談，來評估兒童的感覺統合功能是否出現障礙，才能提供針對性的治療。

## 感覺統合障礙對兒童發展的影響

感覺統合障礙對兒童發展的影響，一般反映在下列兩種情況。

情況(一)：



小明現年六歲，從小他便顯得很膽小，別的孩子在公園可玩得開心興奮，小明卻害怕到公園。父母帶他去盪鞦韆，他轉身便走；讓他溜滑梯，他就哭得要命。小明的抗拒表現可能是由於他的平衡覺接收信息偏差，反應過敏，不適應盪鞦韆的搖盪刺激及溜滑梯下滑時的速度改變。

小敏的情況剛巧與小明相反，小敏今年四歲，她比一般孩子顯得「百厭」頑皮，整天動個不停，跑、跳、碰、撞……在公園玩可以玩上一天也不累，不願離開。更甚的是她的危險動作極多，溜滑梯時，喜歡頭向下衝；攀鋼架時，攀得越高越興

# 專題

奮，難以平靜下來。在幼稚園上課時坐不定，老師已投訴不少。小敏的表現，可能是由於她的平衡覺系統在接收信息時出現偏差，反應過低，不斷尋求刺激，以滿足平衡感覺方面的需要。

情況(二)：



小強今年八歲，就讀主流小學。他的理解能力不錯，但礙於動作笨拙，寫字緩慢，功課及美勞表現欠佳，生活細節表現缺乏組織，導致小強的整體學習表現未如理想……小強的學習動機也逐漸減退，自信心大受影響。小強的表現，可能是由於他處理或組織所接收的感覺訊息時出現困難，未能準確地運用或處理這些訊息，以致未能作出恰當的反應，做事表現得欠缺條理、「論論盡盡」似的。

小明、小敏和小強的故事，正反映出感覺統合障礙對兒童發展的影響。我們的腦神經系統每時每刻都在處理不同的感覺訊息，腦部就像一部訊息處理器和指揮中心，使我們在日常生活中作出恰當的反應。可是，若這處理器或指揮中心出現問題，便會影響孩子日常生活的表現，例如：自理、學習或遊戲等等。由於人的腦部於孩童時期的可塑性最高，所以，當發現孩子有感覺統合障礙的問題時，便應及早處理。

## 感覺統合治療的重要元素

感覺統合治療的目的，是透過適當的感覺刺激及活動，促進神經系統的發展，有效地處理感覺信息，引發恰當及切合環境需要的反應。進行訓練時，必須按個別兒童感覺統合的功能及發展需要，可採用遊戲的形式，鼓勵兒童主動參與，並給予恰當的挑戰(難度不太高也不太低)。



## 結語

透過日常觀察，若發現孩子對環境刺激的反應有異或懷疑孩子有感覺統合的障礙，家長可向職業治療師查詢及安排孩子進行感覺統合方面的評估。另外，家長亦可參閱下列有關資料及網頁，以進一步了解感覺統合治療的理念和方法：

1. 葉張蓓蓓著：《孩子確不笨—「百分百」感統訓練活動》。香港：突破出版社，2005。
2. 高麗芷著：《感覺統合（上/中/下篇）》。台北市：信誼基金出版社，2006。
3. Sensory Integration International <http://www.sensoryint.com/>
4. The SPD Network <http://www.sinetwork.org/>
5. Raising A Sensory Smart Kid <http://www.sensorysmarts.com/index.html>