

8 zmyslových systémov: zrak, čuch, chuť, hmat, sluch, propiocepcia, vestibulárny systém, interocepcia

Hypersenzitivita sa môže týkať jedného zmyslového systému alebo aj viacerých a je jedno v akej kombinácii a môže mať dopady na správanie a bežné fungovanie.

Propriocepcia – pomáha nám vnímať vlastné telo, dôležitá pre rozvoj motorických schopností, pomáha odhadovať silu ako zaobchádzať s vecami, ako sa niekoho dotknúť alebo napr. domácimi maznáčikmi

Vestibulárny systém – zmysel pre rovnováhu, vďaka nemu máme informácie, či sme v kontakte so zemou, či sú nohy pevne položené na zemi

Interocepcia – vnímanie vnútorného prostredia nášho tela, prepája sa s emóciami, s identifikáciou aj uspokojením základných potrieb ako je hlad, smäd a pod.

Problémové/stresové správanie

U detí, ktoré sú hypersenzitívne v zmyslových systémoch môžeme pozorovať stresové alebo problémové správanie napr. agresívne, útočné správanie, rozhadzovanie vecí, ubližovanie sebe alebo druhým, stereotypné správanie. Toto správanie je provokáciou, ale sú stresovou alebo ochrannou reakciou na to, čomu dieťa práve čelí.

Potreba kontrolovať – deti kontrolujú aktivity, činnosti ľudí napr. kde má byť, čo položené, kde má kto sedieť, kto má čo robiť. Pre dieťa je náročné čeliť senzorickým skúsenostiam a urobí všetko pre to, aby sa tomu vyhlo. Keby nekontrolovalo situáciu, aktivity, ľudí, tak by nemalo kontrolu ani nad zmyslovými podnetmi. Ak sa deti vyhýbajú očnému kontaktu, tak je to pre to, lebo je to pre ich mozog zahlcujúce a deti tomu inštinktívne predchádzajú.

Úzkostlivé správanie – dieťa nechce robiť aktivity, niekedy povie, že mu je napr. nepríjemná vôňa alebo niečo iné a niekedy sa len snaží vyhnúť situácii.

Defenzivita – dieťa sa už dopredu vyhýba situácii, lebo má už za sebou niekoľko nepríjemných až bolestivých senzorických situácií. Napr. odmieta sa niečoho dotknúť, nechce prejsť po ulici, kde sú psy, ktoré štekajú, nepôjde do obchodu, kde je príliš veľa svetelných podnetov.

Zmyslové podnety môžu byť vnímané ako bolestivé a môžu byť spojené až s fyzickou bolesťou napr. zvuky sa nedajú počúvať.

Senzorické preťaženie – mozog môžeme prirovnať k poháru vody. Pohár sa naplní po určitom čase a tak ho musíme vyprázdniť, aby nepretiekol. Hypersenzitívne deti majú menší pohár a tak sa rýchlejšie naplní aj rýchlejšie pretečie a preto rýchlejšie dochádza k senzorickému preťaženiu.

Dopad na sociálno-emočnú oblasť

Majú problémy s emočnou reguláciou. Dieťa začne kričať, štipať, kopať. Emócie prídu veľmi rýchlo, lebo majú nižšiu frustračnú toleranciu a napr. nepríjemný zvuk ich zaťažuje viac.

Hypersenzitivita ovplyvňuje sociálne interakcie dieťaťa. Ak dieťa často kričí, stráni sa, kope, tak rovesníci v škôlke to vnímajú a nerozumejú prečo to tak je. Vidia, že dieťa robí zle, že sa

s ostatnými nehrá, že nechce, aby pri ňom niekto sedel a pod. a tak sa ostatné deti začínú strániť a nevolajú ho do spoločných hier a aktivít a tak dieťaťu môžu chýbať sociálne skúsenosti. Potom si dieťa nachádza činnosti, kde si vystačí samo alebo radšej len sleduje, čo sa deje okolo neho.

Ako sa prejavuje hypersenzitivita v jednotlivých zmyslových systémoch

ZRAK

- Problém tolerovať osvetlenie alebo aj slnko
- Problém tolerovať farby – nemá rado hračky a prostredia, kde je veľa farieb, sú veľmi výrazné
- Problém byť v prostredí, ktoré je vizuálne preplnené – kde je množstvo obrázkov, pomôcok, na stenách výtvarné práce a pod.
- Deti reagujú na každý zrakový podnet, odbiehajú a nesústredia sa na aktivitu
- Dieťa si zakrýva oči, schováva sa, aby eliminovalo množstvo podnetov
- Dieťa nemá rado objekty blízko očí
- Problémy so vzormi, výraznými kontrastmi napr. aj kockovaná košeľa

SLUCH

- Problém tolerovať konkrétne zvuky napr. problém s ich intenzitou
- Problém zvládať hluk, lebo je to neštruktúrovaný zvuk bez začiatku a konca, je to len zhuk zvukov
- Dieťa sa nechá vyrušiť všetkými zvukmi (niečo spadne, kosačka na dvore, štekание psa, zvonček a pod.) a nesústreďí sa na aktivitu
- Dieťa môže reagovať krikom, utekaním a skrývaním si uší a môže to byť spojené aj s fyzickou bolesťou
- Ak je zvuk náhly, neočakávaný, tak sa dieťa zľakne alebo zamrzne
- Dieťa môže počuť zvuky, ktoré ostatní nepočujú napr. dýchanie
- Dieťaťu môže prekážať hlas niektorých ľudí, lebo hlasy máme rôzne posadené a sú pre dieťa nepríjemné
- Aj hovorené slovo, množstvo slov môže byť pre dieťa zahlcujúce

ČUCH a CHUŤ

- Vyhýba sa jedlám s výraznou chuťou, vôňou
- Problém s oblečením, ktoré je opreté, s parfumom – nevie sa sústreďiť v prítomnosti tohto človeka, nechce pri ňom byť
- Nemá rado vône ako šampón, zubná pasta

HMAT

- Intenzívne reaguje na dotyk – ľahký, jemný dotyk alebo neočakávaný dotyk napr. na chrbte dieťa nemá zrakovú kontrolu a nedokáže dotyk predvídať a tak sa dieťa odtiahne, odstúpi alebo sa tam začne škriabať, chytí sa na tom mieste – dieťa sa snaží pomôcť si, regulovať sa
- Dotyk môže byť spojený aj s bolesťou

- Problémy môžu nastať v obliekaní (toleruje len obmedzené množstvo oblečenia, nechce sa obliekať, uteká)
- Deti majú obmedzený jedáľniček – vadí im textúra jedla a tak preferujú napr. nejaké tri jedlá, obmedzuje sa na jedlá, ktoré majú stálu textúru napr. chipsy, hranolky, kreky a odmietajú polievku, mäso, zemiaky, pretože tie majú stále inú textúru (napr. raz je mandarínka veľmi mäkká bez jadierka a druhýkrát je s jadierkom) a tu nastáva problém
- Dieťa ťažšie toleruje hygienické návyky – sprchovanie, česanie, strihanie
- Dieťa nemusí mať hypersenzitívne celé telo, ale napr. je senzitívne len na tvári a na rukách podnety tak neregistruje

VESTIBULÁRNY SYSTÉM a PROPRIOCEPCIA

- Problém s pohybom po nestabilnom povrchu alebo keď dieťa nedotiahne zo stoličky oboma nohami na zem
- Strach zo schodov, výťahov, eskalátorov, z pádov aj keď reálne pád nehrozí (napr. na hojdačke)
- Problém s nevoľnosťou pri ceste autom

INTEROCEPCIA

- Deti môžu mať zvýšenú citlivosť na bolesť z vnútra tela napr. bolesť hlavy, žalúdka
- Dieťa citlivejšie reaguje na teplotu a jej zmeny - ako vníma teplo a zimu
- Dieťa sa častejšie pýta na wc