

Det sarte taktile sansesystem

Hvad vil det sige, at have et sart taktilt sansesystem / at overreagere på sanseindtryk.

Et sart sansesystem og sensorisk skyhed betyder, at sanseindtryk, der hos de fleste opleves som uskadelige og harmløse, hos nogle opleves meget ubehagelige. På engelsk bruges udtrykket: "Fight or flight", om reaktionerne, altså: slå eller gå/flygt. Og det er hvad nogle børn gør!

Deres forsvarsreaktioner overfor nogle sanseindtryk kan være meget voldsomme.

Lige lidt teori på dette fænomen: Den anderledes oplevelse skyldes mangelfuld modulation i bestemte dele af centralnervesystemet, det limbiske system eller det retikulære system. Det vil sige, en utilstrækkelig regulering og afbalancering i mellem inhibering (hæmmende funktion) og facilitering (fremmende funktion).

Børnenes aktivitetsniveau kan være præget af den sensoriske overreaktion. Ofte ses et højt aktivitets niveau, med voldsom adfærd. Men det ses også, at børn med et sart taktilt sansesystem bliver stille, afventende og tilbageholdende.

Der kan være tale om overreaktion indenfor alle områder af sansning: visuel, balance, auditivt, smagsoplevelser og som denne artikel vil have fokus på: det taktile system.

Hvilke børn, der er i risiko for at have disse vanskeligheder og grunden til disse vanskeligheder er svært at finde. Vores erfaringer er, at forskellige årsager kan være aktuelle.

Vi ser de taktile overreaktioner ses hos:

- for tidlig fødte børn,
- hos børn der har modtaget utilstrækkelig berøringsmæssig kontakt/stimulation i deres første levemåneder
- hos børn, hvor der var tale om misbrug under graviditeten
- mange forældre fortæller om familiære dispositioner (arvelighed)
- børn med andre hoveddiagnoser, for eksempel ADHD, ADD og børn med autisme har taktile vanskeligheder som sekundære problemer til disse.

I vores regi, i en privat børneergoterapeutisk praksis i Næstved, møder vi børnene efter henvendelse fra barnets "voksne".

Udredningen af det taktile system foregår i forbindelse med en generel udredning af barnets sansemotoriske udvikling. Vi starter den sansemotoriske udredning ved et hjemmebesøg, hvor børneergoterapeuten gennemgår det tilsendte spørgeskema med begge forældre. Pasnings personalet (dagplejer eller pædagog) udfylder spørgeskema og dette gennemgås med dem.

Barnet iagttages i hverdagslivet med andre børn og børneergoterapeuten undersøger barnet i enrum 2 – 3 gange.

Formidling af det sete, omfanget og konsekvenserne af de sensoriske vanskeligheder gennemgås med implicerede parter og sammen lægges en plan for indsatsen.

Som altid – og faktisk især når der er tale om sensoriske overreaktioner – er de voksnes forståelse og deres indsigt i barnets vanskeligheder, noget af det vigtigste for barnets udvikling og for det fremtidige forløb.

For alle der møder børn med taktile problemer, er det godt at vide, at vi - uden at vide det -, har prøvet lidt af det, der er tale om. Tænk på de gange, hvor du troede at toiletsædet var slået ned, da du satte dig på toilettet. Men brættet var slået op. Så føles toilettet både ubehageligt og væmmeligt.

Når du går alene i huset og larmer med støvsuger eller andet og nogen pludselig siger "Hej".

Ubehaget kan mærkes i kroppen, det kan ses i ansigtet og oplevelsen er hverken sjov eller rar. Men lynhurtigt omstiller vi os. Så forskrækkelsen tit ændres til et grin.

Mange børn med sensorisk skyhed reagerer dagligt med samme overraskelse overfor sanseindtryk der – for andre, opleves både naturlige, uskadelige og harmløse. De griner bare ikke.....

Det vil sige, at et barn med sensorisk skyhed oplever omverdenen anderledes end andre. Svært at forholde sig til for udenforstående, fordi børnenes reaktioner ofte så anderledes. Tit forbundet med ubehag, afvisning og måske vrede. Derfor er voksne ofte meget i tvivl om, hvordan de bedst skal reagere.

Mange børn oplever, at de ikke bliver forstået rigtigt. Selv kan de ikke forklare sig, for de kender jo kun deres egen måde at opleve sanseindtrykkene på.

Hos nogle børn ses den overdrevne følsomhed prompte de modtager sansepåvirkningen. Men reaktionen kan også komme timer efter oplevelser, hvor barnet har oplevet for stor stimulation. Somme tider først, når barnet er faldet i søvn. Nattesøvnen er da dårlig, ofte vågner barnet mange gange, snakker og bevæger sig i søvne og virker tydelig utilpas..

Det er derfor vigtigt at få klarlagt, hvordan og hvornår barnet reagerer. Hvad er der gået forud for de tidspunkter, hvor barnet bliver uroligt og utilpas?

Evnen til at forberede sig på sanseindtryk gør en stor forskel

Når sanseindtryk opfattes, tolkes og forstås er der stor forskel på, om vi er forberedt på sanseindtrykket eller ej. Som eksemplet med toiletsædet. Når vi ved, at toilettet ikke har noget toiletsæde, forbereder vi os på det og lægger en plan efter de forhold. Så kan vi nemlig forberede os på, hvordan overfladen og temperaturen vil føles mod den bare hud. Dermed er vi forberedte på køligheden fra materialet.

Men når vi ikke er i stand til at forberede sig og dermed modtager sanseindtrykkene som uventede, oplever vi det helt anderledes.

Hos børn med sensorisk skyhed er deres evne til at forberede sig på sanseindtryk, utilstrækkelig. De overraskes, væmmes, afviser og trækker sig derfor meget tit.

Derfor vil et gennemgående træk være, at børnene accepterer sanseindtryk de – bogstaveligt – selv

har opsøgt og taget initiativ til. Mens de prompte afviser de samme sanseindtryk, når de kommer uventet. For eksempel tæt fysisk kontakt. Kommer barnet selv og vil op på skødet, holde i hånd eller læne sig op ad andre, kan han tolerere og nyde kontakten. Men tager andre fat i ham, rører ham mens han står med ryggen til, eller tager hans hånd vil han afvise kontakten, kærtegnene og sikkert flytte sig væk.

En overreagerende berøringssans er nok den mest alvorlige indenfor overreaktioner i sansesystemer, fordi det taktile system er så tæt forbundet med menneskelige relationer, lege udviklingen og tæt fysisk kontakt børn i mellem og mellem barn og voksen.

Børn med taktile overreaktioner registrerer og mærker tydeligt de mindste former for berøring. Og meget af det føles ubehageligt. Børnene forstyrres, afledes og hidses op af alle de berøringsindtryk, der uhindret strømmer til deres hjerne.

Det vil sige, at de reagerer med ubehag på stimuli, som de fleste andre slet ikke registrerer bevidst. Lette berøringer fra kærlige hænder, kys og knus kan derfor fornemmes som ubehagelige. Reaktioner ses tydelige, når barnet får tøjet af. Her kommer der ofte en stivhed i muskulaturen og ubehaget aflæses i ansigtet.

Da de taktile receptorer er tættest i ansigtet, på hænder og under fødder og i munden er det her sårbarheden er ekstra stor.

Derfor vil der ofte ses spiseproblemer samt problemer med at acceptere tøj, sko, berøringen fra andre børn, madresterne på læberne og i mundvigen, dråberne under næsen, brusebadet, negleklipping, bolledejen og fingermaling. Aktiviteter, der er forbundet med ubehag og derfor afvises.

Det føles som om ”det stikker”, når de skal holde nogen i hånden og at strømperne har ”pæle” ved tæerne (det er sammensyningen ved tæerne). Børnene hader ofte at blive fedtede, at have sand mellem fingrene, bryder sig ikke om at gå på græsset eller sandstranden uden sko (børnenes siger tit, at det både stikker og svider), de afviser solcreme (”jeg kan mærke det i flere dage”, sagde en dreng) og massageolie kan næsten få nogle til at kaste op.

Men, som sagt, hvis barnet selv bestemmer og selv tager initiativet, kan det være acceptabelt at røre meget forsigtigt, at sidde tæt og at modtage et knus og kys.

Hvad kan afhjælpe sensorisk skyhed hos børn:

For nogle børns vedkommende er der behov for individuel behandling, før barnet kan få normaliseret ubalancen i det sensoriske system.

Generelt gælder at al taktil forberedelse er vigtig, hvilket kan gøres både verbalt og motorisk.

Faste og dybe tryk kan afhjælpe ubehaget hos børn med sensorisk sarthed. Tryk, mas og hold lidt stramt om barnet så tit det kan lade sig gøre: leg burger leg, masseleg, langsomme brydekampe, vælte tunge madrasser og alt andet der kræver aktivitet i sanseområdet i leddene. Gør det så tit det kan lade sig gøre. Og især mens barnet modtager de indtryk de ikke kan få styr på, for eksempel ved de tilbagevendende hygiejne udfordringer som negleklipping og hårvask.

Kugledyne fra firmaet ”Protac” er ofte meget relevant at afprøve – eller anden tung dyne.

Børnenes voldsomme adfærd kan ses som et forsøg på, at de giver sig selv det de har mest brug for – og bedst kan tolerere, nemlig faste dybe tryk. Hele det proprioceptive sansesystem giver nemlig den bedste ro til et sart taktilt sansesystem.

Børn med taktile vanskeligheder kan forventes at profeterer af et børsteprogram, efter den amerikanske ergoterapeut Patricia Wilbagers principper. Her er det af største vigtighed, at man vurderer barnets generelle udvikling. Børste metoden kan være lige så relevant i nogle sammenhænge som direkte kontraindiceret (skadelige) i andre tilfælde.

Som det fremgår, kan sensoriske overreaktioner meget let blive til store problemer, der begrænser børnenes udvikling, både motorisk, socialt og følelsesmæssigt. Da disse områder er grundpillerne for at kunne trives generelt, også i undervisningssammenhænge, kan det meget hurtigt blive en hindring for god og let indlæring.

Derfor har vi alle krav på at give børn med sarte sansesystemer en håndsækning.

Vores erfaringer er, at mange børn hurtigt bliver gladere og roligere. De får det bedre med egen trivsel, bedre kropsfornemmelse, udvider deres sociale samvær og finder et aktivitetsniveau, der er passende, når der gøres en samlet indsats.