

Sanser sanseintegration og sanseudvikling

Om sanser og
sanseintegration
i et relationelt
perspektiv

Sans

Gitte Frost og Ida Skytte Jakobsen

AKADEMISKE FORLAG

Kvalitet i dagplejen 2024

Nyborg den 28.5.2024

Gitte Frost



Figurer til

SANS

Om sanser og sanseintegration i et relationelt perspektiv

Kan anvendes frit med fuld kildeangivelse
i undervisningssammenhænge.

© Akademisk Forlag, Frost & Skytte Jakobsen 2023

Sansesangen

Jeg kan høre med mit øre
bilerne som kør på gaden
og musik til middagsmaden
jeg kan høre hvad du siger til mig

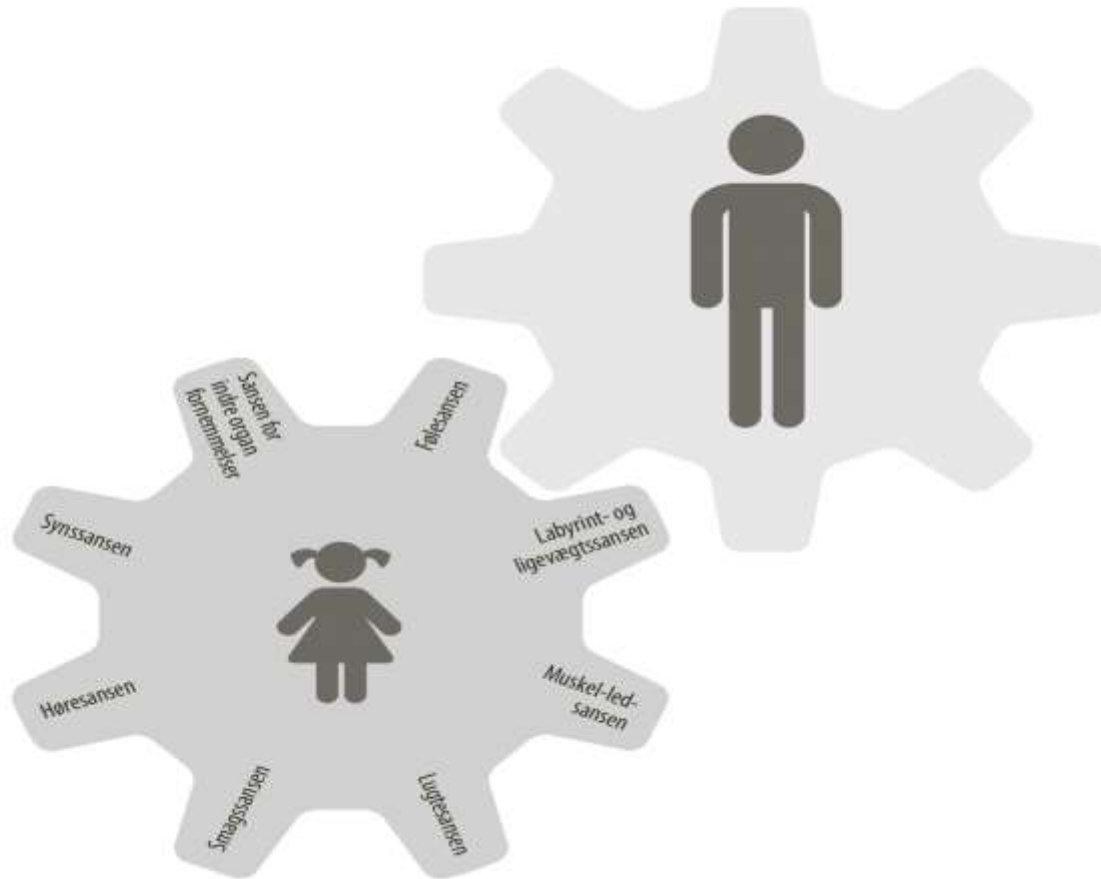
Jeg kan se med mine øjne
røde, frønne, gule biler
og dit ansigt når du smiler.
Jeg kan se det når du kommer til mig

Jeg kan lugte med min næse
stank fra bilerne på gaden
og den gode luft af maden.
Jeg kan lugte når du slipper en prut.

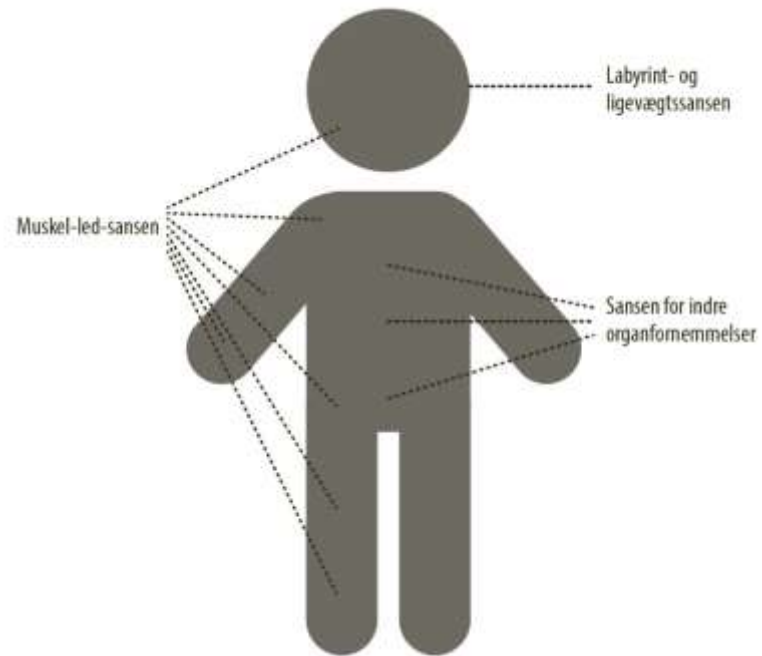
Jeg kan smage med min tunge
søde bolsjer og citroner
frikadeller og meloner.
Jeg kan smage når du gir mig noget rart.

Jeg kan mærke med mig selv
Jeg kan mærke noget gør ondt
Jeg kan mærke noget er rundt
Jeg kan mærke når du gir mig et knus

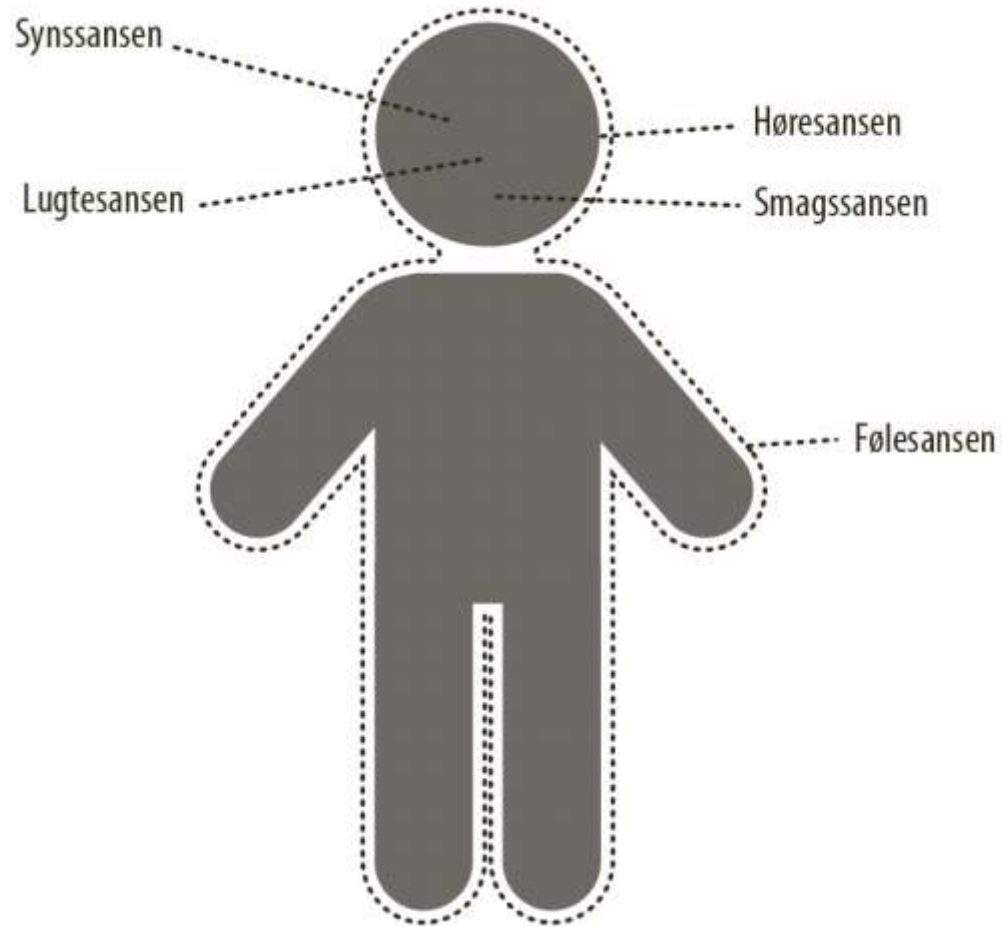
8 sans modellen



Kropssanserne



Sanser der peger ud i verden

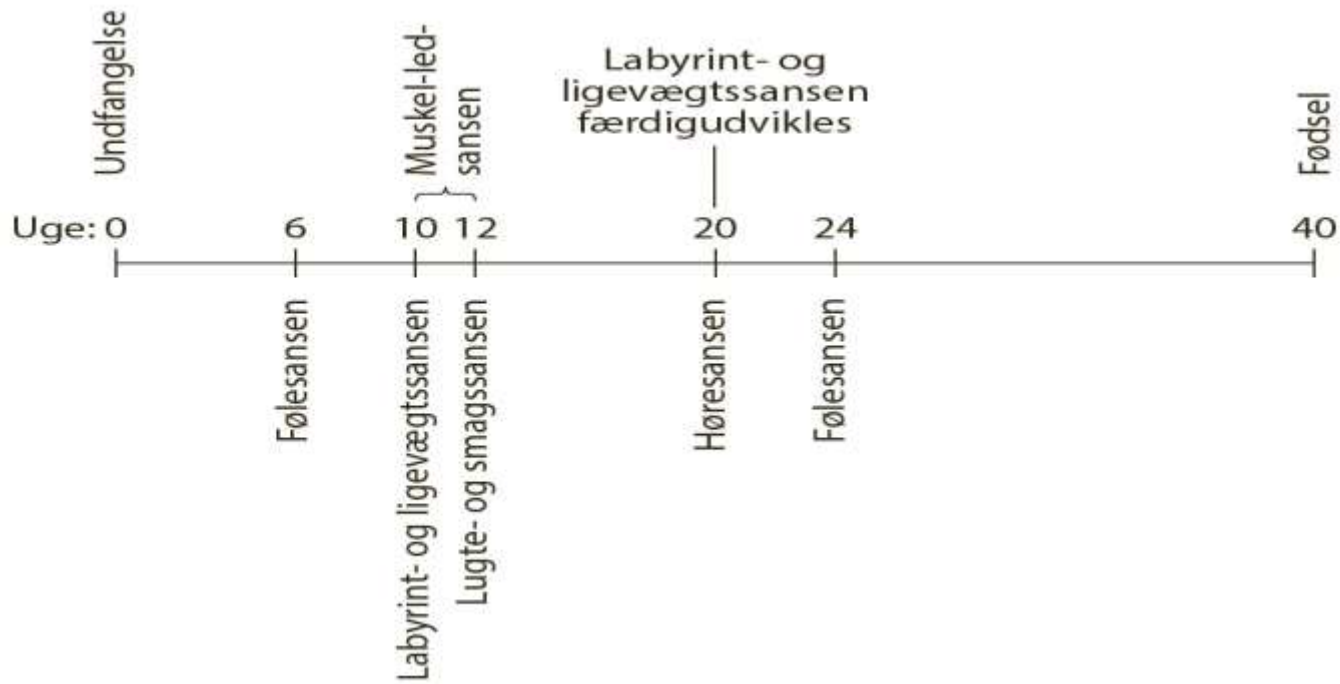




Sanseintegration

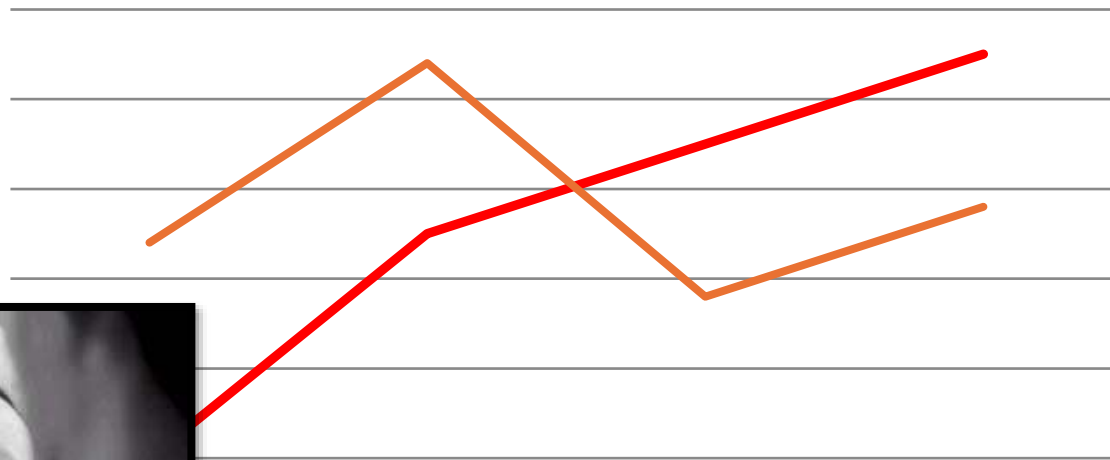
- Hjernens evne til at koordinere og bearbejde indtryk fra alle dele af vores sanseapparat.
- Sanseindtryk flyder til hjernen som vandløb til en sø. Der er utallige sanseindtryk hver øjeblik.
- Sanseapparatet udvikles i de første 7 leveår, men kan optrænes hele livet.
- Sansemotoriske udfordringer giver ofte udslag i indlærings- og adfærdsvanskeligheder.
- De er sjældent iøjefaldende, bortset fra uroen
- Sansning fortæller hjerne, hvad kroppen laver. Hjernen siger til kroppen, hvad den skal gøre.

Udviklingstidspunkter

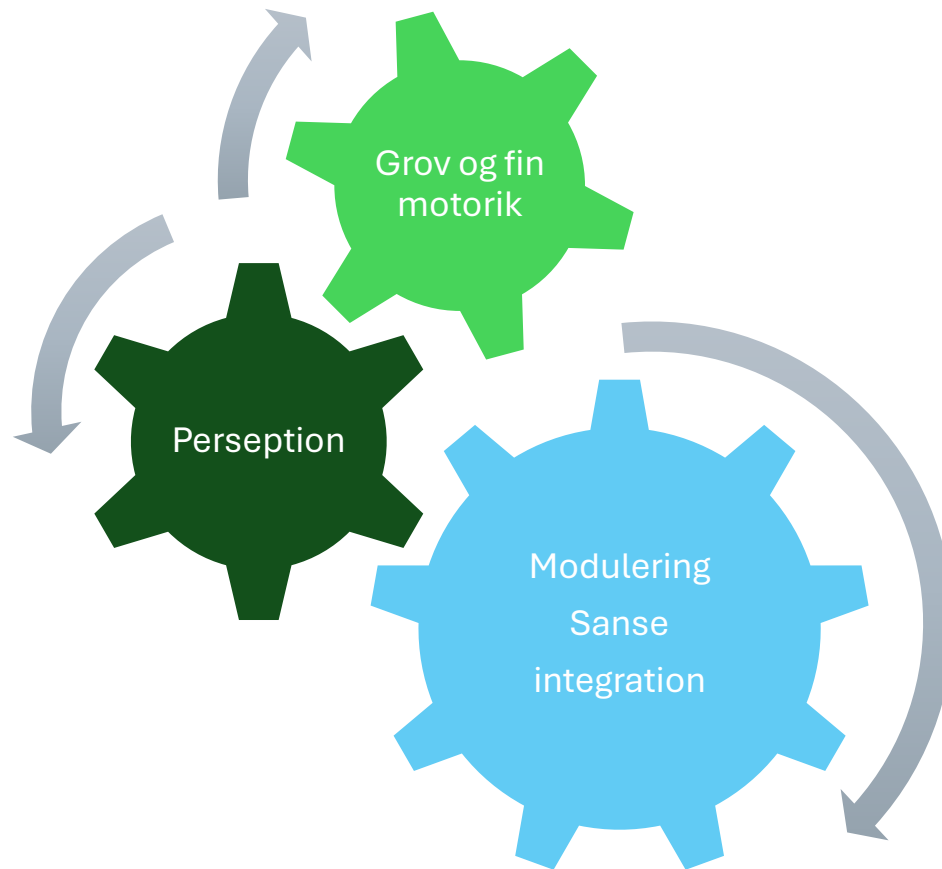


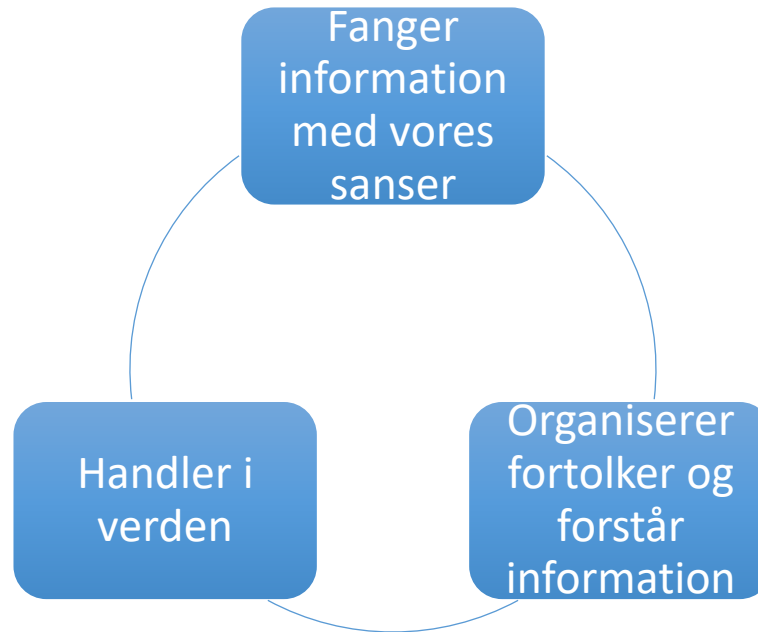
Reguleringsmestring

- Det nyfødte barn kan ikke regulere sig selv. Det mærker behov og har brug for at blive forstået og reguleret via en voksen.



Kroppen skal stimuleres i relationel kontakt



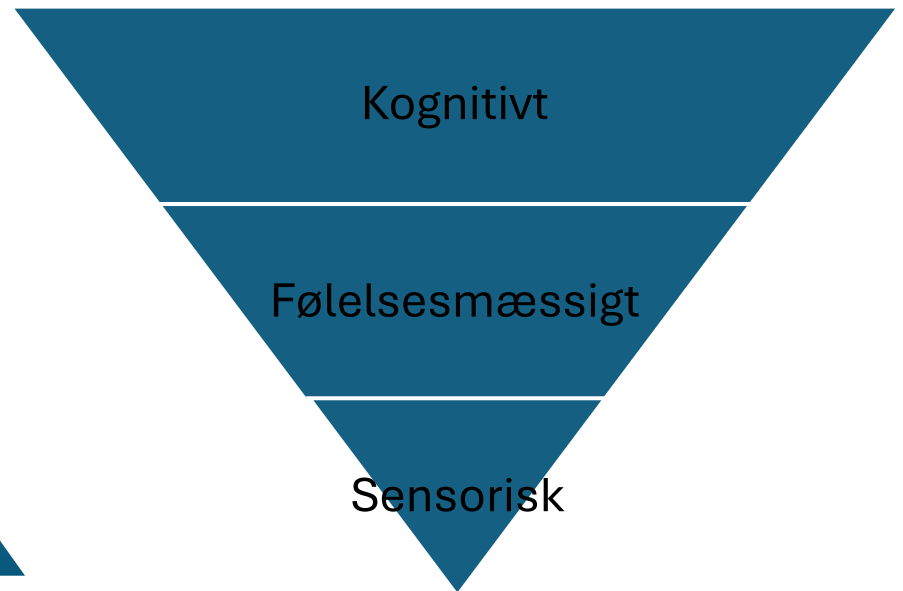
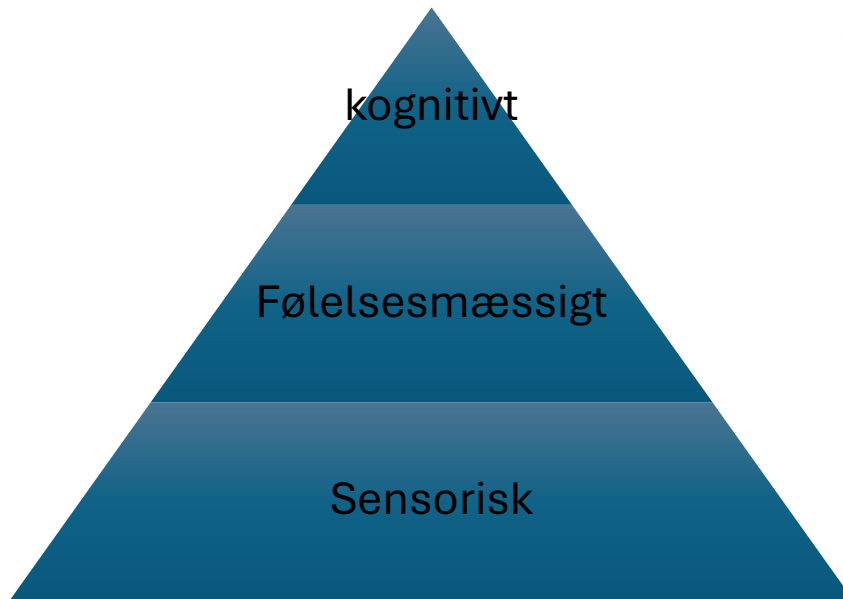




Hvem er særlig udsat for sanse udfordringer

- For tidligt fødte
- Adoptivbørn
- Børn indlagt på hospital
- Børn med mange skift
- Børn med depressive forældre
- Børn fra misbrugshjem
- Anbragte børn
- Børn af sensitive forældre

Selvregulering og sansninger starter med kroppen



Vi lærer via empati – ikke via regler

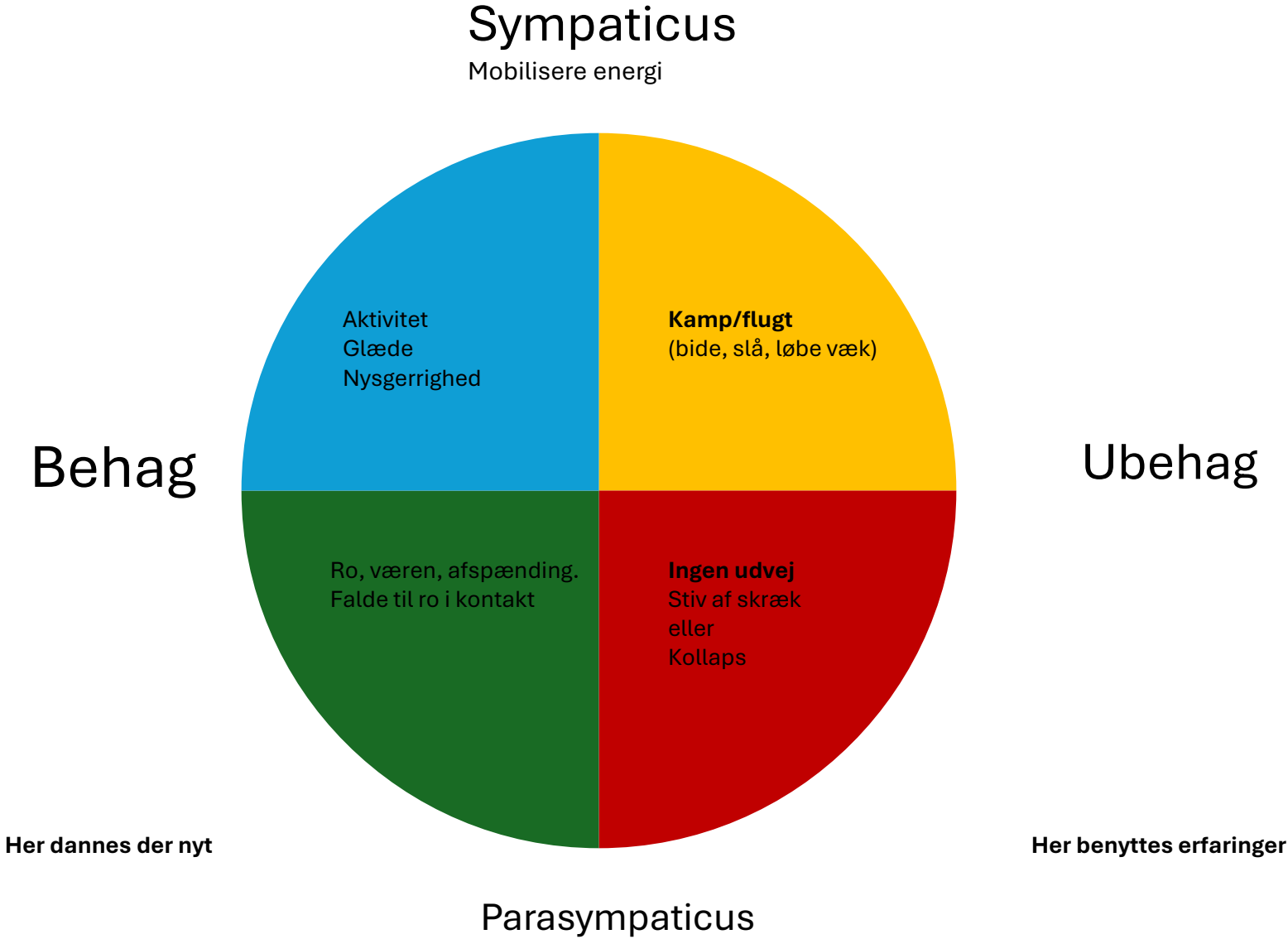
Samspil mellem dig og barnet bør bærer præg af:

- at du viser glæde og positive følelser for barnet
- at du ser barnets initiativ
- at du invitere barnet til samspil
- at du anerkender barnet for det barnet magter

*Børnene låner dit nervesystem
Også når det er uroligt*



Erfaringsfaser for spænding



Dine egne sanser

Hvad er duften af sommer for dig?

Hvilken smage og dufte minder dig om jul?

Kan du huske en sang fra din først forelskelse?

Hvilken følelse får du når du tænker på opkast?



Traumer

- Traumer antænder amygdala
- Påvirker stress responssystemet
- Det autonome nervesystem





Det indadvendte og overdreven tilpasning

Aktiv-ydende - "superkid"

bruger hovedet, vil gerne være dygtige og undviger relationer



Omsorgsgiver – afleder og gør forældre og andre glade.

Styres af andres forventninger

Passiv indadvendt – fortabt

Det udad reagerende barn



Aggressiv – ikke en reaktion men en tilstand

Destruktiv- ødelægger det meste de får i hænderne, andre børn, dyr og sig selv

Urolig

Klovnen – barnet afleder, skifter tema



Før du går i gang med børnene

Hvordan er dit eget nervesystem?
nervesystemer smitter.

Hvornår er du den bedste udgave af dig selv?

Hvad er dine strategier når noget bliver for meget?

Kan du lave noget kropsligt rart for dig selv inden du hjælper børnene?

Gitte Frost



Reguleringslege



Den taktile sans – berøringssansen

Ubehag ved at gå barfodet især i græs & sand, afviser klipning af hår & negle, gener ved tøj fx mærker & syninger, tandbørstning, svær ved at mærke forskel på kold & varm, kan have svært ved at mærke smerte, bryder sig ikke om berøring eller opsøger konstant berøring

Stimuleres ved:

- Babymassage, rolige bevægelser med olie
- Leg med vand, sand, mudder, jord, mad, ler, modellervoks o.lign.
- Børste på kroppen med forskellige børster. Veksel mellem blidt og lidt hårdere og mellem langsom og hurtig
- I særlige tilfælde terapeutisk børstning
- Tandbørstning. Start med blød børste og kort tandbørstning. Opbyg langsom hårdhed og længde. El tandbørste godt.
- Lad barnet hjælpe med klip af negle
- Tegn på ryggen – og lad barnet gætte hvad det er



Proprioceptive sans

Kropslig/motorisk uro, nedsat koncentration, svær ved at sove, går for hårdt/let til andre, går ind i ting, vælter ting.

Sansen udvikles ved:

- Tryk massage.
- Kør trillebøre
- Leg hest og rytter med cykelslange
- Brug badering som alle børn holder ved
- Lig på albuer
- Stå på hænder
- Wrestling
- Hop på trampolin
- Luftpude
- Elastik som fodstøtte
- tungde

Gitte Frost



Vestibulærsansen

Kvalme, svimmelhed og problemer med at orienter sig, køresyge

Stimuleres ved:

- Gynges – Almindelig gynges, sansegynges, hængekøjes, lagen og lign.
- Køres i karrusel- køres skateboard
- Rulle på madrass. Pak evt. barnet ind i madrassen
- flyves lege
- Slå kolbøtter
- Klatres i træer



Synssansen

Svær ved at bygge med klodser, tøvende overfor stigende/faldende kurver, svær ved at finde vej, bange for at blive væk, læsevanskeligheder

- Stimuleres ved:
- Byg tårne i højde og længde
- Byg med kasser i forskellige størrelser
- Leg med mimik, sæt jer sammen og kig i det samme spejl, spørg hvordan ser man ud når man er bange og du kopiere det barnet gør uden at rette på barnet
- Berolig barnet ved tusmørke, fortæl hvad der foregår
- Overvej om barnet skal skørmes fra skarp sollys

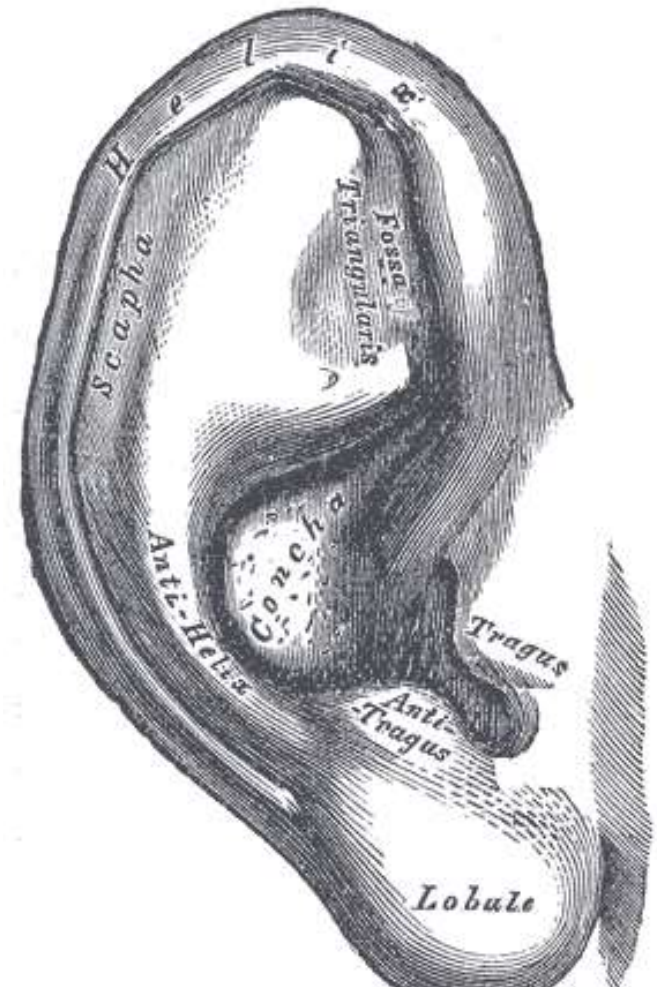


Høresansen

Reagere på alle lyde, hører alt, har det godt med baggrundsstøj, udtaleproblemer

Stimuleres ved:

- Gå sammen på jagt efter lyde. Start med stille leg og tag derefter på jagt efter forskellige lyde.
- Lad barnet få en foretrukket lyd, fx musik, gerne det samme igen og igen
- Lad barnet få pause udenfor hvor lyde lettere absorberes
- Husk øjenkontakt og evt. blodberøring ved kollektiv beskeder



Dette billede efter Ukendt forfatter er licenseret under [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Sansen for indre organfølelser

Barnet reagerer ikke på våd ble, kan have svært ved at blive renlig. Barnet kan også have nedsat registrering af sult og tørst

Sansen stimuleres ved;

- Faste drikketider
- Faste spisetider
- Faste tider for toiletbesøg
- Fokus på kropsfølelser
- Respondere når barnet viser tegn til at skulle på toilet
- Når barnet udtrykker sult og tørst



Lugtesansen

Barnet lugter til ting og lugter til mad før det smager på mad.

Barnet får let kvalme

Stimuleres ved:

- Gættelege med lugte
- Lad børnene dufte til ting
- Hvis barnet er meget påvirket vil det hjælpe at du bruger den samme duft hver dag (savner barnet mor, kan I afhjælpe ved at benytte den samme duft eller lade barnet have noget der dufter af mor)
- Sørg for at barnet er i køkkenet men der laves mad, så det ikke overvældes af lugte når det indtager rummet



Smagssansen

Barnet er selektiv i madvalg
Konsistenser og temperatur er afgørende
for barnets lyst til at spise

- Lav mad med barnet
- Sørg for god stemning
- Adskil fødevarer
- Respekter barnet grænser. Tilbyd og opfordr til at smage og respekter når barnet spytter mad ud igen.
- Hav forskellige konsistenser til måltider
 - Spødt, flydende, kogt, noget som skal tygges og noget som kan suttes



Elsk dem mest
når de fortjener det mindst

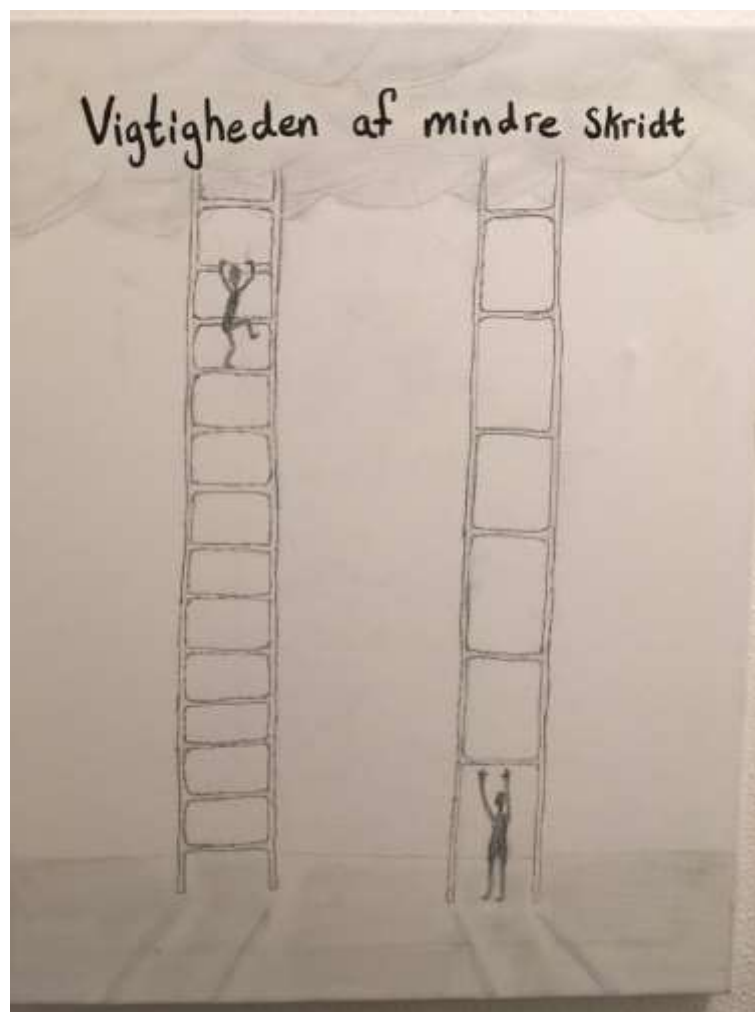


Vigtig at tænke på, særligt hvis barnet også er psykisk ureguleret

- Forudsigelighed
- Rutiner
- Tryghed
- Relation før opdragelse
- Undgå eksklusion (nej, afvisning, høje krav)
- Spejl de forskellige aldre.



Relation og tryghed før alt andet



Gitte Frost

Spørgsmål



Gitte Frost

Psykoteraapeut & Fysioterapeut

Lyngsøvej 24

8600 Silkeborg

26825293

Gittefrost1@gmail.com



Litteraturliste

- **Gitte Frost og Ida Skytte Jacobsen - Sans**
- **Winnie Dunn – Lev sanseligt**
- **Susan Hart – Den følsomme hjerne**
- **Bruce Perry – Drengen der voksede op som hund**
- **Iben Krarup Høgsberg – Adoptionshåndbogen**
- **Ida Skytte Jakobsen, Mona Kjær Ditlevsen, Godette Walmod – Psykologi og socialt arbejde**
- **Connie Nissen – sansemotorik og samspil**
- **Anne- Mette Sohn Jensen – Arousal og compassion**

	Passiv regulerende	Aktiv regulerende
Højt niveau	Tilskuer Glemmer tiden Tilpasser sig Overser ting Manglende situations fornemmelse Kan udskyde behov	Søger Nye ideer – mange bolde Udadvendte Nyder at bryde rutiner Evig søgen efter aktivitet
lavt niveau	Sensor Har brug for ro Mærker stimuli, lugt, smag, lyd Let at distrahere	Fravælger Elsker rutiner Kontrol Trækker sig ofte Vigtig med tid til sig selv