

Sensorisk intolerance

Sensory defensiveness

Neurologisk sensitive børn

Typiske tegn på et overreagerende nervesystem:

- Bliver hurtigere udtrættet end sine jævnaldrende
- Trækker sig eller bliver direkte bange for bestemte lyde, kraftigt lys, nye steder mv.
- Kan være svær at aflæse og trøste
- Har ofte søvnproblematikker
- Kan være meget grædende som baby
- Har svært ved alm. skift i hverdagen fra A-B
- Kan være irriteret af tøj og temperaturer
- Bliver lettere køresyg
- Undgår at kravle op, gynges, snurre rundt
- Spiseproblematikker
- Bliver hurtigt overstimuleret
- Har et stort behov for at kontrollere sine omgivelser
- Reagerer kraftigt og er længere om at falde til ro
- Synes at have svært ved at falde til ro
- Kan være hyperaktivt eller for lidt aktiv
- Er følelsesmæssigt lettere påvirkelig
- Synes generelt mere sårbar end sine jævnaldrende

Hvordan det ser ud for det enkelte barn er meget individuelt



Børn med sensorisk intolerance reagerer kraftigere og forbruger ekstra energi på helt almindelige sanse stimuli, som fx. lyd, berøring, bevægelse mv. som normalt ikke irriterer nervesystemet. Det betyder at helt almindelige sanseindtryk, som fx. kærtegn eller lyden af støvsugeren opleves som meget ubehageligt. Det er meget individuelt fra barn til barn hvad nervesystemet overreagerer på. Fælles for alle med sensorisk intolerance er, at det er unødvendigt belastende for barnet og dets omgivelser. Ofte involverer det hele familien når man har et barn, som er ekstra sensitivt.

Nervesystemets job er bla. at advare os mod kommende farer - så vi kan reagere og flygte eller kæmpe imod den fare, som vi står overfor. Når man er sensorisk intolerant mistolker hjernen helt alm. stimuli som farlige og sætter kroppen i et frygt/flygt - kæmp beredskab. Med andre ord sætter den vores krop i en kunstig stresstilstand, for at vi kan overleve. Når det sker mange gange i løbet af en dag bliver man hurtigere overstimuleret, stresset, træt og irritabel. Samtidig tager det barnet med sensorisk intolerance, længere tid at restituere.

Sensorisk intolerance er medfødt og findes i op mod 10% af befolkningen i den vestlige verden. Tallet er op mod 80% hos børn og voksne med diagnoser.

Det er forstyrrende for barnets og siden den voksnes hverdag og bør behandles ved en børneergoterapeut med specialviden inden for området. Man vokser ikke fra sensorisk intolerance, men man udvikler over tid strategier og vænner sig til at undgå bestemte situationer som giver ubehag. Med andre ord, så er dit barn mindre fri til at gøre præcis det, som det allerhelst vil her i livet. Men sådan behøver det ikke at være. Heldigvis.



Pilotskolen - Navigation i børnehøjde
Børneergoterapeut
Christina Sø Bendixen
Oddervej 173, 8270 Højbjerg Aarhus
www.pilotskolen.com



SENSORISK INTOLERANCE

Det neurologisk sensitive barn behøver blot en lille ekstra hånd, for at fungerer på lige niveau, med sine jævnaldrende.