



## 培养儿童发展系列

### 感觉讯息处理 - 学前篇

#### 感觉讯息处理是什么？

感觉讯息处理(前称感觉统合)是儿童的正常发展过程。儿童在日常生活和游戏中，脑部会不断接收、过滤和处理各种不同的感觉刺激，这些感觉刺激主要包括视觉、听觉、味觉、嗅觉、触觉、前庭觉和关节感。透过年月的经验累积，儿童大多会随着成长，逐渐整合环境中不同的感觉刺激，并作出适切的反应。

在感觉讯息处理上，各种感觉系统都有它们独特的功能，例如触觉系统负责处理皮肤表面的轻微接触、表层按摩、分辨冷热温度、痛楚等；前庭系统则负责身体于不同动态活动中保持平衡的能力；至于关节感是指身体于活动时肌肉和关节给予脑部有关力度运用和动作控制的感觉讯息。

#### 如何促进感觉讯息处理发展？

在日常生活中为儿童注入适当的感觉刺激元素，有助提升儿童的感觉讯息处理和促进感觉肌能的发展。

触觉活动：

- 鼓励儿童在清洁双手后，用手拿食物如蛋糕、鸡翅、生果或蔬菜条等自行进食，不用过度害怕沾污双手



- 用不同的质料如泥胶、米、豆等做手工；作手指或手掌画
- 与儿童一起做家务如洗米、洗蔬果、用湿布抹枱等

#### 前庭活动：

- 乘坐不同的交通工具，如渡轮、巴士、小巴等
- 到公园玩游乐设施，如溜滑梯、荡千秋、摇摇马等
- 踏单车、滑板车、平衡车等

#### 关节感活动：

- 洗面时自行扭毛巾
- 在街市或超级市场协助推/拉购物车
- 自行背合适重量的书包

大部分的儿童会在日常的生活里，逐渐发展他们的感觉处理讯息功能，从而不断适应当中的感觉刺激和改善其参与活动的表现。在进行以上活动时，家长宜注意安全及观察儿童的反应。如果儿童不喜欢某项感觉刺激活动，不要强迫他，应鼓励他逐步尝试，慢慢适应。例如：儿童抗拒毛娃娃，家长可先陪他在轻松玩乐的气氛下接触不同质感的对象，然后触摸不同布质的娃娃，再尝试玩部份有毛质的娃娃等。如发现儿童不喜欢在公园玩荡秋千，可在家中陪他玩摇小船；或用大毛巾包裹着他轻摇并唱着歌谣玩耍，让他在安全的环境下探索不同幅度和节奏的感觉刺激亲子活动。



## 怀疑儿童有感觉讯息处理的困难，家长应怎样办？

家长须留意，如儿童从幼儿期开始，便持续在多种情况和环境下对某种或多种感觉刺激出现过大的不安或不适，有过度寻求或过低的反应，并且严重影响其日常生活如自理、学习及游戏，便需要考虑安排儿童接受职业治疗评估。职业治疗师会针对儿童的问题，透过标准化测验、问卷及临床观察等，进行分析及计划治疗方案。若儿童的问题只属轻微的而不影响日常功能，家长可以协助儿童作适当的活动以促进感觉讯息处理发展。

有不同发展障碍包括自闭症谱系障碍、专注力失调及过度活跃的儿童，都可能同时有感觉讯息处理障碍，有时候感觉讯息处理障碍甚至加剧他们的部份征状。但是，并非全部有发展障碍的儿童都有这障碍，所以不是每一个都需要感觉讯息处理训练。

### 参考数据及更多阅读：

1. 《拆解孩子的感觉密码—认识感觉讯息处理困难及相关的支持策略》－协康会出版
2. 《「感觉统合」家居训练册》－香港耀能协会出版
3. 《孩子不笨——感觉统合训练手册》－突破出版社
4. 《孩子确不笨——「百分百」感统训练活动》－突破出版社



卫生署儿童体能智力测验服务  
香港特别行政区政府

2021年7月版 © 版权所有

