



培養兒童發展系列

感覺訊息處理 - 學前篇

感覺訊息處理是什麼？

感覺訊息處理(前稱感覺統合)是兒童的正常發展過程。兒童在日常生活和遊戲中，腦部會不斷接收、過濾和處理各種不同的感覺刺激，這些感覺刺激主要包括視覺、聽覺、味覺、嗅覺、觸覺、前庭覺和關節感。透過年月的經驗累積，兒童大多會隨著成長，逐漸整合環境中不同的感覺刺激，並作出適切的反應。

在感覺訊息處理上，各種感覺系統都有它們獨特的功能，例如觸覺系統負責處理皮膚表面的輕微接觸、表層按摩、分辨冷熱溫度、痛楚等；前庭系統則負責身體於不同動態活動中保持平衡的能力；至於關節感是指身體於活動時肌肉和關節給予腦部有關力度運用和動作控制的感覺訊息。

如何促進感覺訊息處理發展？

在日常生活中為兒童注入適當的感覺刺激元素，有助提升兒童的感覺訊息處理和促進感覺肌能的發展。

觸覺活動：

- 鼓勵兒童在清潔雙手後，用手拿食物如蛋糕、雞翼、生果或蔬菜條等自行進食，不用過度害怕沾污雙手



- 用不同的質料如泥膠、米、豆等做手工；作手指或手掌畫
- 與兒童一起做家務如洗米、洗蔬果、用濕布抹枱等

前庭活動：

- 乘坐不同的交通工具，如渡輪、巴士、小巴等
- 到公園玩遊樂設施，如溜滑梯、盪鞦韆、搖搖馬等
- 踏單車、滑板車、平衡車等

關節感活動：

- 洗面時自行扭毛巾
- 在街市或超級市場協助推/拉購物車
- 自行揸合適重量的書包

大部分的兒童會在日常的生活中，逐漸發展他們的感覺處理訊息功能，從而不斷適應當中的感覺刺激和改善其參與活動的表現。在進行以上活動時，家長宜注意安全及觀察兒童的反應。如果兒童不喜歡某項感覺刺激活動，不要強迫他，應鼓勵他逐步嘗試，慢慢適應。例如：兒童抗拒毛娃娃，家長可先陪他在輕鬆玩樂的氣氛下接觸不同質感的物件，然後觸摸不同布質的娃娃，再嘗試玩部份有毛質的娃娃等。如發現兒童不喜歡在公園玩盪鞦韆，可在家中陪他玩搖小船；或用大毛巾包裹著他輕搖並唱著歌謠玩耍，讓他在安全的環境下探索不同幅度和節奏的感覺刺激親子活動。



懷疑兒童有感覺訊息處理的困難，家長應怎樣辦？

家長須留意，如兒童從幼兒期開始，便持續在多種情況和環境下對某種或多種感覺刺激出現過大的不安或不適，有過度尋求或過低的反應，並且嚴重影響其日常生活如自理、學習及遊戲，便需要考慮安排兒童接受職業治療評估。職業治療師會針對兒童的問題，透過標準化測驗、問卷及臨床觀察等，進行分析及計劃治療方案。若兒童的問題只屬輕微的而不影響日常功能，家長可以協助兒童作適當的活動以促進感覺訊息處理發展。

有不同發展障礙包括自閉症譜系障礙、專注力失調及過度活躍的兒童，都可能同時有感覺訊息處理障礙，有時候感覺訊息處理障礙甚至加劇他們的部份徵狀。但是，並非全部有發展障礙的兒童都有這障礙，所以不是每一個都需要感覺訊息處理訓練。

參考資料及更多閱讀：

1. 《拆解孩子的感覺密碼—認識感覺訊息處理困難及相關的支援策略》- 協康會出版
2. 《「感覺統合」家居訓練冊》- 香港耀能協會出版
3. 《孩子不笨——感覺統合訓練手冊》- 突破出版社
4. 《孩子確不笨——「百分百」感統訓練活動》- 突破出版社



衛生署兒童體能智力測驗服務
香港特別行政區政府

2021年7月版 © 版權所有

