

## กิจกรรมส่งเสริมการประสมประสาน การรับความรู้สึก (SI)

กิจกรรมส่งเสริมการประสมประสานการรับความรู้สึก (SI) จะส่งเสริมให้เด็กประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต การที่เด็กได้รับประสาทการรับความรู้สึกที่เหมาะสมจะทำให้เด็กได้รับประโยชน์ดังนี้

- ทำให้เด็กสามารถประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวัน เช่น กิจวัตรประจำวัน การเรียน การเล่น และการพักผ่อน
- ทำให้เด็กสามารถพัฒนาการด้านอารมณ์ สังคม และการเรียนรู้
- ทำให้เด็กพัฒนาการด้านการมองคุณค่าในตัวเองดีขึ้น (Self- Esteem)
- ทำให้เด็กมีร่างกาย และจิตใจของเด็กพร้อมที่จะเรียนรู้
- ทำให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์ในเชิงบวก หรือมีทัศนคติที่ดีต่อสิ่งแวดล้อมรอบข้าง
- ทำให้เด็กสามารถมีพัฒนาการได้สมวัย

กิจกรรมส่งเสริมการประสมประสานการรับความรู้สึก (SI) เป็นกิจกรรมที่เน้นความคิดสร้างสรรค์ และจินตนาการเพื่อให้เด็กเกิดความสนุกสนาน และเกิดแรงจูงใจในการฝึก โดยกิจกรรมที่ให้นั้นต้องตอบสนองความต้องการทางระบบประสาทของเด็ก โดยใช้ของเล่น หรือสื่อกิจกรรมที่หาซื้อได้ทั่วไปตามท้องตลาด ไม่จำเป็นจะต้องซื้อหากันในราคาแพงๆ ดังนั้นจึงทำให้ผู้ปกครองรู้สึกว่าการทำกิจกรรมบำบัดไม่ได้ฝึกอะไร เพียงแต่เล่นกับเด็กเฉยๆ นักกิจกรรมบำบัดที่ดีนั้นจะต้องอธิบายให้ผู้ปกครองได้รับทราบและตรวจประเมินเด็กว่าเด็กมีความบกพร่องด้านการประสมประสานการรับความรู้สึกแบบใด และบอกเหตุผลในการเลือกสื่อในการรักษา การเลือกกิจกรรมที่ไม่เหมาะสมกับเด็กอาจทำให้เด็กหลีกเลี่ยง ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ปกครองกับเด็กจะลดลง และไม่ทำให้อาการหรือพฤติกรรม การแสวงหาของเด็กลดลง

ทุกครั้งที่คุณผู้ปกครองจะเลือกสื่อการรักษา ต้องเลือกให้เหมาะสมกับ **พัฒนาการ ระดับความสามารถ** ของเด็ก และ **ความต้องการอันเนื่องมาจากระบบประสาท** ที่เด็กแสวงหา จะทำให้เด็กรู้สึกว่าตัวเองควบคุมสิ่งแวดล้อมนั้นได้ มั่นใจเพราะไม่ยากเกินไป และสนุกเมื่อได้รับสิ่งร่างกายตนเองต้องการ เหนือนี้ก็จะทำให้เด็กพร้อมที่จะเปิดใจ และพร้อมที่จะเรียนรู้ไปกับคุณ เด็กทุกคนจะมีการพัฒนาการทางสมองดีขึ้นผ่านการเล่น เพราะฉะนั้นทุกครั้งที่คุณผู้ปกครองเห็นเด็กเล่นหรือทำกิจกรรมใดๆ ขณะนั้นเองสมองของเด็กก็กำลังทำงานและพัฒนาทักษะ トラปิโดก็ทำตามเมื่อเราเลือกสื่อไม่ตรงกับความต้องการของเด็ก จะเห็นได้จากพฤติกรรมที่เด็กแสดงออกมา เช่น หลีกเลี่ยง ต่อต้าน ร้องไห้ เพิกเฉย และอื่นๆ

กิจกรรมการประสมประสานการรับความรู้สึก (SI) มีได้หลากหลายอาจจะทำให้



ผู้ปกครองหลายคนสงสัยว่าทำไมเด็กกับนักกิจกรรมบำบัดแต่ละที่ไม่เหมือนกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความสามารถ ในการคิดสร้างสรรค์ของแต่ละบุคคล แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นไม่มีผิดหรือถูกตามทีกิจกรรมนั้นๆ ตรงกับการประเมินด้านความต้องการทางระบบประสาทของเด็ก เช่นเด็กที่มีปัญหาด้านระบบประสาทการเคลื่อนไหว (Vestibular) ผู้ปกครองอาจจะเห็นว่าไปพบนักกิจกรรมบำบัดคนหนึ่งให้นั่งชิงช้า แต่ไปอีกที่หนึ่งให้วิ่งเป็นวงกลม ทั้งนี้เด็กที่มีปัญหาด้านSIนั้นสามารถเปลี่ยนแปลงไปได้ในแต่ละวันไม่เหมือนกัน จึงทำให้นักกิจกรรมบำบัดต้องเลือกกิจกรรมที่แตกต่างกัน

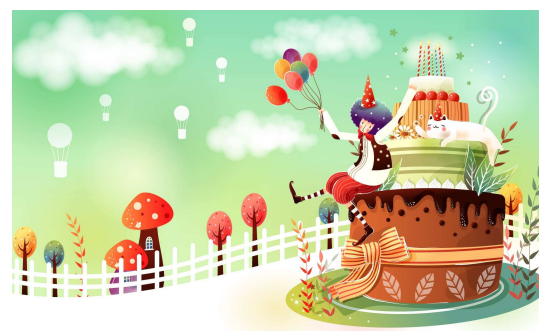
### สรุปเพื่อความเข้าใจกันอีกครั้งก่อนที่จะนำเสนอกิจกรรมการรักษาด้าน SI

- ความบกพร่องทางการประสานประสานการรับรู้ความรู้สึก (Sensory Integration Disorder หรือ Sensory Processing Disorder) มีได้ 3 ประเภท
  - (1) บกพร่องด้านการปรับระดับประสาทการรับรู้ความรู้สึก (Sensory Modulation Disorder) เช่น เด็กที่รับประสาทสัมผัสไว กับเด็กที่รับประสาทสัมผัสช้า หรือต่ำ
  - (2) บกพร่องด้านการแยกแยะประสาทการรับรู้ความรู้สึก (Sensory Discrimination Disorder)
  - (3) บกพร่องด้านการเคลื่อนไหว (Sensory Based Motor Disorder)
- เด็กอาจมีความบกพร่องครบทั้ง 3 อย่าง ในแต่ละวันความบกพร่องอาจจะไม่เหมือนกัน ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความสามารถของสมองที่ไม่สมบูรณ์ และมีการพยายามปรับตัวอยู่เสมอ
- ผู้ปกครองควรจดบันทึกพฤติกรรมที่แสดงออกในแต่ละวันเพื่อดูความถี่ และความบ่อยของพฤติกรรมนั้นๆ เพื่อใช้เป็นสื่อในการรักษา ซึ่งเด็กบางคนที่มีปัญหาชัดเจนเช่น สะบัดมือ เล่นมือ จะเห็นความถี่ และความบ่อยของพฤติกรรม ดังนั้นจึงเป็นการง่ายที่ผู้ปกครองจะเลือกกิจกรรมให้เด็ก

### ตัวอย่างกิจกรรมการประสานประสานการรับรู้ความรู้สึก (SI)

#### การสัมผัส (Tactile)

- เล่นแป้งโด
- เล่นFinger Paint
- เล่นทราย ไปเที่ยวทะเล ก่อปราสาททราย
- โล้ชั้นผสมสีผสมอาหาร เล่นfinger paint
- กาวผสมสีผสมอาหาร ใช้ทำตกแต่งหน้าเค้กของปลอม เช่น นำกาวยาส์สูงพลาสติกเจาะรูแล้วบีบให้เป็นเส้นๆ
- ค้นหาของในกะบะทราย ถั่ว หรือจี้เลื้อย
- เก็บเมล็ดทั่วบนพื้นหญ้าเทียม
- เล่นในอ่างบอล
- เป่าลูกโป่งbubbleให้โดนตัวเด็ก
- นวดตัวด้วยบอล หรือผ้าห่มที่เน้นความหนัก



## การรับรู้ตำแหน่งของร่างกาย และข้อต่อ (Proprioceptive)

- (ร่างกาย) เล่นเกมผลึก ดึง อุ้มยกตัว กระแทก และกอดแน่นๆ
  - ตุกตากล้มลุก
  - วิ่งไล่กระแทกกัน
  - วิ่งไล่กับแล้วกอด
- (มือ)
  - ตำครก ขยำกระดาษ ดินน้ำมัน แป้งโด
  - โหนบาร์
  - ลากของที่มีน้ำหนัก
  - หีบไม้หีบผ้า ที่มีขนาดต่างกัน
  - บีบของเล่นที่ทำเป็นขนมพิซซ่า
  - บีบของเล่นที่ทำเป็นเส้นสปาเกตตี้
  - กอดหัวบีบขวดโลชั่น วัตถุข้างในอาจเป็นน้ำก็ได้
  - ระบายสีไม้ พู่กัน สีเทียน
- (ภายในช่องปาก) เกมเคี้ยว เกมดูด เกมเป่า
  - เคี้ยวหมากฝรั่ง เจลลี่ ขนมกรอบ (เน้นให้เป็นของรางวัลเพื่อจูงใจ)
  - ดูนํ้า โดยเน้นให้มีหลอดขนาดที่ต่างกัน หลอดขนาดใหญ่จะใช้แรงดูดมาก กว่าหลอดเล็ก
  - เป่านกหวีด เป่าฟองอากาศ เป่าขนนก เป่ากระดาษ และเป่าเทียน
  - ใช้แปรงแบบสั้น



## การเคลื่อนไหวและการทรงตัว (Vestibular)

- กระโดดแตรมโพลีน กระโดดบนเตียงน้ำ กระโดดบนบอล
- เล่นชิงช้า
- เล่นม้าโยก
- จั๊มพ์ ปั่นจักรยาน
- เล่นสกีตเตอร์
- เล่นเครื่องหมุนต่างๆ
- กิจกรรมที่ต้องลอด มุดต่างๆ
- จับเด็กวิ่งหมุนรอบตัว หรือให้เด็กวิ่งเป็นวงกลม
- เล่นสะพานลื่น หรือตีลังกา



## การรับกลิ่น (Olfactory)

- กลิ่นบำบัด (Aromatherapy) โดยเริ่มจากกลิ่นที่เจอจางจะทำให้เด็กนิ่ง สงบลงได้ ถ้าเด็กเริ่มทนได้มากขึ้นค่อยเพิ่มความเข้มข้น
- เล่นแป้งที่มีน้ำหอมต่างๆ
- โลชั่นที่มีกลิ่นหอม

## การรับรู้ทางด้านสายตา

- เกมไฟฉาย หรือไฟฉายที่ผนังลากบนกำแพงให้เด็กมองตาม เช่น ฉายที่กำแพงจุดเดียว เพื่อให้เด็กสนใจก่อน จากนั้นเริ่มค่อยย้ายที่ในทิศทางต่างๆเพื่อดูว่าเด็กมองตามสนใจไหม
- ไฟกระพริบ เล่นปิดเปิด มองตาม เกมซ่อนหา
- แผ่นซีดีที่สะท้อนแสงได้ ให้เล่นกลิ้งให้เด็กวิ่งไปเก็บ
- เกมลากเส้นจากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่ง

## การได้ยิน

- กิจกรรมร้องเพลง โดยเล่นไมค์โครโฟนให้เด็กพูด
- เปิดเพลงต้นกิจกรรมเข้าจังหวะโดยเน้นเสียงเพลงที่ตั้ง
- เมโลดีเสียงเพลงให้กดสัตว์ที่ร้อง มอมอ สัตว์ที่ร้อง จีบจิบ
- เน้นของเล่นที่มีเสียงมาใช้ในการทำกิจกรรมเพื่อดึงดูดความสนใจ

## กิจกรรมส่งเสริมการเคลื่อนไหว และสัมผัสพันธ์ (เอาไว้เพื่อฝึกทักษะการแก้ปัญหาของเด็ก)

- กิจกรรมเดินทรงตัวบนสะพานทรงตัวโดยมีสิ่งกีดขวางอยู่บนสะพาน
- เดินในท่าสัตว์ต่างๆ เช่น กระโดดกบ คลานท่าหมี คลานท่าแมงมุม เดินเหมือนเป็ด กระต่ายขาเดียว กระต่าย 2 ขา
- กระโดดเชือก
- การโยนรับบอล
- กระโดดโยนบอลลงตะกร้า
- กระโดดตบเป็นจังหวะ
- กระโดดเอาของในที่สูง ให้เด็กแก้ปัญหาของอยู่ที่สูงจะทำอย่างไร
- กิจกรรมวิ่งซิกแซก
- กิจกรรมโยนห่วง หรือปาลูกดอก
- กิจกรรมเกมกีฬาต่างๆ เช่น ปีนจักรยาน ว่ายน้ำ ฟุตบอล บาส เป็นต้น

