

感覚統合療法実践例の紹介

覚醒レベルが低い(ボーとしている)子どもへの支援

- トランポリンの上で連続ジャンプする。
- スイング系遊具(ホーススイング・チューブスイング等)にのってダイナミックに揺らす。
- ボール椅子に座ってバランスをとる。
- スクーターボードにうつぶせになり、腹臥位伸展位をとって、両手で床面をかいて前に進む。

怖がりな子ども(重力不安がある子ども)への支援

- 少しずつ遊具に慣らす(スモールステップ化)。
- パターン化した刺激から少しずつ変化を与え、受け入れの幅を広げていく。
- 親子で体を触れ合わせせて、精神的安心感を与えながら、ダイナミックな親子遊びを行う。

触覚刺激を嫌がる子どもへの支援

- 触覚刺激を与える前に触圧覚や振動を加える(握手・手のひら全体で豆類を触る等)。
- 触覚刺激以外のことに集中してもらおう(一本橋コチョコチョコ・高い高い等)。
- クッキーづくりや白玉団子づくりを行う。

触覚の感覚探求が強い子どもへの支援

- スライム遊び
- フィンガーペインティング
- 小麦粉粘土
- 片栗粉粘土
- シェービングクリーム遊び
- 小麦粉風船、片栗粉風船

前庭感覚と固有感覚の感覚探求が強い子どもへの支援

- トランポリンの上で連続ジャンプする。
- スイング系遊具(ホーススイング・チューブスイング等)にのってダイナミックに揺らす。
- ボール椅子に座ってバランスをとる。
- スクーターボードにうつぶせになり、腹臥位伸展位をとって、両手で床面をかいて前に進む。
- 公園のブランコに乗る。

姿勢が悪い子どもへの支援

- 椅子に座らせるときは、両足の足底がつくように補高をする。
- スクーターボードにうつぶせになり、腹臥位伸展位をとって、両手で床面をかいて前に進む。
- ビックボールの上にもうつぶせに乗せると、上半身を持ち上げる。あおむけに乗せると、腹筋の力で起き上がる。

姿勢・筋緊張・筋力を高める活動

- サーキットコース(平均台・梯子・マット運動・トンネルくぐり等)に沿って、一人で取り組む。
- 公園のアスレチック遊具を使って遊ぶ。

集団での活動(サーキット遊び)における工夫

- サーキット遊びではマンツーマンかゾーン対応。
- サーキット遊びの中に認知課題を組み入れる。
- 待ち時間をできるだけ短くする。
- 社会スキルの要素を組み入れる：待つ、順番を守る、渡す、模倣、要求

立位バランスが悪い子どもへの支援

- 1本の平均台の上からバランスをとりながら、魚釣りや輪投げ等を行う。
- 1本の平均台の上で、体幹をねじってバットを振る。
- 身体をねじりながらコップを重ねる。

運動企画力が低い子どもへの支援

- 三輪車、補助輪付自転車をこぐ。
- ラダーウォール
- アスレチック系遊具に取り組む。
- 足を踏み出ししながら、片手でボールを投げる。
- 木登り
- ボルタリング
- 逆さ四つ這い

目と手、目と足の協調運動が苦手な子どもの支援

- タンバリンを上下左右に動かしながら、片手でたたくように促す。
- 左右の手を協力させてビーズ通しをする。
- 自分で歩幅を調整しながら、飛び石を渡る。

他児と協力しての遊びが苦手な子どもへの支援

- 子どもを毛布の上に座らせて、二人の子どもが引っ張る。
- 向かい合って座り両手をつないで、「ぎっこんばったん」をする。
- バスタオルの上にボールを乗せて、二人でボールを運ぶ。

眼球運動がぎこちない子どもへの支援

- シャボン玉を手で割る。
- 風船を上を打ち上げる。
- 大きなボールでキャッチボールをする。
- 点と点を結んで、縦線や横線、斜め線を描く。
- 大きなボールで転がしドッチボールをする。

感覚発達を促すお手伝い

- 床面の雑巾かけをしよう。
四つ這いでの雑巾かけできない時は
テーブルを拭こう。
窓を拭こう。
- 食べ終わった食器をトレイに乗せて流しに運ぼう。
- 洗濯物を、洗濯バサミを開いてはさそう。

毎日のお手伝いで、たくさんほめよう。

「ありがとう」と伝えよう。

→自己肯定感を高める。家族の一員としての認識が高まる。

雑巾かけの効果

- 体幹筋の筋力強化になり、姿勢が安定する。
- 前に倒れた時に、両手で自分の身体を支えることを学習する。
- 上肢の筋力強化になる。
- 全身運動のため前庭感覚と固有感覚が強く刺激されて、覚醒レベルが上がる。姿勢バランスをとることがうまくなる。

トレイ運びの効果

- 身体からトレイを離すことで、肘関節・手関節・指関節の力をコントロールしながら運ぶことを学習する。
- 目と手の協応動作の発達を促す。
- 左右の手の協力動作の発達を促す。

粗暴行為が見られる子どもに効果的

→肘関節や手関節の動きを意識するようになる。

洗濯バサミの開閉の効果

- 親指と人差し指でつまむ力が強くなり、指先の力のコントロールができるようになる。
→指先の細かい動作ができるようになる

生活の中で、できることはたくさんあります。

その子にできるお手伝いを見つけ、繰り返しやってみようことで、お手伝いの技術が向上します。

自信を充電していく→学校に行っても頑張れる。

まとめ

- 幼児期は前庭感覚と固有感覚と触覚の発達を促すことが大切である。
- 言語や認知、社会性を伸ばすためには、感覚発達と運動発達を促し、土台を固める必要がある。
- 子どもは身体を使った遊びの中で、前庭感覚・固有感覚・触覚の感覚情報から、ボディイメージを形成し、自分の身体を自在に使えるようになってくる。
- 毎日のお手伝いは感覚発達を促す。家族の一員としての役割を持たせることが自己肯定感を高める。

ご静聴ありがとうございました

参照出典

- 感覚統合学会認定講習会Aコース資料
- 感覚統合学会認定講習会Bコース資料
- 感覚統合Q&A
- ボイタの運動発達学
- 感覚統合とその実践