

世纪特殊教育创新教材
★ 康复与训练系列 ★

儿童感觉统合训练

ERTONG GANJUE TONGHE XUNLIAN

李娟◎编著



抓住孩子**发育的敏感期**与**成长的关键期**

培养孩子感统协调的能力，激发孩子大脑的潜能

预防、矫正感觉统合失调，促进孩子智力的发育
通过游戏进行感觉统合训练，提升孩子学习的能力



中国妇女出版社

儿童感觉统合训练

ERTONG GANJUE TONGHE XUNLIAN

李娟 编著



中国妇女出版社

图书在版编目(CIP)数据

儿童感觉统合训练 / 李娟编著. —北京: 中国妇女出版社, 2016.10

ISBN 978-7-5127-1324-6

I. ①儿… II. ①李… III. ①感觉统合失调—训练—儿童教育—特殊教育 IV. ①G76

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 178995 号

儿童感觉统合训练

作者: 李娟 编著

责任编辑: 魏可

封面设计: 创品世纪·秦墨函

出版发行: 中国妇女出版社

社址: 北京东城区史家胡同甲24号 邮政编码: 100010

电话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网址: www.womenbooks.com.cn

经销: 各地新华书店

印刷: 三河市双峰印刷装订有限公司

开本: 170 × 240 1/16

印张: 16.75

字数: 200千字

版次: 2016年10月第1版

印次: 2016年10月第1次印刷

书号: ISBN 978-7-5127-1324-6

定价 35.00元

版权所有·侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

前言

孩子是天使，是上天赐予父母最珍贵的礼物。孩子的降生会给家庭带来快乐和喜悦，但也会让初为父母的家长忙乱和迷惑。在这个变化万千、竞争激烈的多元化社会，孩子的教育显得极为重要，尤其是针对婴幼儿的早期教育。婴幼儿期是孩子感觉发展的关键期，这个时期孩子的生长发育最快。如果这个时候父母能给予宝宝丰富的营养和适当的感觉训练，就可以很好地开发宝宝的大脑，使信息传递得更迅速，让宝宝更聪明、更健康。通过本书，家长可以了解到感觉统合的理论基础，了解感觉统合各个系统（前庭系统、触觉系统、本体感觉等）的基本功能，从而更深刻地认识感觉统合这一理念，并将其贯彻执行，为孩子的教育及未来发展奠定坚实的基础。

对于每一个儿童来说，感觉统合的作用都是不可缺少的。正因为人的大脑具有感觉统合的能力，所以才能协调身体对外界的刺激做出适应性反应。因此，成长中的宝宝不仅需要各种感觉刺激，还需要对其进行科学有效的感觉统合训练。

本书详细介绍了感觉统合训练的原则、方法、技巧，以及可在家庭生活中进行的一些简单易行的感觉统合游戏，并对训练中可能产生的误区做了说明，以供家长参考和使用。

儿童感觉统合的发展可以分为三个时期：一是3岁前的预防期，二是6岁前的矫正期，三是10岁前的弥补期。所以，儿童的教育要从小抓起。但由于缺乏经验，许多父母不明白应该怎样对宝宝进行感觉统合训练，从而错失了最佳的早期教育时机。为了给怀孕中的妈妈以及初生宝宝的家庭更多感觉统合方面的指导，本书从胎教开始讲起，详细介绍了0岁到1周岁宝宝的感觉统合训练方法，让孩子及早地接受训练，预防感觉统合失调，为其以后的发展奠定基础。

生活在都市中的孩子，其活动空间越来越少，加之家长教养理念的偏差等，都可能给孩子的感觉统合带来极大的影响。但更糟糕的是，许多家长对孩子身上表现出的问题总是后知后觉，等发现的时候已经失去了矫正的先机。这样不仅会给孩子的成长带来隐患，更会让家长痛苦万分。所以，家长有必要阅读本书中列举的感觉统合失调的表现，然后观察自己的孩子是否有这种情况，并利用相关的测评方法对孩子的感觉统合能力进行一个总体的测评。只有明确孩子的障碍情况，才能更好地给孩子提供帮助。

另外，感觉统合失调的情况更多发生在一些问题儿童身上，例如智能迟缓儿童、缺陷多动症儿童、抽动症儿童、自闭症儿童，等等。这些儿童属于社会中的弱势人群，他们更需要社会的关爱。这类问题儿童常常伴有生理或心理上的某种缺陷，阻碍其健康发展。对于这些问题儿童的感觉统合训练方法，本书也有详细介绍，目的是帮助这些问题儿童清除发展障碍，促进其身心健康成长，提供更多爱护和帮助。

总而言之，感觉统合最重要的还是要去“做”，只有行动才是解决问题的根本方法。用说的、用写的，比理论、比深度，都不如“立刻行动”来得快。孩子感觉统合的发展没有快捷方式，只有靠不断地努力和坚持。

目录

第一章 感觉统合与儿童感觉统合能力失调

什么是感觉统合 / 002

感觉统合的发展 / 005

感觉统合失调的表现 / 010

感觉统合正常与感觉统合失调的比较 / 013

感觉统合失调的原因分析 / 016

第二章 了解你的孩子：最基本的三大感觉系统

前庭系统及其掌管功能 / 020

前庭系统发展失调的表现 / 024

触觉系统及其掌管功能 / 028

触觉系统运作失调的表现 / 031

本体觉及其掌管功能 / 035

本体觉整合失调的表现 / 038

听觉功能 / 041

视觉功能 / 045

嗅觉、味觉功能 / 048



第三章 发现孩子的问题：感觉统合能力测评

儿童感觉统合发展测评 / 052

前庭功能发展情况测评 / 058

触觉系统发展情况测评 / 059

本体觉系统发展情况测评 / 061

智力发展测评 / 062

推理能力发展测评 / 066

运用教具诊断感觉统合失调 / 070

第四章 感觉统合训练原则

顺应性原则 / 078

内驱力原则 / 079

快乐原则 / 081

以儿童为主角原则 / 083

培养自信心原则 / 087

针对性原则 / 090

兴趣性原则 / 091

循序渐进原则 / 093

第五章 感觉统合能力训练

强化平衡感训练 / 096

强化前庭功能训练 / 100

- 强化触觉功能训练 / 105
- 强化本体感觉训练 / 110
- 强化语言发展训练 / 115
- 强化左脑理解与思考力训练 / 119
- 强化右脑想象力和创造力训练 / 123
- 在游戏中培养孩子的人际交往能力 / 127

第六章 各类问题儿童的感觉统合训练

- 智能迟缓儿童 / 132
- 多动症儿童 / 136
- 抽动症儿童 / 141
- 自闭症儿童 / 145
- 智力正常、学习困难儿童 / 149
- 脑瘫儿童 / 154

第七章 感觉统合训练中的智力开发

- 语言能力：多听，多说，多练习，多积累 / 160
- 想象力：放飞孩子想象的翅膀 / 163
- 注意力：让孩子精神高度集中 / 166
- 记忆力：让孩子不“健忘” / 170
- 运动力：让孩子尽情释放运动智能 / 174
- 思维力：从小培养思考的本领 / 177
- 观察力：孩子也可以“明察秋毫” / 180



第八章 家庭教育中感觉统合训练常见误区

误区一：感觉统合能力会自然而然地生成 / 184

误区二：问题出现了才需要进行感觉统合训练 / 184

误区三：感觉统合训练交给老师就放心了 / 185

误区四：感觉统合训练就是大肌肉运动 / 186

误区五：忽视儿童之间的个体差异 / 187

误区六：高估儿童的承受能力 / 189

误区七：忽视“多动”与“好动”的区别 / 190

第九章 家庭辅助与婴儿感觉统合训练

从孕期开始预防感觉统合失调 / 196

1 月龄：开始感知自己的小手 / 199

2 月龄：认识妈妈，学会微笑 / 203

3 月龄：学会翻身的黄金时期 / 208

4 月龄：训练协调能力的黄金时期 / 211

5 月龄：双手协调能力发展的关键时期 / 215

6 月龄：培养语言表达能力 / 219

7 月龄：发展爬行能力 / 222

8 月龄：拇指、食指对捏等细微动作的发展 / 226

9 月龄：咿呀学语的萌芽期 / 230

10 月龄：学会叫妈妈 / 233

11 月龄：发展行走能力的黄金阶段 / 237

第十章 家庭中的感觉统合游戏

触觉小游戏：摸一摸，体验各种触感 / 242

平衡感小游戏：全身都动起来 / 245

本体觉小游戏：感觉与运动相结合 / 247

视觉小游戏：四肢与大脑合作 / 250

听觉小游戏：听、问、想，环环相扣 / 251

嗅觉和味觉小游戏：闻一闻，尝一尝 / 253

综合感觉统合游戏 / 254



第一章

感觉统合与儿童感觉统合能力失调

感觉统合是指儿童的大脑与身体相互协调、对环境做出适应性反应的能力。这种能力在婴幼儿期就已经开始发展，而且与儿童日后的学习能力有很大关系。感觉统合失调的儿童会出现无法确定惯用手、爱撒饭粒、走路不协调等表现。造成感觉统合失调的原因除了遗传等先天因素，还有生活方式、家庭教育等方面的后天因素。



什么是感觉统合

感觉统合 (Sensory Integration) 是指机体在环境内有效利用自己的器官, 通过视觉、听觉、味觉、嗅觉、触觉、前庭觉和本体觉等从环境中获取信息, 并由大脑对其进行多次分析、综合处理, 进而做出适应性反应的能力。概括来说, 感觉统合就是一种大脑和身体相互协调的学习过程, 与大脑和身体的发展息息相关。感觉统合就好像一个信号灯, 在大脑这条“高速公路”上引导着各种各样的信息进行有序的传导。

1970年, 在欧美及日本等发达国家中, 人们发现“问题儿童”越来越多。于是在数百位专家齐心协力的研究下, 终于在1972年由美国加利福尼亚大学临床心理学家爱尔丝 (J. Ayres) 博士系统地提出感觉统合理论。也就是说, 感觉统合的理论由脑神经生理学基础发展而来。

据调查显示, 几乎所有儿童都存在一些感觉统合失调的症状。换言之, 任何一个儿童都很难百分



之百达到感觉统合。儿童之所以会出现感觉统合失调的症状，与大脑皮质（上位脑）障碍这种说法相比，爱尔丝博士更认可脑干（间脑、中脑、脑干、延髓）脊髓系（下位脑）基本功能统合障碍这种说法。人类要想拥有行为和能力，就必须由生物的基本功能（脑干脊髓系）正确而又充分地发挥其功能才能得以实现。在心理学上，“心理发育迟滞”是指身体运动、感觉运动、认知语言、社会性等能力未达到其实际年龄所应具有的水平，这同样是因为大脑神经基本水平的统合（发育）有障碍造成的。

在日常生活中，与同龄孩子相比，有些儿童更需要父母和老师的照顾，对父母和老师比较依赖。同时他们的行为也会显得比较幼稚，缺乏自我控制能力，不能很好地保护自己免受伤害。这些状况很有可能就是感觉统合失调引起的。

为了更明确感觉统合这一概念，我们需要了解以下几点。

大脑的工作过程

众所周知，大脑对人的作用至关重要，它能帮助我们处理周围环境中庞大而又复杂的信息，从而使我们逐渐适应环境，远离环境中暗藏的危险，甚至能够在一定程度上改造环境。人类大脑的极端复杂性使得与其相关的研究都还未能深入进行，然而一项新的实验结果则向我们展示了大脑的工作过程：人脑主动抑制或忽略无关的或次要的信息，而将重要信息经过整合后，指挥身体各部分器官协调运动，完成对环境的适宜反应。

首先，我们的中枢神经系统要进行感觉输入，而感觉输入则要依赖视觉、听觉、运动觉、平衡觉和触觉等感官进行采集信息来完成。所以，人体的感官必须确保可以正常运作，否则将会影响感觉输入，妨碍感觉统合的正常发展。

其次，中枢神经系统开始进行感觉统合，即将感官通过感觉神经传来的信息加以组织、比较和储存。在这个过程中，为了使人更加清楚地对现有信息进行认知，中枢神经系统还要将目前的和过去的各种各样的信息进行有机结合，使其作为一个整体来进行认知。

再次，中枢神经系统要支配着运动器官进行动作输出。动作输出作为一种神经冲动，使人能够做出面对刺激的一系列动作反应。同样，如果人体的运动器官出现了缺陷，那也将会影响动作输出的过程。

最终，人体还要对动作输出进行核对，并持续性地回馈给大脑。这种回馈过程十分重要，它也能够作为另一个输入的来源，使感知觉构成一个连续的过程，从而在大脑运作过程中起到调节的作用，使其不易出现错误。但同时回馈也依赖于感官和动作的配合，所以说，动作和感觉是认知过程中无法缺少的一环。

婴幼儿的感觉统合系统

感觉统合系统早在婴幼儿时期就已经开始形成，触觉、前庭平衡、固有平衡等能力在胎位的变动中就有所发展，只不过还未发育成熟，各神经元与外界的联系还处在初步建立的过程中。要想让儿童的感觉统合正常发展，就必须在婴幼儿时期给予足够的刺激，这样才能使大脑神经元突触之间的连接得到不断强化，使儿童的高级神经系统功能和行为能力得到稳步建立，为更高一级的思维形成打下坚实的基础。所以，儿童要想具有完善的行为能力，就必须从婴幼儿时期就开始进行发展，从一个个简单的行为进而提升为更高的行为水平，否则将会直接影响感觉统合系统的功能。

周围环境的刺激作用

前面已经说过，婴幼儿时期人的脑发育还未成熟，有的功能还不能够正常地发挥，所以 0~3 岁是人脑发育的黄金时期。在这期间，孩子要经历吞咽咀嚼、分辨大小多少、爬行、站立、行走、口头语言、计数发展的关键期。3 岁以后，孩子还要进行性格培养、形象视觉发展、学习书面语言、掌握数学概念和语言词汇能力等。

所以，广大父母要抓住儿童发展的这一关键时期，对孩子进行早期教育，为孩子塑造一个丰富多彩的生活环境，提供各种有效的刺激，从而使孩子的感知觉等得到及时的发展。而一旦错过了这个机会，则终生都难以弥补。

在日常生活中，父母要经常带孩子出去玩一玩，可以去森林里观察奇妙的大自然，也可以学习歌舞或者聆听音乐，等等。而儿童在通过感知觉器官接收到这些丰富多彩的信息之后，自身的各种能力，诸如视觉、听觉、触觉、味觉、嗅觉、想象力和思维力等都会得到发展。所以，用科学的方法逐渐让孩子在“玩”中不知不觉学到知识，对感觉统合的发展是很有必要的。

* 感觉统合的发展

每个儿童都不可能达到完美的感觉统合能力。也就是说，感觉统合功能的发展在个体上是存在差异的，而这种差异主要体现于感觉统合能力的高低。有些儿童的感觉统合功能可能发展得快，而有些儿童相比之下可能



会慢一点儿。随着年龄的增长，这种差异就会逐渐体现出来，甚至会越来越大。这就直接导致了感觉统合功能发展较慢的儿童在日常生活出现这样或那样的问题，如做事拖沓、胆小内向、注意力不集中、好动、挑食等，让家长和老师很是头疼。

但同时我们也要明白，人在刚出生时就具备了感觉统合的基本能力，一直到生命结束都在进行着感觉统合的过程，而这种过程所经过的基本程序是相同的，它是一种自然而有规律的发展。

作为家长，则有必要了解感觉统合发展的主要过程和基本原则，这样才能给孩子营造一个适当的发展环境，使其更多地接受环境信息的刺激，并主动积极地探索环境，从而让身体和大脑的相互协调得到锻炼，使感觉统合功能发展得更加完善。

感觉统合的发展过程

1~2岁，是初级感觉统合阶段。这时婴儿脑重925克~1064克，脑细胞长出许多突起，分出侧枝，形成专用的神经通道。与此相应，多种感觉经整合形成知觉。例如：婴儿能对常接触的物品和玩具形成知觉；婴儿在看到父母和听到他们的声音时，会有与平常不同的反应。动作发育方面，婴儿在6个月时能够翻身，7个月时会坐，8个月时会爬，1周岁时会走。

在1岁半时，婴儿能逐渐明白一些常用词的意思。

3~5岁，是中级感觉统合阶段。这时儿童脑重1100克~1150克，侧枝的分枝增多，专用神经通路随感觉整合而增多，并使大脑五个语言区都发育成熟并建立联系。这个阶段的儿童应能说出1000多个词汇，开始具有语言能力和记忆能力，并能控制自己进行有目的的活动。这个时期是儿童语言、智力、个性形成的关键时期。

6~10岁，是高级感觉统合阶段。这时儿童的大脑重1150克~1250克。在这个时期，儿童已经具备了一些较为复杂的心理和行为反应，注意力、自我控制力、记忆力、语言表达等能力会有明显地提高，并且会出现一些诸如音乐、舞蹈、绘画的特长。另外，儿童左右大脑半球的功能也会出现单侧化。

在15岁左右，儿童的感觉统合功能基本发育成熟。这时儿童脑重1350克，已经近似成人的脑重1400克。15岁的儿童如果感觉统合功能发展良好，那就已经初步具备了适应环境的能力，能够迎接环境带来的挑战，成人后也会比较容易形成良好的思维能力、情绪调节能力和社会交往能力。

感觉统合的发展原则

在一个生命刚刚降临时，世界对他来说是崭新的，而这个生命最初的大部分活动也只是神经系统内感觉组织过程的一部分，这就是儿童感觉统合发展最基本的组织能力。

对一个新生儿来说，周围环境对其传递的信息并不能被很好地感知和组织，所以新生儿具备看、听等感知觉，但这些感觉对他来讲却没有太大的作用。随着外界环境的不断刺激，这种感觉会积累得越来越多，婴儿会逐渐对各种感觉在大脑中进行组织，同时也会对某些感觉进行集中注