

# 感覺刺激尋求

## ■ 何謂尋求感覺刺激？

在感覺統合的理論中，兒童會因其感覺處理模式不同而出現不同的行為反應，其中當小朋友的神經系統無法正常對刺激產生反應時，便會需要很多感覺輸入來滿足感覺需求，小朋友也就會出現尋求感覺刺激的行為。

## ■ 如何判斷，我的小孩是不是有尋求感覺刺激的行為？

尋求感覺刺激的小朋友，在日常生活中會不停的動、坐立不安、找機會玩動態設施、自己轉圈圈、用皮膚摩擦或探索物體、喜歡光腳、咀嚼東西以增加活動中的感覺輸入；在遊戲時，他們也許會看起來很興奮，不顧自身安全的攀爬或是找機會摔、跌。

## ■ 我的小孩出現尋求感覺刺激的行為，我在家可以用什麼活動改善？

小朋友出現的行為	可用的活動	
<p>小朋友喜歡不停的動、找機會玩動態設施或是自己轉圈圈：</p> <p>當兒童出現如上述之坐立不安的行為，通常是神經系統對其前庭覺的反應不足，可以在不同姿勢下多嘗試吊床、鞦韆、溜滑梯等擺盪及旋轉的活動。</p>	<p>手牽手轉圈圈</p> 	<p>擺盪及旋轉</p> 

小朋友出現的行為	可用的活動	
<p>小朋友喜歡用皮膚摩擦或探索物體、光腳走路：</p> <p>當兒童出現上述行為通常是神經系統對觸覺的反應不足，在家中可以讓小朋友用刮鬍泡塗抹四肢、從豆豆池中找積木、用厚棉被裹住身體等活動</p>	<p>盒子裡找卡片</p> 	<p>用厚棉被裹住身體</p> 
<p>小朋友喜歡咀嚼東西或是不顧自身安全的攀爬或摔、跌：</p> <p>當兒童出現上述行為通常是神經系統對本體覺的反應不足，平時可多提供小朋友一些較需要出力的活動，像是吃有嚼勁的東西、攀爬繩網、用力地跳床等</p>	<p>撐手單腳跳</p> 	<p>吃烤過的麵包、法國麵包</p> 

## ■ 注意事項

在進行這些活動時，我們建議讓小朋友自己去選擇要增強的感覺刺激，也讓小朋友自己選擇刺激的部位、強度以及需要多少時間，當小朋友對這些刺激活動不再想要或是不再出現先前自我刺激行為時，這時候絕不需要鼓勵他們再繼續進行這些活動，可以讓小朋友去做其他感興趣的活動。

諮詢電話：(02)2737-2181 分機 1241 轉 14  
 制訂單位 / 日期：復健醫學部職能治療組/1110415  
 F-4200-PA-033

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮