

# GONGE® INSIGHTS

Af fysioterapeut Hannah Harboe

## Tactile Discs og taktil diskriminering

I vores hud sidder receptorerne for følesansen – det, der kaldes den taktile sans.

Den taktile sans er særlig følsom omkring vores mund, i hænderne og under fødderne.

På de følsomme steder er vi i stand til at mærke meget små forskelle i overflader, underlag mm. Hvis vi færdes i mørke, kan de fleste med fødderne mærke forskel på, om de går på en asfalteret vej eller en jordvej. Vi mærker højden på trappetrin og dørtrin. Evnen til at kunne skelne strukturer og overflader fra hinanden er med til at hjælpe os til at bevæge os jævnt og flydende uden konstant tendens til at falde eller snuble.

Med hænderne kan vi mærke meget små forskelle, f.eks. forskellen på skallen fra en appelsin og en mandarin.

Børn har brug for at opøve deres evne til at skelne genstande fra hinanden. Evnen til at skelne med følesansen kaldes taktil diskriminering.

Jo mere vi stimulerer og lader børn røre og manipulere med alt det, de kommer i kontakt med gennem deres dagligdag, jo bedre bliver de til at bruge følesansen og til at håndtere finmotoriske opgaver som at tegne, sy og skrive. Jo mere børn får lov til at bevæge sig på forskellige underlag i naturen, både med og uden fodtøj, jo bedre bliver de til at bevæge sig frit og elegant på alle underlag uden at snuble over små ujævnheder.

Tactile Discs er et produkt, som kan bruges til at opøve børns evne til taktil diskriminering. Alle skiver er forskellige, men samtidig læner de sig op af hinanden. Materialet, diameteren og tykkelsen er den samme, men overfladen ændrer sig fra plade til plade.

Skiverne findes i 2 størrelser: Et sæt til fødderne og et sæt til hænderne. Herved kan barnet både mærke forskel på de forskellige skiver med hænder eller med fødder, men også matche og overføre en oplevelse fra hænderne til fødderne og omvendt.

De små skiver kan også bruges til taktil stimulering på andre dele af kroppen. De store kan bruges til at sidde på.

Når barnet går på skiverne, vil det opleve, at balancen

bliver påvirket, alt efter hvilken plade, der trædes på.

Pladens overflade påvirker føddernes taktile registrering, som arbejder tæt sammen med balancen i det vestibulære system.

Hele oplevelsen støtter sig til den visuelle sans, som bedømmer sanseinputtet allerede før, der trædes på skiverne. Tilsammen vil sanseintegrationen mellem de forskellige sanseinput bevirke, at barnet regulerer sin fart, kraft og rytme i bevægelse hen over skiverne. På nogle skiver vil barnet gå langsomt og eventuel dvale for at finde fodfæste. På andre skiver vil barnet bevæge sig hurtigt videre for at minimere stimuleringen, som enten stikker lidt eller udfordrer balancen pga. en ujævn overflade.

Case på side 2. >>



## Case:

Ella er en glad og frisk pige på 5 år. Hendes handicap er, at hun er meget svagt seende, hvilket bevirker, at hun motorisk ikke er alderssvarende.

På grund af det meget nedsatte syn har Ella levet en mere beskyttet tilværelse end hendes jævnaldrende venner. Hun har været mere afhængig af de voksne omkring sig, især ved leg udendørs, hvor hun ikke altid selv registrerer farer. Derfor kan hun ikke forhindre fald over grene, trappetrin eller ikke det at komme for tæt på en gynges i fart og lignende.

I takt med at Ella bliver ældre, har hun et voksende behov for selvstændighed og oplevelse af at være mindre afhængig af voksne. Det er blevet tydeligere, at hun har brug for at styrke motorikken. For at opnå større selvstændighed skal hun have skærpet og styrket de andre sanser, så hun kan kompensere for det manglende syn.

Indtil videre har Ella gjort meget brug af sin hørelse. Hun er god til at orientere sig efter stemmer og god til at stoppe op, hvis de voksne fortæller, at der er en fare forude. Hun har også været god til at mærke og røre ved alt, og hun har opøvet en god til taktil diskriminering og manipulering med sine hænder. Men hun har ikke fået tilstrækkelig information og stimulering gennem føddernes taktile sensorer. Hun mister let balancen og bliver utryk ved nyt underlag og i ujævnt terræn.

Vi beslutter at starte med at træne taktil diskriminering af fødderne ved hjælp af Tactile Discs. Vi lægger alle de store skiver i en rundkreds på



gulvet. Ella går en runde på dem alle med mig i hånden. Hun har brug for meget støtte for ikke at miste balancen, hver gang hun træder på en ny plade. Derefter får Ella en lille plade i hånden og skal gå rundt på skiverne, indtil hun tror, hun står på den samme, som den hun har i hånden. Ella går langsomt og mærker godt efter. Nogle gange gætter hun rigtig med det samme, andre gange skal der flere forsøg til.

Vi gentager legen hver uge. Stille og roligt bliver Ella både mere sikker i sin gang over skiverne, i sin evne til at bruge føddernes følesans til at holde fodfæste og til undgå at miste balancen.

I takt med at vi får øvet, bliver Ella også mere sikker på legepladsen. Både forældre og pædagoger har fået en større bevidsthed om, hvor vigtig det er, at Ella øver og bliver udsat for mange forskellige underlag. Træningen og stimuleringen gør hende i stand til bedre at begå sig i en verden, som i mange henseender er bygget op på de seendes præmisser.

På gensyn i næste nummer  
af Gonge Insights  
– eller besøg os på  
[www.gonge.com](http://www.gonge.com)

