

AISTITIEDON KÄSITTELYN VAIKEUDET

Kun henkilö kokee saamansa aisti-informaation hämmentävänä, liian voimakkaana, kuormittavana tai vääristyneenä, puhutaan aistikäsittelyn häiriöstä. Aistiärsyksiin reagoinnissa saattaa ilmetä tällöin tavanomaiseen nähden yli- tai aliherkkyttä.

Yli- ja aliherkkyys voi kohdistua yhteen tai useampaan aistiin (näkö, kuulo, tunto, haju). **Aistiyliherkkyys** ilmenee voimakkaampana, nopeampana tai pitkäkestoisempana reaktiona ärsykkeisiin, mikä saattaa näkyä esimerkiksi voimakkaana stressireaktiona, jähmettymisenä tai vetäytymisenä. **Aistialiherkkyys** puolestaan voi johtaa aistihakuisuuteen, jossa henkilö pyrkii hakemaan voimakkaampia aistiärsyksiä, mikä voi aiheuttaa riskitilanteita, kuten kiipeämistä korkeille paikoille tai altistumista vahvoille tuntemuksille.

Tuki yliherkästi reagoiville

Aistimuksilta suojaavat apuvälineet

Tauottaminen ja ärsykkeiden säätely

Rentoutusmenetelmät ja
palautumisaika

Tilanteen tuttuus ja mukavuus

Ennakointi

Tarkkaavaisuuden kohdentuminen

Harjoittelu

Tuki heikosti reagoiville

Fyysinen aktiivisuus ja tauotus

Useamman aistin hyödyntäminen
samanaikaisesti – monikanavainen
opetus

Keskittymisen tukeminen mm.
jumppapallolla istuminen

Sosiaalisten taitojen harjoittelu

Vireystilan ylläpito

Turvallisuudesta huolehtiminen

Tuki aistimushakuiselle

Toiminnan ohjaaminen ja
mukauttaminen

Aistikokemusta tarjoava tekeminen

Odottamisen minimointi esim. pieni liike
odottaessa

Toimintojen ennakointi ja strukturointi

Tarkoituksellinen viivyttäminen

Taide-elämysten hyödyntäminen

Pysähdy – Harkitse – Toimi

Erilaiset opiskelustrategiat

Tekemällä oppiminen

Sylipaino ja kehon tuntemukset

Luentojen kuuntelu kävellen

Sosiaalisten taitojen vahvistaminen

Haitallisten aistimusten tunnistaminen

Ammatinvalinnassa huomioitavat tekijät

**Vinkki: Voit käyttää aistiärsykkieden kartoittamiseen
esimerkiksi AISTIKARTOITUS- lomaketta.**

Ympäristön muokkaaminen

- Karsitaan häiritseviä ärsyksiä
- Lisätään onnistumista tukevia ja toimintakykyä vahvistavia asioita

Pohdi:

Mikä on tavoite?

Mikä tilanteessa on olennaisin häiritsevä asia?

Mielle