

感觉统合 100 问

1.什么是感觉统合？

感觉统合是指大脑将从身体各感官传来的感觉信息，进行多次的组织分析、处理，做出正确决策，使整个机体和谐有效地运作。

2.何谓感统失调？

由于各种原因，进入大脑的感觉刺激信息，不能形成有效的整合，并无法协调身体对外界做出适当的反应，从而出现的发育及行动上的障碍，称作感觉统合失调。

3.什么是感统训练？

感统训练全称是感觉统合训练,其本质是以游戏的形式让孩子参加,以丰富孩子的感觉刺激,且需要经过特定环境项目的选择和设计,让孩子与特定的环境相互作用,从而刺激其感觉统合能力的发展。

4.感统失调的原因？

感觉统合失调包括很多原因，主要包括两个大的方面，一方面是先天原因，另一方面是后天因素造成的。通过了解感觉统合失调的原因，可以避免许多婴幼儿感觉统合失调症状的发生。

先天：

(1) 孕妇怀孕期间紧张焦虑 (2) 孕妇活动不足 (3) 妊娠期工作忙碌 (4) 姿势不良致胎位不正 (5) 婴儿脑瘫、出生窒息、缺氧性休克等 (6) 母亲嗜烟酒、浓茶、咖啡 (7) 环境恶劣，如污染、噪音等 (8) 婴儿神经发育不全或剖腹产、早产，使最早的触觉学习丧失，致使先天触觉防御过度或迟钝 (9) 遗传因素

后天：

如果某些先天因素是无可避免，那后天所导致儿童统合失调的原因就应该引起我们更多的注意。(1) 对宝宝摇抱少 (2) 婴幼儿期活动不足 (3) 对孩子太放纵或干涉过度 (4) 单层、单元住宅，核心家庭，伴侣丧失 (5) 未爬行或爬行不足，缺少集体活动 (6) 父母忙碌，右脑刺激不足 (7) 保护过度，限制过多，包办代替 (8) 溺爱、娇纵 (9) 洁癖者的养育 (10) 祖父母是传统式教育 (11) 长期依赖婴儿床、学步车 (12) 缺乏知识、延误矫治、使失调同质化

5.感统失调的危害？

(1) 儿童天生就是天才，感觉统合失调的孩子大脑和身体各部分协调出现障碍，许多

应该很优秀的方面却表现不出来，直接影响孩子的一生。有的孩子小时候非常聪明，长大了却很一般，就是这个道理。

(2) 感觉统合失调的孩子在学龄前可能表现不太明显。到了学龄期，就会在学习能力和性格上慢慢表现出来。上课走神，不能独立完成作业，学习成绩总是一般或较差，将来考不上中学考不上大学，耽误孩子的前途和人生，让家长最为揪心。

(3) 感觉统合失调的孩子到青年期变化比较明显，孩子的智力正常，在校学习成绩也很好但走上社会却显得无法适应，力不从心，很多方面发挥不出来，社会适应能力、工作能力、交际能力出现困难，落于人后，遗憾终生。

(4) 感觉统合失调的孩子智力都很正常，因此很难引起家长的高度重视，感统失调的孩子 12 岁以前通过训练很容易纠正，一旦

超过 12 岁就会定型无法改变，孩子会带着不良习惯和性格甚至罪恶的心理走完自己的一生。

6.感统失调分类？

1) 前庭功能失调

问题主要表现：好动不安、注意力不集中，上课不专心、爱做小动作，听而不见、久转不晕，平衡能力差，虽看到了仍常碰撞桌椅、门墙。

2) 触觉过分敏感

问题主要表现：偏食、挑食，不爱吃菜；吃手或咬指甲；情绪不稳定，爱发脾气；陌生环境胆小、怕黑、粘人或紧张、退缩，不敢表现；对小伤小痛特别敏感；不合群或不会和别人玩，爱惹人。

3) 本体感失调

问题主要表现：动作协调能力差，笨手笨脚，做事拖拉、磨蹭，语言表达能力差，缺乏自信、消极退缩、不敢表现。

等等。

7.感统失调的一些常见表现？

感觉统合失调的孩子动作不灵活、好动、很难安定；语言发育迟钝、反应过强或迟钝、敏感、手眼协调差等。孩子上学后很容易出现学习障碍，如不喜欢阅读、计算，语文、算术成绩差；动作笨拙，缺乏技巧，考题经常弄错；手眼协调差，写字笔画长短失控，胆小敏感等。

其具体表现如下：

*前庭平衡功能失常:表现为多动不安，走路易摔倒，原地打圈晕眩，上课不专心，爱做小动作，任性，兴奋好动，粘人，自控能力差，情绪不稳定，爱挑剔，语言发展迟缓等。

*视觉感不良：表现为尽管能长时间的看动画片，玩电动玩具，却无法顺利的阅读，经常出现跳读或漏读或多字少字，常把数或字写颠倒。

*听觉感不良：表现为对别人的话听而不见，经常忘记老师说的话和留的作业等。

*触觉过分敏感或过分迟钝：表现为害怕陌生的环境、吃手、咬指甲、爱哭、爱玩弄生殖器等，过分依赖父母、容易产生分离焦虑，或过分紧张、过分碰触各种东西；有强迫性的

行为（一再的重复某个动作），个人表现缺乏自信、消极退缩。

*痛觉过分敏感或过分吃顿：冒险行为、自伤自残，不懂总结经验教训；或者少动，孤僻，不合群，做事缩手缩脚，缺乏好奇心，缺少探索性行为。

*本体感失调：方向感不强，容易迷路，容易走失，闭上眼睛容易摔倒，站无站姿、坐无坐像，容易驼背、近视，过分怕黑。

*动作协调不良：走路容易摔倒，不会系鞋带、扣钮扣、用筷子，不能像其他孩子那样会翻滚、骑车、跳绳和拍球等精细动作

8. 怎么样判断孩子是否感统失调？

随着“感觉统合”的概念日益在社会上普及，经常有家长向我们询问有关感觉统合的问题，希望能借此对自己的孩子进行判断，为此，我们将感觉统合失调的常见表现概括成出来，家长可根据孩子的实际情况

选择相应的选项，以确定孩子是否感觉统合失调：

- 1.) 上课或做作业时，注意力持续时间很短，小动作特别多；
- 2.) 写字慢，字迹不端正，大大小小，轻轻重重，出格，本子不整洁；
- 3.) 组织力不佳，经常弄乱东西，不喜欢整理自己的环境；
- 4.) 好动、不安，东摸西扯，爬上爬下，跑进跑出，不听劝阻，处罚无效；
- 5.) 很晚才学会用筷子吃饭，不会跳绳，混淆左右；
- 6.) 情绪不稳定、急躁、任性，作业多了就感到烦躁；
- 7.) 作业速度慢，做做玩玩，督促下稍快些，有时考试来不及完成；
- 8.) 坐姿不端正，常东倒西歪，上课和做作业时易感到疲劳
- 9.) 独占性强，别人碰他的东西，常会无缘无故发脾气；
- 10.) 穿脱衣裤、钮扣、拉链，系鞋带动作缓慢、笨拙；
- 11.) 看起来有正常智慧，但学习阅读或做算数特别困难；
- 12.) 阅读常跳字，抄写常漏字、漏行，写字笔划常颠倒；
- 13.) 到新的陌生环境很容易迷失方向；
- 14.) 语言表达能力差，怕羞，不合群；
- 15.) 对亲人特别依赖，不喜欢陌生环境，到处要人陪；
- 16.) 出生前有胎位不正或宫内窘迫等症象；
- 17.) 出生时为早产或剖腹产；
- 18.) 婴儿期爬行不足，从小户外活动不足。

9. 感统失调儿童的比例？

目前国内儿童感统失调患者为数很多，在所有适龄儿童中感统失调儿童所占比例，中度失调是 50%，重度失调是 29%，城市的比例占 90%。 ...

10.感统失调是不是一种病？

感统失调”不是病，而是孩子身体的某项功能成长发育较慢，产生不协调的现象

11.药物治疗对感统失调有用吗？

对于感统失调的孩子,一定要及早发现及早纠正,超过了 10 岁就很难矫正了。

对于轻度的感统失调,只要通过相应的训练就可以改善和纠正,严重的要配合药物治疗。

12.感统训练的作用？

感觉统合训练的关键是同时给予儿童视、听、嗅、触、关节、肌肉、前庭等多种刺激，并将这些刺激与运动相结合。感觉统合训练对改善儿童注意力集中程度、运动协调能力和提高学习成绩等都具有明显效果。

13.感统训练的方法？

通过玩沙；玩土；涂色；塑粒、木屑、纸片、米等的触摸；翻滚；抓推来强化孩子的辨识力。以抓痒、刷身、冰袋、梳头、吹风、球池、大龙球滚压等来完成对敏感或不足、自闭症的治疗。

身体跷跷板、坐卧大龙球、倾斜垫上滚和隧道来完成对孩子触觉敏感和迟钝、多动、身体协调不良的治疗。

跳跳床的多种玩法，如跳床接物来完成对孩子平衡反应、运动策划、大肌肉运动、视觉运动、眼球运动的不足。

平衡台的多种玩法及吊缆的多种玩法，来完成对前庭固有感觉不足及矫正重力平衡感。

走平衡板、走直线、走脚步踏石及投、拍、爬的万象组合综合活动来纠正手脚及身体协调不足。

14.感统训练的目的？

儿童感统训练的目的就是让不同程度的感统失调得到有效的改善

1)、提供给儿童感觉信息，帮助开发中枢神经系统；

2)、帮助儿童抑制和或调节感觉信息；

3)、帮助儿童对感觉刺激作出比较有结构的反应，最终目标是达到如表所示的最后结果，如组织能力 学习能力、集中注意的能力。

15.感统训练的意义？

感统训练专门为 1-15 周岁儿童设立，倾力营造祥和、阳光、健康、寓教于乐的训练氛围，从学习和生活等多角度入手，通过使用特殊的训练器材，设立有针对性的训练课程和生动的游戏，辅以刺激、诱导、调节、疏通、抑制等手段，解决了现代生活中孩子们活动空间被压缩、活动方式受局限、人际交流困难等问题，让孩子从愉悦中得潜移默化的调节，提升自己的感觉统合能力，激发自身的优秀潜能，身心俱佳地统筹成长、协调发展，综合素质得以全面提高。

16.感统训练的原则？

感统训练以快乐为最高原则，让孩子在快乐中轻松学习成长。

- 1)、训练当中要让儿童感到快乐而不是压力；
- 2)、训练中儿童是主角，要尊重儿童对感觉刺激的需要和选择；
- 3)、通过控制环境给儿童以适当的感觉刺激，从而改善其感觉统合能力，使儿童能作出适应性反应，不要教孩子如何做；
- 4)、训练过程中，给孩子以积极的反馈，并与家长分享孩子成功的喜悦。

17.目前国内开设有感统训练中心的机构有哪些？该如何选择？

感统训练理论和方法于上世纪 90 年代中传入中国内地，在本世纪初一些大中城市的感统训练营开始兴起，并且发展迅速。目前，国内开设感统训练的机构主要有儿童医院、儿童心理研究所、幼儿园和其他一些民办幼儿早教机构。至于办学质量则良莠不齐，家长在选择时应该打听清楚，选择资格老和有儿童心理研究教育背景的机构。据悉，上海地区的中易儿童心理研究所是国内首家开展儿童感统训练的专业机构，有十余年的历史。

18.感统训练的收费情况如何？

19.感统训练作用的对象？

1972 年美国儿童心理学家爱尔丝博士通过测试发现 2-13 岁儿童中感觉统合失调严重的儿童占 10%-30%，北京医科大学对 3110 名儿童测试发现感统严重失调的占 21%。有人误认为儿童智能训练馆只是对那些表现严重的孩子，其实是不正确的，爱尔丝博士通过大量研究发现几乎所有的孩子都存在感统失调，只是表现的轻重程度不同而已，也就是说儿童的大脑

要达到 100% 的感觉统合是不可能，因此应该说所有的儿童都需要去儿童智能训练馆参加感觉统合专业训练

20.感统训练作用的范围？

感统训练是一种教育训练，从这个意义上来讲，感统训练对所有 0——15 岁的婴幼儿和儿童都是有益的。

21.感统训练的周期有多长？

根据孩子自身情况制定一套完整的感统训练计划，一个训练周期一般为一个月。

22.感统训练多长时间会有效果？

根据每个孩子年龄的大小、感统失调程度的轻重、运动技能的高低制定相应的训练计划和课程。一般经过 1~3 个月的训练，就可以取得明显的效果，孩子的学习成绩、逻辑推理能力、理解能力、记忆能力、动作协调能力、人际关系、饮食和睡眠、情绪方面均有令人满意的提高和改善，其中，孩子的智力水平也可以得到不同程度的提高。

23.感统训练老师须具备哪些素质？

感统训练老师应该具备心理学、教育学和运动学的基本知识储备，另外，热爱孩子基础教育事业，也是最基本的素质要求。

24.如何检验感统训练效果？

根据感统训练后有五大效果反应：1) 阅读情况：主动读书率提高，注视能力改善，阅读时发生颠倒的情况减小或消失；2) 书写情况：主动写字的情况增多，字迹流畅、易辨认；3) 数学情况：对算法则的记忆提高；4) 方向感、空间感：对左右区分更明确，画画时细节画得更多；5) 平衡与协调能力有显著改善。

25.感统在国外是不是过时的理论？

感统在国外不是过时理论，欧美发达国家的感统训练普及率很高，达到 90%。

题：

26.感统失调是不是先天的？

感统失调既有先天因素，如孕妇怀孕期间紧张焦虑过度、婴儿胎位不正、脑神经发育不良等等，也有后天因素，如宝宝活动太少、营养缺失等。据统计，在所有感统失调儿童中剖腹产的占到 80%。

27.为什么现在感统失调儿童很多？

感统失调也是一种“文明病”，现在越来越多的孩子患感觉统合失调症，其主要原因可能有以下几点：

①母孕期间的因素：母亲在怀孕期间出现早产、先兆流产或采用剖腹产、电吸引等生产方式，都可以影响儿童，导致儿童的感觉统合失调症。现在由于实行了计划生育政策，一对夫妻只生一个孩子，不论是产妇的家属，还是各妇科医院的医生都愿意以胎儿安全产出为出发点，所以目前剖腹产的儿童越来越多。而剖腹产的婴儿，在出生的过程中没有经过正常产道的挤压，从而失去了第一次触觉学习。有可能导致儿童的感觉统合失调症。

②出生后的抚养情况：孩子在出生后不是母乳喂养，而是由保姆和祖父母抚养，使得婴儿缺少足够的触摸、爱抚和情感的交流，也就是没有足够的依附，这样的孩子都有可能患感觉统合失调症。

③育儿方式不当：随着社会文明的发展，使得孩子越来越缺乏生活空间和运动量。舒适的生活环境，使孩子失去了许多应有的锻炼机会。摇篮、怀抱、童车代替了儿童正常的坐、立、爬、行。使得孩子的生长发育过程受到了阻碍。有研究结果显示：城市里大约有一半或更多的孩子没有经历过爬的阶段。而心理学家认为“爬”对儿童的智力发育有着举足轻重的作用。所以，由于目前不正确的养育方式，导致儿童感觉统合失调症越来越多

28.为什么城市感统失调儿多于农村？

城市中感统失调的孩子多于农村，主要是因为城市中孩子多居住在高楼内，室外活动少；再有家长对孩子呵护备至，怕摔着怕碰着，即使在室外也常抱着孩子，导致孩子运动少，锻炼不够，对脑子相应部位的刺激也就不够。

29.我国感统训练点分布情况？

各大中城市都有分布，并呈发展越来越迅猛的趋势，很多大的训练中心都有分支机构，以上海、北京和武汉三个地区的感统训练发展最早，最为成熟。其中，上海中易儿童心理研究所是国内第一家从事感统研究和训练的专业心理咨询和学前教育机构。

30.感统失调能随着年龄长大自愈？

一些轻微的感觉失调现象确实能够随着孩子年龄的增长而逐渐隐藏，注意，不是自愈，是隐藏，因为大人更善于隐藏自己，某项功能的感觉失调可能以别的方式显现出来；所以小时应该通过感统训练来彻底根除失调症状。

31.感统训练对训练老师的要求？

训练时要让幼儿感到游戏的快乐，不要有压力；尊重幼儿对感觉刺激的需要和选择；耐心培养孩子的兴趣和自信心；训练过程中，给孩子以积极的反馈，并与家长分享孩子成功的喜悦；注意观察孩子的训练表现和日常表现，并做好记录、分析；保证孩子的安全。

32.感统训练是不是只针对感统失调儿童？

感统训练是一种教育训练，适合所有 0—13 岁的孩子，

33.进行感统训练的最佳年龄？

感觉统合失调的问题关键在于预防，越早训练效果越好，0~3 岁正是儿童感觉统合失调的最佳预防时期，如果在这一阶段注意对孩子进行科学规范的感觉统合训练，可以有效地预防、缓解和治愈感统失调的症状。

感统失调的孩子 10 岁前通过训练很容易纠正，一旦超过 13 岁就会定型无法改变。

对此，专家警告，感统训练如果错过了年龄的时机，将永远无法弥补。

34.感统失调的分类如何？

人的感觉统合系统分为视觉统合系统、听觉统合系统、触觉统合系统、平衡统合系统与本体统合系统等。

一般来说，视觉统合失调的学龄儿童，在课内课外阅读时，常会出现读书跳行、翻书页码不对、演算数学题常会抄错等等视觉上的错误，从而造成学习障碍。时间久了，必然会造成孩子学习成绩下降，跟不上学习进度，在心理上产生自己不如他人的自卑感。另外，在生活上还常常丢三落四。

听觉统合失调的儿童则多数表现为经常忘记老师口头布置的家庭作业或者下节课要带什么学习用具，他们上课时总是东张西望，老师讲的知识一点也听不进去。平时家长喊他，他也不在意。同时，这类儿童记忆力差。孩子不能让“课堂 40 分钟”产生良好的效益，而且也会影响课外的正常生活。这种现象如不纠正，时间长了，孩子会在心理上怀疑自己的能力，甚至厌学逃学。

触觉统合失调的孩子往往对别人的触摸十分敏感，心理上总有一种担心害怕、易受惊的感觉。在学习与生活中则表现为好动、不安、办事瞻前顾后，甚至怕剃头、怕打针。这样的孩子被家长带到医院请心理医生诊断，总以为孩子得了“多动症”。触觉统合失调的孩子由于心理上总处在一定程度的紊乱状态，那么，必然使学习与生活质量不断下降。

平衡统合失调会让孩子在学习与生活中常常观测不准距离，做事时协调能力较差，甚至穿鞋子也会在不知不觉中将鞋穿反。由于距离观测不准，会让孩子无法正确掌握方向；会让孩子对事物的兴趣逐渐减少。一个孩子平衡统合失调，往往会在心理上严重影响孩子的学习与认知热情。

本体统合失调的孩子多数表现在上体育课时不会跳绳，跑步时动作不协调不准确；在上音乐课时，常常发音不准、甚至与人交谈、上课发言时口吃等。虽说这些学习科目非主课，但是，它们却对上好主课起到很重要的辅助与促进作用，长久下去势必影响主课的学习。

35.一般训练多长时间有明显效果？

导师会根据每个孩子年龄的大小、感统失调程度的轻重、运动技能的高低制定相应的训练计划和课程。一般经过 1~3 个月的训练，就可以取得明显的效果，

36.学习障碍与感统失调的区别与联系？

在小学低年级中，有坐不住、注意力持续时间短，容易受挫折、缺乏自信，写字无法在框内、笔画经常颠倒，不爱阅读等毛病的孩子不少。孩子为什么会这样呢？著名亲子教育专家张雅琴说，除了学习习惯没养成外，有学习障碍的孩子很可能与感觉统合失调有关。

张雅琴介绍说，身体感官输入的信息经由大脑整理统合后，再指挥身体及感官做出相应反应，这个过程叫做感觉统合。由于各种原因，进入大脑的感觉刺激信息，不能形成有效的整合，并无法协调身体对外界做出适当的反应，从而出现的发育及行动上的障碍，称作感觉统合失调。感觉统合失调的孩子动作不灵活、好动、很难安定；语言发育迟钝、反应过强或迟钝、敏感、手眼协调差等。孩子上学后很容易出现学习障碍，如不喜欢阅读、计算，语文、算术成绩差；动作笨拙，缺乏技巧，考题经常弄错；手眼协调差，写字笔画长短失控，胆小敏感等。

37.我的孩子性格内向，通过感统训练能改善吗？

孩子的性格很内向,胆子很小,害怕接触陌生人,朋友也少,总是独自一个人.....这是本体感失调导致自信心不足的表现，通过感统训练，可以得到明显改善。

38.通过感统训练如何提高孩子学习技能？

感统训练是一项开发孩子脑功能的训练，能够有效增强小孩的平衡感、感觉协调能力等，提高孩子注意力、记忆力水平等，因此对孩子学习技能的提高是不言而喻的。

39.孩子身体不协调，走路爱摔跤怎么办？

不少家长发现，自己的孩子经常会上课精力不集中，爱做小动作，调皮任性，极其好动。平时走路爱摔跤，原地打圈时又很容易头晕。这样的孩子属于感觉统和失调，主要表现为孩子想的和做的不是一回事，其思维往往无法正确控制自己的行为。经过感统训练，能够改变这一状况。

40.除感统训练外，有没有别的方法纠正孩子多动症？

感统训练能有效的解决孩子的多动症，特别严重的，可能演咨询专业的心理医师，并辅助一些药物治疗。

41.什么样的孩子易患感统失调？

剖腹产、早产儿患感统失调的比例很高，然后婴孩时期爬动少，营养不调，与外界接触少的孩子易患感统失调。

42.孩子粗心是不是感统失调？

一般来说，小孩粗心是很常见的，因为小孩的记忆力和注意力通常不能持久；除非特别严重的，就需要感统训练来纠正。

43.改善孩子书写困难，感统训练能起到效果吗？

书写困难的孩子有注意力不集中，手眼不协调等特征，通过感统训练能起到明显的改善。

国内玩的训练案例，有很多经过感统训练改掉孩子书写困难。

44.孩子阅读困难是不是感统失调引起？

阅读困难或说阅读障碍由很多原因引起，但大多阅读困难的孩子感统失调，因此做感统训练能够帮助孩子改善阅读困难状况，提高阅读水平。

45.孩子挑食是不是感统失调？

孩子挑食与感统失调没有必然联系，但很多孩子挑食是由感统失调引起，因此，应该先查明原因。一般说来，通过针对性的感统训练，可以帮助解决孩子挑食问题。

46.孩子多动是什么原因？

孩子多动或者少动一般由感统失调引起，通过感统训练，能有明显改善。

47.儿童孤独症是不是由感统失调引起？感统训练对缓解症状有没有帮助？

儿童孤独症原因有很复杂，最主要的是遗传因素，一般严重的需要求助专业的心理医师治疗可能需要药物治疗，感统训练作为一种辅助手段，对减轻症状能取到积极的效果。

48.在日常生活中，家长自己怎么对孩子进行感统训练？

感统训练其实并不难，在日常生活中，家长多加注意就可以做到，如：

1.梳头游戏：用圆齿木梳轻梳头发，刺激大脑皮质感觉区，每天 10 分钟。或用吹风机吹孩子身体各部位，可冷热交替，强化身体形象感觉。

2.抓痒游戏/毛刷游戏/指鼻游戏：在孩子身上敏感处玩抓痒游戏，或用软毛刷刺激每天 10~15 分钟。或者拍手发指令，让孩子按指令指身体部位。训练听力和身体反应的协调性。

3.背跳游戏：父母背着宝宝在床上或地上蹦跳，锻炼固有平衡感。

4.毛巾吊床游戏，摇摆可以锻炼前庭。

5.舌头游戏：用蜜糖或果酱少许涂在孩子上/下唇，引导孩子用舌头去舔。训练孩子的身

体知觉。

6.触觉游戏：利用家庭各种材料，让孩子用手或脚接触不同质地的物质，不同温度的物体。进行触觉灵敏度训练。

7.声源判断游戏：在孩子视野范围以外发出声响，训练孩子寻找声源。锻炼听觉与身体反应的统合。

8.甩动游戏：父母分别抓住孩子各一侧手脚，协助孩子前后甩动。训练平衡及身体协调。

49.感统训练为什么要一对一进行？

每个孩子的情况都不同，一个训练老师训练一个孩子更有针对性。

50.孩子做感统训练前应有哪些准备？

在做训练前，孩子应该先预热下，运动下，并熟悉下一些器材。具体训练老师会有所安排。

51.我的孩子参加感统训练，我有什么可以做的？

坚持送孩子入园，让孩子长期系统参加感统训练；多与孩子交流，加强亲子关系；以积极的态度鼓励孩子参加适当的有益活动；多提供机会让孩子做力所能及的事。

52.为什么有的感统训练中心不允许家长观看？

现在，开展感统训练的机构有很多，由于没有统一的准入门槛，很多新开的训练点经验不足、理论缺乏，只是购买一些简单的器材和雇佣一些没有专业背景的工作人员，这样他们进行的感统训练看上去就很“虚”，可能只是一些简单重复的操作，而没有实际内容，所以“谢绝参观”。当然，也不排除一些训练中心有其他考虑而不让父母观看。

53.训练通常使用哪些器具及其作用？

感觉统合训练的各种器材，都经过特别设计，对孩子有很大的吸引力。通过这些活动，孩子将可获得感觉的大量刺激，从而促进感觉的统合。我只介绍一部分器材：拍球、推球：

适应症身体协调不良，多动症。平衡台：多动症，自闭症，身体协调不良，前庭失调，手、眼足、身体主要协调。爬板：多动症，自闭症，身体协调不良。滑梯：适用于儿童，身体协调不良，多动症，自闭症，五感功能。独角椅、羊角球：身体协调不良。平衡木：前庭失调。多动症。身体协调不良。大笼球：身体不良，自闭症。滚筒：触觉敏感，多动症，自闭症，身体协调不良等，前庭功能失调。阳光隧道：触觉敏感或不足，身体协调不足。跳床：多动症，身体协调不良，自闭症等。球池：触觉敏感或不足，自闭症，身体协调不良等

54.多大的孩子可以做感统训练？

感统训练的最佳年龄是 3—8 岁，最大 15 岁左右，因为这时大脑发育停缓，训练的意义和效果不大，最小年龄没有限制。

55.一次感统训练的时间有多长？

根据孩子年龄和身体状况以及感统失调程度有不同的训练安排，一般大概 1 个小时左右。

56.孩子体质不好能不能参加感统训练？

在参加训练前，会根据孩子年龄、身体状况和感统失调程度作出一个训练规划。也就是说孩子的体质问题已经在考虑之中了，我们可以通过循序渐进的方式既让孩子不感觉累，又能提升孩子的身体素质。

57.哪些儿童不适宜参加感统训练？

感统训练是一种教育型训练，适合所有 0—15 岁孩子。

58.感统训练看似简单，为什么却很有效果？

感统训练必须简单，这样才易于婴孩、儿童接受；但简单、易于操作并不意味着会在效果上打折。这是因为感统训练有很强的针对性，某个项目针对某个缺陷，通过反复训练，来达到改善和提高的目的。

59.在家能不能进行感统训练？

在家可以做感统训练。前提是父母必须有一些基本的心理、教育学知识储备，并对感统方面知识有一定了解。否则很难出效果。

60.能不能单独一个孩子做感统训练？

感统训练以快乐为最高原则，当孩子在快乐中学习才是最有效率的。当只有一个孩子在做训练时，他很容易感到枯燥，产生厌烦情绪，训练就只能勉强进行下去，训练结果就会大打折扣，因此，最好将孩子送到正规的感统训练中心，让他和很多小朋友一起训练、成长。

61.感统训练对减肥有效果吗？

现在城市的孩子普遍营养有余、运动不足，因此肥胖儿童很多，孩子（特别是女孩）过于肥胖对其身体和心理健康都有不良影响，因此很多父母行为孩子能减去多余的脂肪，感统训练既能提高孩子综合素养，也能增强孩子身体素质，因为它是在运动中训练、学习，所以，能够对小儿肥胖起到一定抑制作用。

62.为什么拍拍球能够训练大脑功能？

很多家长在观看孩子进行感统训练时，会产生疑惑：那些看似简单的器械和训练真的能起作用吗？例如，感统中有一个项目是让小孩拍球来训练大脑功能。家长也许想不通拍球是如何促进大脑功能完善的，因为看似很简单啊，但实际上，拍球着重训练的是孩子的手眼协调能力和专注度，因此它对那些无法集中注意力学习的孩子是非常有效果的。

63.一段训练后，怎么样看出孩子的进步？

根据孩子年龄和教育状况，以及感统失调程度的不同，会制定不同的量化标准，用这个标准的检测结果对照孩子在训练前的状况，可以很清楚的看出孩子是否一进步，有多大的进步。

64.孩子训练了几次，我们感觉效果不错，能不能停止训练？

每个孩子在训练前，都会依据其具体情况有个训练进程安排，所以不能随意中断，即便开始几次感觉效果不错，也很有可能因为没有后续的训练跟进而使前功尽弃。

65.小学生和幼儿园的孩子为什么不放在一起训练？

感统训练项目是依据每个孩子自身特点量身定做的，小学生和幼儿园的孩子不管学习认知能力还是体能储备都不在一个层次，所以要分开来训练。

66.训练完了，可不可以马上喝水？

不可以，根据运动学原理，孩子在一定量运动后不可马上饮水，这是应该先休息一下，让处于应激状态下的身体平复下来，然后可以喝水。

67.在膳食营养上怎么搭配以配合孩子的感统训练？

感统训练需要消耗一定体力，所以在饮食上，应当多补充蛋白，多饮水，另外注意荤素搭配，不可让孩子养成口味单一和挑食的习惯。

68.很多孩子一起会不会影响训练效果？

感统训练时是单对单训练，也就是一个导师训练一个孩子，所以，很多孩子虽然都在一起，不但不会影响训练效果，而且因为气氛热烈和相互竞争的关系，有助于克服小孩训练时的胆怯、畏缩。