

原始触覚って・・・

一般的な触覚と「原始」触覚

<一般的な触覚>

触ったものの形や素材などによってそれが何であるのかを認知する。

例) 鞆の中から手探りでペンだけを取り出す。

<原始触覚>

対象物が自分にとって有害なものかどうかを瞬時に判断する

例) 夜道一人で歩いているとつけられている気がする。目をつぶっていても誰かが近づくと気配を感じる。



原始触覚の過敏さからおこる「触覚防衛反応」

- ▶ 他人に触れられることを嫌がって押しつける
- ▶ 特定の服の素材を拒否する
- ▶ 苦手な触覚の食べ物を吐き出す
- ▶ 人が通るたびにびっくりにしている
- ▶ 握手の時に差し出された手が鋭く見えてはねのける など

このような行動を

触覚防衛反応

一般的な触覚を使った経験を丁寧に積み上げ、情報を整理していくことで原始系の反射的な行動にブレーキをかけることができるようになり、触覚防衛反応が軽減されます。

触覚のバランスを整えるための活動例

「絵の具ペタペタ」

指→手の平→ボディ(自分で)
→ボディ(つけてもらう)

「揺らされバランスボール」

腰かけてゆらゆら
あお向けに寝る

「トランポリン」

手をつないで高いジャンプ
跳びながらハイタッチ

「砂遊び」

両手ですくう
砂山をつくる

「押し当てあそび」

手の腕に缶を転がす
スポンジやなべつかみを使う

「おすもうでハッケヨイ」

押しずもう(手と手で押し合う) おしりずもう
大根抜き(一人が大根役で抜かれる)

「コインを入れよう」

多くのコインを片手でつかむ→
トレイに置く→器を小さくする

「背中クイズ」

(背中に図形や文字を描き、その形を子どもが当てる)
げんこつで→指3本で→指2本で→指1本で

「粘土であそぼう」

同じ大きさにちぎる 丸める
色を練りこむ 平たくのばす



「ふとんで巻きずし」

巻く ほどく 布団の上から身体に圧力を

参考文献及び図の引用

「発達の気になる子の感覚統合あそび」 川上康則 監修

