

انواع مشکلات حسی

ما اغلب با پنج حس شنیدن، دیدن، چشیدن، بوییدن و لمس کردن آشنا هستیم. حس لامسه علاوه بر لمس کردن، شامل دو حس عمقی و دهلیزی نیز می شود که به طور مستقیم قابل مشاهده نیستند. هرکدام از این حواس آستانه های متفاوتی از محرکات حسی دارند. آستانه به نقطه ای اشاره دارد که در آن فرد به اطلاعات حسی پاسخ می دهد. آستانه های هر یک از حواس می تواند پایین (حساسیت زیاد) و یا بالا (حساسیت کم) باشند. افراد دارای آستانه ی بالا به علت دارا بودن حساسیت کم، تمایل به کم حس یا زیر پاسخ دهی دارند و نیز افراد با آستانه پایین به علت دارا بودن حساسیت زیاد تمایل به بیش حس یا بیش پاسخ دهی دارند. هر شخصی با توجه به سطح برانگیختگی خودش (نسبت به آستانه) به محرک ها پاسخ می دهد، به این معنا که برخی از مردم هنگامی که محرک کمی وارد شود پاسخ می دهند (آستانه پایین) و برخی از مردم به محرکات بیشتری برای عکس العمل نشان دادن نیاز دارند (آستانه بالا).

ویژگی آستانه های بالا و پایین حواس مختلف:

حس بینایی: فردی که همه جزئیات را می بیند و می تواند مقدار ناچیزی از گرد و خاک یا غذا را از روی زمین شلوغی بردارد، دارای یک سیستم بینایی با آستانه پایین است. در عوض فردی که به جزئیات توجهی ندارد یا در یافتن یک اسباب بازی کوچک در یک جعبه بزرگ اسباب بازی یا پیدا کردن یک کتاب در یک قفسه شلوغ مشکل دارد، سیستم بینایی با آستانه بالا دارد. رفتارهای حاکی از حساسیت بینایی (در کودک با آستانه پایین) مثل: اجتناب از فضاهای پر نور رفتارهای حاکی از تحریک بینایی (در کودک با آستانه پایین) مثل: نگاه کردن به نور، نگاه کردن از گوشه ی چشم، حرکت دادن دستها جلوی چشم، علاقه به اشیا چرخان.

حس شنیداری: افرادی که با شنیدن صحبت های یک نفر در یک اتاق پرجمعیت مشکل دارند یا افرادی که از شنیدن هر صدای آهسته ای در خانه، مثل صدای چکیدن آب در حمام یا صدای وزوز کردن لامپ شکایت دارند سیستم شنوایی با آستانه پایین دارند. افرادی که حتی در یک مکان پر سر و صدا قادر به مطالعه هستند و صدای بلند محیط آنها را آزار نمی دهد، سیستم شنوایی با آستانه بالا دارند. رفتارهای حاکی از حساسیت شنیداری (در کودک با آستانه پایین) مثل: واکنش منفی نسبت به صداهای مثل جارو برقی، آرمیوه گیری و گرفتن گوش ها در این موقعیت ها رفتارهای حاکی از تحریک (در کودک با آستانه بالا) مثل: جیغ زدن بی دلیل، تولید آواهای بی معنی برای تحریک خود.

حس بویایی: آستانه پایین در این حس به معنای این است که فرد نسبت به بوهای مختلف فوق العاده حساس است و این مسئله ممکن است خودش را به شکل بد غذایی نشان دهد و این گونه به نظر بیاید که کج خلق یا ایرادگیر است. آستانه بالا به معنای حساسیت کم یا در موارد افراطی، بی تفاوتی نسبت به بو می باشد. رفتارهای حاکی از حساسیت بویایی (در کودک با آستانه پایین) مثل: بد غذایی، اجتناب از بوهای مختلف. رفتارهای حاکی از تحریک (در کودک با آستانه بالا) مثل: بوییدن اشیا مختلف.

حس چشایی: آستانه پایین در این حس به معنای این است که فرد نسبت به طعم های مختلف فوق العاده حساس است و شاید حتی از خوردن برخی غذاها (یا در مواردی اکثر غذاها) اجتناب کند. در موارد افراطی کودک با آستانه پایین ممکن است فقط یک غذای خاص بخورد. آستانه بالا هم به معنای حساسیت کم دهانی است، کودک با این نوع آستانه ممکن است هر چیزی را به دهان ببرد.

حس لمس: هر انسان در پوست خود گیرنده های لمسی دارد که از فشار ملایم تا عمیق واکنش نشان می دهد. خزیدن عنکبوت روی پا یا قلقلک نقطه ای از بدن یک لمس ملایم است و ماساژ سنگین روی تخت، یک لمس عمیق روی پوست شما فراهم می کند. حس لامسه همچنین مربوط به دما و درد هم می شود. افراد با آستانه پایین به لمس ملایم حساس اند، اما رابطه خوبی با لمس عمیق نشان می دهند. افراد با آستانه بالا مشکلی با لمس شدن ندارند.

حس عمقی: حس عمقی در مفاصل و ماهیچه ها مربوط به این است که وقتی فرد در حال حرکت است مفصل او چگونه احساس می کند برای مثال وقتی شما چیزی را بلند می کنید سبک است یا سنگین؟ آستانه بالا و پایین در این حس نیز خودش را به ترتیب به صورت حساسیت کم و حساسیت زیاد نشان می دهد. رفتارهایی مانند لگدکوبی های پی در پی، نوک پنجه راه رفتن، افتادن از روی قصد، هل دادن اشیا بزرگ، پرتاب اشیا، حرکات پرتابی اندام فوقانی که الگویی مانند بال زدن را نشان می دهد، نشان دهنده رفتارهای تحریکی از نوع حس عمقی می باشند.

حس دهلیزی: سیستم دهلیزی اطلاعات حرکت، جاذبه و تعادل را از دریافت و پردازش می کند. کودکان با آستانه بالا در این حس ممکن است فعالیت هایی را که شامل چرخیدن، صعود کردن، یا تاب خوردن است انتخاب کنند و نمی خواهند متوقف شوند. کودکان با آستانه پایین ممکن است از بالا رفتن از سطح زمین بپرهیزند، این کودکان ممکن است همچنین از فعالیت هایی مثل چرخیدن یا تاب خوردن نیز ترس قابل ملاحظه ای داشته باشد.

گردآوری: یاسمین رحمتی