

Entdecke den Tastsinn ©

von Zoe Mailloux, OTD, OTR/L, FAOTA

Der Tastsinn (oder die taktile Wahrnehmung) ist einer unserer wichtigsten Sinne. Er entwickelt sich bereits zu einem frühen Zeitpunkt der Schwangerschaft und ist schon lange vor der Geburt des Babys recht aktiv. Genau wie die anderen Sinnessysteme, die aus Sicht der sensorischen Integration eine wichtige Rolle spielen, erledigt er normalerweise seine Aufgaben, ohne dass es uns besonders auffallen würde.

Allerdings ist dieser Sinn sehr wichtig, damit wir eine ganze Reihe von Fertigkeiten entwickeln und uns in unterschiedlichen Situationen wohl und entspannt fühlen können. Babys erkunden die Welt intensiv mittels ihres Tastsinns.

Wenn sie beginnen, alles aufzuheben und in den Mund zu stecken, nutzen sie ihren Tastsinn, um Informationen über Form, Größe und Oberfläche der Dinge sammeln.

Auf diese Weise entdecken sie erstmals den Unterschied zwischen rund und eckig, groß und klein, rau und glatt usw. Wenn der Tastsinn nicht sehr präzise arbeitet, also keine klaren, gleichbleibenden Informationen liefert, kann es auch schwieriger sein, diese Unterschiede visuell oder kognitiv zu erfassen. Die Hände, Füße und der Mund sind die sensibelsten Regionen unseres Körpers, da sich dort die größte Anzahl von Zellen, die auf Berührungsreize reagieren, befinden. Die Informationen, die wir über unser taktiles System bekommen, helfen uns, eine ganze Reihe von Tätigkeiten durchzuführen.

Berührung als Feedback

Denken Sie einmal darüber nach, wie schwierig es ist, mit Handschuhen (an den Händen) zu arbeiten. Ihre Muskeln arbeiten zwar immer noch auf genau dieselbe Art und Weise, aber Sie bekommen weniger „Feedback“ (Rückmeldung) von Ihrem Tastsinn.

Überlegen Sie, wie viele komplexe Aufgaben Sie mit Hilfe Ihres Tastsinns durchführen, ohne überhaupt hinzusehen – eine Münze in Ihrer Tasche finden, den Knopf auf der Rückseite eines Shirts schließen, einen Sonnenblumenkern aufknacken und den Kern mit der Zunge herausfischen – den ganzen Tag über verlassen wir uns ständig auf den Tastsinn, der es uns ermöglicht, alltägliche Tätigkeiten durchzuführen, ohne überhaupt darüber nachzudenken.

Wie würden Sie das alles tun, wenn Ihr Tastsinn Ihnen dabei nicht helfen würde? Wie viel länger würden Sie brauchen, wenn Sie jedes Mal hinsehen oder über alles nachdenken müssten, was Sie mit Ihren Händen machen?

Genau das passiert vielen Kindern, die sich nicht auf ihren Tastsinn verlassen können. Und das kann sehr frustrierend und verwirrend sein.

Probieren Sie diese Tast-Aktivitäten aus

Wenn ein Kind Berührungsreize schlecht oder unbeständig wahrnimmt, ist eines der Therapieziele, ein effizienteres Funktionieren dieses Sinnessystems zu erreichen. Dafür werden viele verschiedene therapeutische Aktivitäten genutzt. Hier finden Sie einige Dinge, die Sie zu Hause ausprobieren können, wenn der Berührungssinn Ihres Kindes nicht optimal funktioniert oder wenn es von einem stärkeren Berührungsfeedback profitieren würde.

1. Spielen Sie Suchspiele mit Gegenständen, die Sie in einer Kiste mit getrockneten Bohnen oder Reis verstecken. Wählen Sie Gegenstände, die Ihr Kind kennt, und probieren Sie aus, ob es diese durch Ertasten erkennen kann. Wenn Ihr Kind nicht sprechen kann, lassen Sie es einfache Formen zuordnen (Beispiel: Legen Sie eine Münze, einen Baustein und einen Ball auf den Tisch und sagen Sie ihm: „Wenn du so etwas spürst, zeig es mir hier“).
2. Spielen Sie Spiele, bei denen Ihr Kind Gegenstände beschreiben soll, die es nur ertasten darf. Sie können das Spiel einfach gestalten, indem das Kind lediglich „rund“, „kalt“ oder „nass“ zuordnet, oder komplizierter, indem es etwas beispielsweise als „langen, glatten, spitzen Gegenstand“ beschreiben muss.
3. Halten Sie Spielsachen mit unterschiedlichen Oberflächen bereit und helfen Sie Ihrem Kind zwischen weich und hart, rau und kratzig, wellig und glatt usw. zu unterscheiden. Sprechen Sie über die Unterschiede und probieren Sie aus, ob Ihr Kind diese auch durch Ertasten

erkennen kann.

4. Malen Sie Ihrem Kind Formen (oder, wenn es schon so weit ist, Buchstaben oder Zahlen) auf den Rücken oder die Handfläche. Sie können das Spiel auch in der Badewanne spielen und mit Seifen- oder Rasierschaum auf die Haut malen, so dass das Kind nachsehen kann, nachdem es geraten hat.
5. Lassen Sie Ihr Kind mit dem Finger einfache Linien, Formen, Buchstaben oder Zahlen in Sand, Play-doh, Seifenschaum, oder ähnliche Materialien zeichnen. Die intensivere Berührungsinformation hilft ihm dabei, die Form oder den Buchstaben genauer abzuspeichern.
6. Denken Sie darüber nach, wie Sie neue taktile Erfahrungen in Ihren Alltag und in gewohnte Spiele einbauen können.
Zum Beispiel: durch Tunnel krabbeln, über Kissen klettern oder in Decken einrollen die aus verschiedenem Material sind; Rasierschaum auf der Rutsche in ein kleines Planschbecken verteilen; gemeinsam kochen und dabei mit den Händen Teig kneten und formen; Stoffe, Schwämme oder ähnliche kleine Gegenstände mit in die Badewanne nehmen; sich in der Sandkiste (oder am Strand) „eingraben“ lassen usw.

Das sind nur einige Ideen. Versuchen Sie einfach, Tastspiele und Aktivitäten, die unterschiedliche Berührungsreize liefern, auf interessante Weise in den Alltag Ihres Kindes einfließen zu lassen.

Entdecke den Tastsinn © ist Teil der Serie „Parent Pages“ zum Thema Sensorische Integration, verfasst von Zoe Mailloux, OTD, OTR/L, FAOTA. Übersetzung durch Danielle Belleflamme (dbe@ergopraxisaspern.at)

Das Dokument darf, unter Berücksichtigung des vollständigen Titels und der Copyright Informationen, zu Bildungszwecken vervielfältigt werden.