

# Πως επηρεάζει το αιθουσαίο σύστημα τη συμπεριφορά του παιδιού;

## Πως επηρεάζει το αιθουσαίο σύστημα τη συμπεριφορά του παιδιού;

Εάν δεν έχετε ποτέ πριν ακούσει τη λέξη, πιθανά θα αναρωτιέστε τι ακριβώς είναι και πώς επηρεάζει τη συμπεριφορά!

Υπάρχουν 5 βασικές αισθήσεις για τις οποίες συνήθως μαθαίνουμε:

Όραση – Μάτια

Ακοή – Ήχος

Αφή – Άγγιγμα

Γεύση

Όσφρηση

Οι άνθρωποι συχνά αστειεύονται για κάποιους, ότι έχουν την έκτη αίσθηση, αλλά στην πραγματικότητα, ΟΛΟΙ μας έχουμε μία έκτη αίσθηση. Ονομάζεται Αιθουσαίο Σύστημα και ξεκινάει από το μέσο και εσωτερικό μέρος του αυτιού.

## Anatomy of the Ear



## Τι είναι το αιθουσαίο σύστημα;

Το αιθουσαίο σύστημα αντιστοιχεί στην αίσθηση της ισορροπίας και της κίνησης.

Όπως μπορείτε να δείτε παραπάνω, το αιθουσαίο περιλαμβάνει και το μέσο και το εσωτερικό μέρος του αυτιού.

- Είναι το πρώτο σύστημα που αναπτύσσεται στη μήτρα.
- Είναι το πρώτο σύστημα που μπορεί να ανταποκριθεί σε αισθητηριακά ερεθίσματα.
- Είναι η πιο προστατευμένη περιοχή του εγκεφάλου.
- Σχετίζεται στενά με τη βαρύτητα, την ασφάλεια, την επιβίωση, τη διέγερση και την προσοχή.

## Πως επηρεάζει το αιθουσαίο σύστημα τη

## συμπεριφορά του παιδιού;

Πληροφορίες από τα μάτια, τα αυτιά και το αιθουσαίο σύστημα (ισορροπία και κίνηση) συνδυάζονται, για να υπάρχει αντίληψη του εαυτού σας σε σχέση με το χώρο.

Επομένως,

τα μάτια → σας λένε πού βρίσκεται μέσα στο δωμάτιο,

τα αυτιά → σας λένε τι συμβαίνει μέσα στο δωμάτιο,

το αιθουσαίο σύστημα → αναγνωρίζει εάν το σώμα σας στέκεται όρθιο, εάν κινείται, εάν ισορροπεί, κλπ.

Στη συνέχεια όλες αυτές οι πληροφορίες φιλτράρονται από τον εγκέφαλό σας και αυτός δίνει μια απάντηση! Αυτό επηρεάζει το επίπεδο διέγερσης αλλά και τις κινητικές και λεκτικές ανταποκρίσεις σας.

Όταν κάποιος έχει ένα «κανονικό» ή καλά αναπτυγμένο αιθουσαίο σύστημα, όλες αυτές οι πληροφορίες κατηγοριοποιούνται σωστά και δίνεται η κατάλληλη απόκριση απ τον εγκέφαλο. Λέγεται, ακόμη, ότι οι μεγάλοι αθλητές ή οι άνθρωποι που κινούνται συνεχώς και θέτουν το σώμα και τις αισθήσεις τους σε νέες εμπειρίες, έχουν τα καλύτερα αναπτυγμένα αιθουσαία συστήματα.

Και εδώ είναι το πρόβλημα... τα παιδιά, σήμερα, δεν

κινούνται ούτε βιώνουν εμπειρίες όπως παλιότερα! Πολλές εμπειρίες που βοηθούσαν τα παιδιά να χτίσουν δυνατό αιθουσαίο σύστημα, δεν υπάρχουν πια. Το διάλειμμα και ο ελεύθερος χρόνος τους για να κινηθούν και να εξερευνήσουν, έχει μειωθεί στο ελάχιστο. Ύστερα, επιστρέφουν σπίτι και πηγαίνουν κατευθείαν στη τηλεόραση, στα τάμπλετ κλπ. ή διαβάζουν τα μαθήματά τους για την επόμενη ημέρα. Δεν είναι έξω και δεν κινούνται, όπως έκαναν τα παιδιά παλιά.

Σημαντικά βήματα στην ανάπτυξη ενός δυνατού αιθουσαίου συστήματος είναι:

Το ρολάρισμα

Το μπουσούλημα

Η ώρα που κάθονται στην κοιλιά ή στο στομάχι

Το σκαρφάλωμα

Το χοροπήδημα

Το κούνημα (όρθια, ανάποδα, απ' τη μια πλευρά στην άλλη, γύρω απ' τον εαυτό τους)

Το πιο σημαντικό είναι να κινούνται και να βάζουν το σώμα τους, κυρίως το κεφάλι τους, σε όσο το δυνατόν περισσότερες θέσεις ή κινήσεις γίνεται. Το αιθουσαίο σύστημα σχετίζεται στενά με τη βαρύτητα, την ασφάλεια, την επιβίωση, τη διέγερση και την προσοχή.

Όταν το παιδί σας δεν έχει αναπτυγμένο αιθουσαίο

σύστημα, ο εγκέφαλός του δεν παίρνει σωστές πληροφορίες από τα μάτια, τα αυτιά, την αίσθηση της βαρύτητας και κίνησης στο σώμα του, κ.ά. αυτό έχει ως αποτέλεσμα να έχουμε ανασφάλεια. Συνεπώς, το επίπεδο διέγερσής τους, η προσοχή τους και το αίσθημα επιβίωσής τους, ενεργοποιούνται. Αυτή είναι η αντίδραση του σώματός τους, όταν δεν αισθάνονται ασφάλεια. Και εάν το αιθουσαίο σύστημα τους λέει ότι μία κατάσταση δεν είναι ασφαλής, θα αντιδράσουν σε αυτό με φυγή ή με πάλη.

Κάθε παιδί έχει διαφορετικό όριο στο τι μπορεί να διαχειριστεί το αιθουσαίο σύστημά του. Μερικοί μπορεί να έχουν χαμηλό όριο, που σημαίνει ότι η παραμικρή κίνηση ή κατάσταση θα μπορούσε να οδηγήσει το αιθουσαίο σύστημά τους σε αντιδράσεις πάλης ή φυγής. Άλλοι, έχουν υψηλό όριο, που σημαίνει ότι χρειάζεται να παίρνει πολλές και διαφορετικές πληροφορίες ο εγκέφαλος για να τις αναγνωρίσει το αιθουσαίο.

Μερικά πρακτικά παραδείγματα δυσλειτουργίας του αιθουσαίου συστήματος:

- Αδιαθεσία από την κίνηση (αυτοκίνητο, τρενάκια αναψυχής κ.α.).
- Στριφογύρισμα (η πιο ήπια κίνηση στριφογυρίσματος μπορεί να κάνει ένα παιδί να νιώθει αδιάθετο ή να έχει τάση για εμετό, ενώ ένα άλλο παιδί μπορεί να στριφογυρίζει για ώρες και να μην επηρεάζεται).

Κλειστοφοβία (κάποιος μπορεί να αισθάνεται ότι ο χώρος πέφτει πάνω του, όταν υπάρχει πολύς κόσμος γύρω, αισθάνεται ανήσυχος και ανασφαλής σε μικρά ή μεγάλα δωμάτια.

Η μέθοδος Tomatis® , δρα άμεσα στο αιθουσαίο σύστημα του εγκεφάλου, επιδρά στη ρύθμιση του μυϊκού τόνου, στην καθετότητα αλλά και στις διαταραχές πλαγίωσης.

Επιπλέον, σε συνεργασία με τα υπόλοιπα μέρη του εγκεφάλου, το αιθουσαίο σύστημα παίζει πολύ σημαντικό ρόλο στους μηχανισμούς συντονισμού και ρυθμού του σώματος. Η ισορροπία εξαρτάται από το “αιθουσαίο σύστημα”, το οποίο ενημερώνει τον εγκέφαλο και για τη μικρότερη μετακίνηση του σώματος και διαδραματίζει θεμελιώδη ρόλο στην ενσωμάτωση του ρυθμού, της μουσικότητας και της γλώσσας, λόγω του περίπλοκου δικτύου των συνδέσεων στον εγκέφαλο. Με την επίδραση της Μεθόδου Tomatis® στο αιθουσαίο σύστημα, επιτυγχάνεται η επανάκτηση της κατακόρυφης θέσης του σώματος, με την επανατοποθέτηση του σκελετού και η ρύθμιση της αίθουσας.

Συνεπώς, η Μέθοδος Tomatis®, που εφαρμόζουμε στο κέντρο ολιστικής Υγείας “Εν Όλω” μπορεί να βελτιώσει σημαντικά και να αλλάξει το ρυθμό, το συντονισμό και την ισορροπία του παιδιού σας.

Αυτές οι πληροφορίες δεν αντικαθιστούν τις ιατρικές

συμβουλές του παιδίατρου-αναπτυξιολόγου ή εργοθεραπευτή σας.

Εάν αισθάνεστε ότι το παιδί σας έχει αισθητηριακή δυσλειτουργία, που επηρεάζει ευθέως την ποιότητα ζωής του, καλό θα ήταν να κάνετε αξιολόγηση από Εργοθεραπευτή με εξειδίκευση στην Αισθητηριακή Αντίληψη και την Αισθητηριακή Ολοκλήρωση.

Μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί μας [**κέντρο ολιστική υγείας «Εν Όλω»**] για να σας δώσουμε συμβουλές.

**Πηγή:**

<https://www.growinghandsonkids.com/vestibular-system-affects-childrens-behavior.html>