

Tunnon uudelleenkoulutus

Tunnon uudelleenkoulutuksessa pyritään kosketustunnon harjoittelulla parantamaan tuntoa. Harjoittelun avulla kehitetään kykyä tunnistaa erilaisia muotoja ja materiaaleja sekä paikallistamaan kosketusta.

Harjoituksissa yhdistetään näkö- ja tuntoaistien informaatiota. Välittömän palautteen ja harjoitusten toiston avulla aivokuorella tapahtuu uudelleenmuotoutumista, jolloin kyky aistia tuntoärsykeitä paranee ja kehittyy.

Harjoittelun periaatteet

- Harjoituksia tehdään 2 – 3 kertaa päivässä, 10 – 15 minuuttia kerrallaan.
- Pyri suoriutumaan tehtävästä ilman näkökontrollia.
- Avaa silmäsi ja tarkista, oletko suoriutunut tehtävästä oikein.
- Jos tehtävä onnistui, jatka edellä mainitulla tavalla seuraavaan tehtävään.
- Jos epäonnistuit, toista sama tehtävä silmät auki, jolloin yhdistät näkemäsi tuntemaasi.
- Pyri samalla painamaan yhdistelmä muistiisi.
- Sulje silmäsi ja yritä jälleen suoriutua tehtävästä hyödyntäen juuri oppimaasi.

Harjoituksia

- erilaisten pintamateriaalien tunnistus
- eri materiaalien tunnistusta astioissa (esim. riisi, makaroni, herne)
- pienten esineiden etsimistä em. materiaalien joukosta
- muotojen, esineiden tunnistus
- kosketuksen paikallistaminen

Tarvittaessa voit ottaa yhteyttä toimintaterapeuttiisi.

Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri • www.vsshp.fi • Vaihde 02 313 0000

Tämä ohje on tarkoitettu hoitosuhteessa oleville potilaillemme.