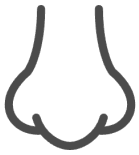
Allmenningen

Sanseoversikt

	Hypo (låg/dorsal vagal/lite info)	Hyper (høg/sympatikus/mykje info)
 **Balanse** det vestibulære systemet	• Kjenner ikkje når dei kjem ut av balanse. • Blir ikkje svimmel, dårleg koordinasjon.	• Reisesjuk, kvalm, svimmel. • Blir uvel om hovudet ikkje er oppreist eller føtene ikkje står stødig på bakken.
 **Kroppsleg Merksemd** det proprieseptoriske systemet	• Legg ikkje merke til andre menneske eller ting, • Står for nært, dunkar borti.	• Tek veldig mykje personleg plass. • Ubehageleg å vere nær andre. • Har stor avstand til ting.
 **Luktesans** det olfaktoriske systemet	• Legg ikkje merke til luktar.	• Luktar kan vere overveldande, gjennomtrengande.
 **Synssans** det visuelle systemet	• Ser dårleg, uklårt. • Ting er ute av fokus. • Fargar, objekt er uskarpe • Går i eitt med bakgrunnen.	• Ser alt, tydeleg. • Fargar, objekt er glorete, skarpe. • Ting er i fokus. • Dagslys osb. er for skarpt, fargane veldig fargerike
 **Høyrselssans** det auditoriske systemet	• Har gjerne svakere høyrsel på eitt øyre. • Legg gjerne ikkje merke til enkelte typar lydar. • Trivst gjerne veldig godt i bråk.	• Lydvolum vert gjerne forsterka, eller lydar vert fordreia. • Greier ikkje sile ut lydar, får gjerne konsentrasjonsvanskar. • Har gjerne særs skarp hørsel, er gjerne veldig følsom for lyder.
 **Berøring** det taktile systemet	• Legg ikkje merke til berøring. • Har gjerne høg smerteterskel og/ eller temperaturterskel (vert ikkje lett kald eller varm).	• Berøring kan vere smertefull og ukomfortabel. • Trekk seg unna situasjoner med berøring. • Liker gjerne berre enkelte typer teksturar.
 **Smakssans** det gustatoriske systemet	• Liker veldig sterk mat. • Altetande, legg ikkje merke til korleis det smakar.	• Enkelte smakar eller matvarer er for sterke og overveldande. • Ukomfortable med enkelte teksturer (t.d. et berre potetstapp)



Sensorisk integrasjon

korleis forstår hovud og kropp summen av info frå alle desse sansane

Kva mønstre ser du? Kva samanhengar ser du?
Hald utkikk for vektlegging eller preferanse av enkelte sansar, eller synestasi (samanblanding av sansene).

© Allmenningen SA