

Ewelina Zbyszewska-Olejnik

Psykologi ja Life Coach

Lisenssi nro 85856

Psykologin lausunto

Esittämällä mielipidettäni koskien painopeittojen vaikutuksesta ja sen käyttöön liittyvistä eduista lapsilla ja aikuisilla korostan, että se on yksinkertainen ja tehokas menetelmä joka täydentää hoitoa monella psykofyysisellä alueella.

Sensorinen peitto on nykyään useimmiten terapeuttien suosittelema terapiaväline, joka painollaan stimuloi lihaksissa ja jänteissä olevat reseptorit, jotka vastaavat tietojen kehon asennosta ja sen osien asennosta toisiinsa nähden välittämisestä. Se on ihmiselle välttämätön kyky jota tarvitsemme suorittaaksemme jopa yksinkertaisemmat toimet. Sertifioituna psykologina ja life coachina olen sitä mieltä, että sensorista peittoa voidaan hyvin käyttää ADHD:ta, Downin oireyhtymää, Aspergerin oireyhtymää potevien, autististen henkilöiden, sensorisen integraation häiriötä potevien, masennusta potevien, neuroosia potevien, CP-vammastaa, pelkotiloista, aggressiivisista kohtauksista kärsivien henkilöiden sekä vanhempien, yli 60 vuotiaiden seniorien, Parkinsonin ja Alzheimerin tautia potevien ihmisten kohdalla.

Psykologina olen huomannut, että painopeittoa käyttävillä on tapahtunut parannusta sensorisen integraation alueella. Käytetty leikkien lasten kanssa ja unen aikana painopeitto auttaa rauhoittumaan täynnä ärsykyitä päivän jälkeen sekä auttaa stimuloimaan proprioseptiivistä aistijärjestelmää joka vastaa syvätunnosta. Proprioception avulla voimme aistia kehomme asennot, se vastaa emotionaalista turvallisuudesta ja siitä että osaamme toimia yhteiskunnassa. Tri Temple Grandinin tutkimusten tulokset osoittivat, että painon kehoon kohdistama puristus edesauttaa ulkoärsykkeiden vastaanottoa. Se pienentää myös epävarmuutta ja eristyneisyyden tunnetta sekä auttaa hallitsemaan paremmin tunteja, mikä on tärkeä kun on kyse vuodenaikamaasenuksen hoidosta. Näin ollen painopeitto rauhoittaa yliherkkyydestä kärsiviä ja niitä jotka kokevat tuntoaistimusten puutetta – virkistää.

Luulen, että jos lapsi tai aikuinen reagoi tuntoaistimuksiin yli- tai aliherkästi, jos hänellä on keskittymisongelmia, jos liikekoordinaatio on huono, jos on väärä liikeaktiivisuuden taso (liian korkea tai



liian pieni). jos on käytösongelmia – se on oikein hyvä väline joka täydentää hoitoa.

Näin ollen, jos sensorista peittoa käytetään oikein, arvioin, että sen terapeuttiset ominaisuudet tukevat monen psykofyysisen taudin, masennus mukaan lukien terapiaa.

Psykologi

(allekirjoitus)

Vahvistan, että yllä oleva käännös on sisällöltään yhtäpitävä minulle esitetyn asiakirjan jäljennöksen kanssa

Monika Lamęcka-Pasławska, suomen kielen auktorisoitu kääntäjä TP/632/05

Poznanissa, 10 helmikuuta 2019, nro 20/19, 2 sivua

