

Incontriamo Georgie



*Una storia sull'iper
responsività, relazioni e lo
stabilire uno stile di vita
sensoriale.*

Illustrated by Jacinta Read

Incontriamo Georgie. Georgie ha 18 anni. A loro piace uscire con gli amici, giocare ad Animal Crossing e godersi un buon hamburger. La loro vita familiare è sempre stata caotica e nessuno capisce davvero perché. Georgie ama i suoi genitori i quali sono cordiali, aperti e premurosi.



Tuttavia, i genitori di Georgie hanno trovato difficile la genitorialità, descrivendo Georgie come esplosivo, ostruttivo, oppositivo e dal “grilletto facile.”

A Georgie è stato chiesto di lavare i piatti dopo cena. Vogliono provare, vogliono far parte della squadra di famiglia. Ma la cena spinse già George a uno stato di stress piuttosto elevato. Questo accade sempre quando le attività comportano molto rumore, odore, gusto e tatto. Georgie preferisce cibi prevedibili (come gli hamburger) e pasti con poca conversazione. Lavare i piatti è difficile per Georgie, perché i suoni, gli odori e le sensazioni schifose sono tutti davvero stressanti.





Quando la sorellina di Georgie inizia a suonare la batteria in sottofondo, è davvero troppo. Georgie esplode: "Non ce la faccio più" e si precipita al piano di sopra.

I genitori di Georgie sono sgomenti per il fatto che sia successo di nuovo, il loro figlio più piccolo ora è sconvolto, i piatti non sono finiti e ancora una volta l'umore di Georgie ha rovinato un pasto in famiglia. I genitori di Georgie sono davvero stufi.

Georgie è di nuovo solo nella loro camera da letto. Sanno che non deve essere così, che i loro genitori sono brave persone, ma è così confuso.

Perché è tutto così difficile? Perché c'è sempre una lotta?

Georgie desidera disperatamente non essere più visto come un ragazzino cattivo, e desiderano un legame con la loro famiglia.



Quando il tuo sistema nervoso interpreta i dati sensoriali quotidiani come intensi, disgustosi, eccessivi, travolgenti o addirittura pericolosi, il tuo cervello e il tuo corpo tendono a vivere in uno stato costante di reazione di lotta o fuga.

Numerosi studi ci hanno dimostrato negli ultimi vent'anni che uno stato di costante iper-reattività sensoriale può avere impatti negativi duraturi sul benessere, sul senso di sé e sulle relazioni.

Due studi del 2004 hanno dimostrato che l'ansia sensoriale è correlata all'ansia relazionale e alla depressione, e uno studio del 2020 ha mostrato che la sensibilità sensoriale è associata alle diagnosi di disturbo d'ansia e alle difficoltà di regolazione delle emozioni.



La tua “salute sensoriale”, compreso il modo in cui costruisci il tuo stile di vita attorno al tuo profilo sensoriale, è importante. Se l’integrazione e l’elaborazione sensoriale sono così fondamentali per il benessere psicologico e relazionale, perché non ne parlano più persone? Perché alcune persone impiegano fino all’età adulta per conoscere questo importante settore dello sviluppo umano?

IL benessere sensoriale supporta l'auto regolazione

Georgie si siede e fa qualche ricerca. Trovano una checklist delle differenze nell'elaborazione sensoriale e controllano l'80% delle affermazioni. Georgie è in grado di condividere questo con i loro genitori, e tutti sono d'accordo ad avvicinarsi al terapeuta occupazionale locale per adolescenti specializzato in integrazione e elaborazione sensoriale.

La valutazione della terapia occupazionale di Georgie dimostra sensibilità significative al tatto, al suono, al gusto, all'olfatto e al movimento nel campo visivo. Tutte queste sensazioni spingono Georgie in uno stato di maggiore vigilanza, facendo entrare il loro sistema nervoso in stato di massima allerta. Qualsiasi altro fattore di stress quindi spinge rapidamente Georgie in uno stato di lotta o fuga. Questo non è mai stato qualcosa che Georgie poteva controllare con la mente sul corpo.



Georgie inizia a vedere un provider di salute mentale e un terapeuta occupazionale che lavorano con tutta la famiglia per iniziare a costruire uno stile di vita sensoriale “nutriente” che consentirà a Georgie non solo di sopravvivere, ma anche di prosperare.

La storia di Georgie ti suona familiare? Per un supporto nell'iper reattività sensoriale, ansia sensoriale e / o un'integrazione sensoriale e valutazione dell'elaborazione, contatta la tua scuola, una terapeuta occupazione locale la cui pratica si focalizza sui sensi o contattaci allo **STAR Institute** e saremo felici di guidarti.

La salute sensoriale trasforma la vita



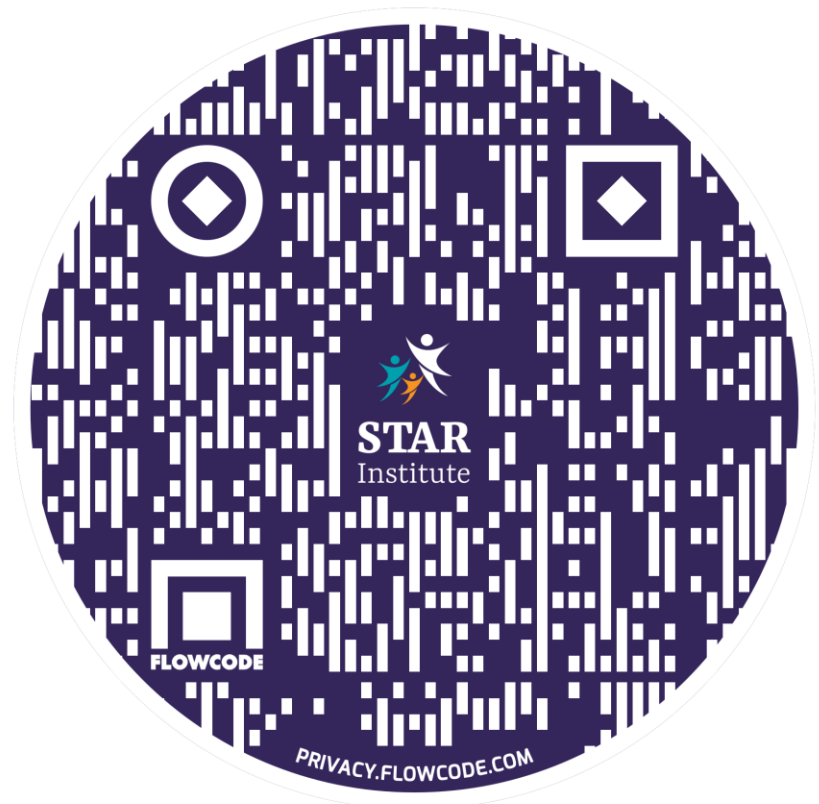
Differenze non identificate nell'elaborazione sensoriale possono minare la salute e il benessere a qualsiasi età e in qualsiasi contesto. Se sei troppo reattivo agli input sensoriali del mondo che ti circonda e del tuo stesso corpo, la vita di tutti i giorni può sembrare un campo di battaglia. Semplici suoni, odori e sensazioni tattili mettono il tuo sistema nervoso in uno stato di difesa e iper-vigilanza. Lo sforzo extra necessario per operare in un mondo che non è progettato per supportare i tuoi sistemi sensoriali può portare a disregolazione cronica, ansia / depressione e problemi nel creare relazioni.

Ogni mese all'Istituto STAR è il mese della consapevolezza sensoriale, ma Ottobre è particolarmente speciale dal momento in cui condividiamo la nostra passione con il mondo.

Quest'anno condividiamo le storie di cinque personaggi che ci stanno molto a cuore. Ogni personaggio rappresenta un aspetto diverso di come le differenze nell'integrazione e nell'elaborazione sensoriale influiscono sulla salute e sul benessere. I personaggi provengono da diverse fasi della vita, contesti e background familiari, ma hanno tutti una cosa in comune: scoprire come il potere dell'elaborazione sensoriale ha trasformato le loro vite in meglio. Queste storie sono basate sulla vita reale, testimonianze reali, persone reali.

Aiutaci a fare di più – quest'anno stiamo raccogliendo fondi per il nostro lavoro di educazione e advocacy. Finora, nel 2020, abbiamo organizzato seminari per genitori gratuiti e a pagamento, terapeuti occupazionali formati a scuola, educatori qualificati e altro ancora. Con il tuo sostegno, vogliamo raggiungere distretti scolastici, forze dell'ordine, più famiglie e individui, più medici ed educatori. Il tuo regalo sarà messo in pratica immediatamente.

Dai poco. Aiuta molto.



Scan to donate \$5 today!



© STAR Institute for Sensory Processing
6911 South Yosemite Street
Centennial, Co, 80122
United States of America

www.spdstar.org

STAR Institute is a 501(c)3 Non-Profit

Transforming health and wellness through the sensory domain