



Duyusal Belirtiler Kontrol Listesi: Bebekler ve Küçük Çocuklar

Aşağıdaki liste bir teşhis koyma aracı değildir; daha ziyade, aşırı veya düşük duyuşsal tepki belirtilerine işaret eder. Bu listenin amacı, duyuşsal modülasyon güçlükleri olan bireyler için uygun bir tedavi planı ve/veya duyuşsal diyet geliştirmeye yardımcı olmaktır.

Unutmayın: Herkes belli duyuşlarda hassasiyet gösterebilir, bu normaldir. Duyuşsal modülasyon ancak kişinin hayatını olumsuz etkilediğinde bir bozukluğa dönüşür (örn., dikkatini verememe, öğrenme, sosyalleşme, rahatlamakta güçlük çekmek gibi...).

*Duyuşsal arayış davranışına işaret eder. Duyuşsal arayış bir tür yetersiz tepki çeşididir; bu kişiler, sinir sistemlerinin yetersiz tepkisini telafi etmek için yoğun bir duyum ararlar. Genel olarak, yetersiz tepki verenler, duyuşsal arayışta olanlara kıyasla daha pasif ve hareketsiz olma eğilimindedir, ancak bu ikisi yine de birçok belirtiyi paylaşırlar.

Çocuğunuzun yaşına bağılı olarak pek çok belirti geçerli olmayacaktır. Siz, çocuğunuzun gelişiminin bu aşamasında gözlemlediğiniz belirtileri işaretleyin ve diğerlerini boş bırakın.

Sensory Symptoms Checklist: Babies and Toddlers

The following checklist is not a diagnostic tool; rather, it is an indicator of sensory over- or under-responsiveness. The purpose of this tool is to assist in developing an appropriate treatment plan and/or sensory diet for an individual with sensory modulation difficulties.

Remember: It is normal for all people to be sensitive to certain sensations. Sensory modulation becomes a disorder only when it negatively impacts a person's life (i.e., ability to pay attention, learn, socialize, relax).

*Indicates sensory-seeking behavior. Sensory Seeking is a form of under-responsiveness, but these individuals seek intense sensation to compensate for the under-responsiveness of their nervous systems. In general, under-responders tend to be more passive and sedentary than the sensory-seekers, but they still share many symptoms.

Depending on the age of your child, many symptoms will not be applicable. Just check the symptoms you observe at this stage of development and leave others blank.

DOKUNSA (DOKUNMA DUYUSU)- TACTILE (TOUCH)

Symptoms of Over-Responsiveness

Aşırı tepki belirtileri

tuttuğunuzda / sarıldığınızda ağlar / kendini arkaya doğru atar

-> cries/arches back when held/cuddled

katı gıdaya geçişte zorlanma

->difficulty transitioning to solid foods

ellerini / üstünü kirletecek oyunları oynamaktan kaçınır, mesela: parmak boyası ve oyun hamuru gibi

-> avoids messy play including finger-painting and Play-Doh

tırnak / saç kestirmeyi, saç / diş fırçalamayı sevmez

-> dislikes nail-trimming/hair-cutting/hair-brushing/tooth-brushing

kısıtlı yiyecek tercihi, yiyeceklerin dokularına duyarlılık

-> limited food preferences, sensitive to food textures

altını değiştirirken ağlar / huysuzlanır

-> cries/fusses during diaper change

banyo yapmaktan rahatsız olur

-> distressed by baths

ani dokunuşlarda kolayca irkilir

-> startles easily when touched unexpectedly

küçük yaralanmalara veya sivrisinek ısırıklarına aşırı tepki gösterir

-> over-reacts to minor injuries or mosquito bites

*Duyusal arayış davranışına işaret eder.

*Indicates sensory-seeking behavior.

Symptoms of Under-Responsiveness

Yetersiz tepki belirtileri

sürekli başkalarına dokunur*

-> always touching others*

kıyafetsiz ve yalınayak dolaşmayı tercih eder *

-> prefers to be without clothes and barefoot*

eline yüzüne bir şey bulaştığında bunu fark etmez (12 aylıktan sonra)

-> doesn't seem to notice messy hands or face (beyond 12 months)

hafif dokunuşları fark etmiyor gibi durur

-> seems unaware of light touch

ağzına çok fazla yemek tıkıştırabilir *

-> may stuff too much food in mouth*

kesik ve çizikleri fark etmez, iğne/aşı olmaktan rahatsız olmaz

-> doesn't seem to notice cuts and scrapes, doesn't mind shots

salya akıtır, burnunun aktığını ya da yüzündeki yiyecekleri fark etmez (18 aylıktan sonra)

-> drools, doesn't notice runny nose or food on face (beyond 18 months)

18 aylıktan sonra, temiz ve kuru bebek

bezi arasındaki farkı hissetmiyor gibi durur
-> after 18 months, doesn't appear to notice wet/soiled diaper

ince motor becerilerinde gecikme

-> delayed fine motor skills

PROPRİYOSEPTİF (KAS VE EKLEMLERDE BASKI)- PROPRIOCEPTIVE (PRESSURE ON MUSCLES & JOINTS)

Aşırı Tepki Belirtileri

Symptoms of Over-Responsiveness

Propriyoseptif girdi her zaman sinir sistemine yardımcı olduğundan, bu kategoride aşırı duyarlılık görmüyoruz.

Since proprioceptive input is always helpful to the nervous system, we do not see **over-responsivity** in this category.

*Duyusal arayış davranışına işaret eder.

*Indicates sensory-seeking behavior.

Yetersiz Tepki Belirtileri

Symptoms of Under-Responsiveness

sadece kucakta uyur veya yardımcı pozisyonlarla/ salıncakta/ sallayan koltukta uyur.

-> only sleeps when held or requires positioning aids/swing/bouncy seat

zıplamayı, tırmanmayı, güreşmeyi ve çarpmalı etkinlikleri sever *

-> loves jumping, climbing, wrestling, and crashing activities*

parmak ucunda yürür, veya yavaş yürür*

-> walks on toes, or walks heavily*

ince motor becerilerde güçlük

-> difficulty with fine motor tasks

çıtır çıtır veya çiğneme gerektiren yiyecekleri tercih eder *

-> prefers crunchy and chewy foods*

parmak emer, giysi veya oyuncakları çiğner (18 aylıktan sonra)

-> sucks thumb or fingers, chews on clothes and toys (beyond 18 months)

emziğe çok bağlıdır (1 yaştan sonra)

-> very attached to pacifier (beyond 1 year)

diş gıcırdatır

-> grinds teeth

sımsıkı sarılmayı ve sıkıştırıldığı etkinlikleri veya pozisyonları sever *

-> loves tight hugs and squishing activities or positions*

kalın veya ağır yorganları seçer

-> chooses thick or heavy blankets

kendine zarar veren davranışlar:

çimdikleme, ısırma, kafasını toslama*

-> self-injurious behaviors: pinching, biting, head banging*

VESTİBÜLER (HAREKET)- VESTIBULAR (MOVEMENT)

Aşırı Tepki Belirtileri

Symptoms of Over-Responsiveness

yetişkinin bedeninden ayrı kalmayı veya havaya atılmayı sevmez, yapışkan olabilir

-> dislikes being held away from adult's body or tossed in air, may be clingy

salıncak, kaydırak gibi ayaklarını yerden kesecek şeylerden sakınır

-> avoids swings, slides, anything that requires feet to be off the ground

asansörden, yürüyen merdivenlerden ve her türlü yüksekten korkar

-> fearful of escalators, elevators, and all heights

saçının yıkanması için başını geriye eğmeyi veya havuzda sırtüstü yüzmeyi sevmez

-> resists leaning back for hair washing or floating on back in pool

*Duyusal arayış davranışına işaret eder.

*Indicates sensory-seeking behavior.

Yetersiz Tepki Belirtileri

Symptoms of Under-Responsiveness

çok fazla sallamak gerekir; en çok bebek arabasında, salıncakta veya hoppala'da mutludur *

-> needs to be rocked a lot; is happiest in stroller, swing, bouncer*

yerleşik aktiviteleri sevmez *

-> dislikes sedentary tasks*

sürekli hareket halindedir, kendi etrafında dönmeyi, baş aşağı durmayı sever*

-> is in constant motion, loves spinning, swinging, being upside down*

kas tonusu düşük olabilir (kas ve eklemler fazla yumuşak ve gevşek duruyor)

-> may have low muscle tone (muscles and joints seem too soft and floppy)

yerde "W" şeklinde oturur, sandalyeye yığılarak veya çökerek oturur

-> "W" sitting on floor, slumps, leans in chair

dönmeyi çok sever

-> loves spinning

otururken kendi kendine sallanır veya kafasını öne arkaya atar*

-> rocks self or moves head back and forth while sitting

ENTEROSEPSİYON (İÇ ALGI)- INTEROCEPTION (INTERNAL SENSATIONS)

Aşırı Tepki Belirtileri

Symptoms of Over-Responsiveness

acı eşiği çok düşüktür

-> seems to have a low pain tolerance

banyodan sonra soğuktan veya sıcaktan bir

Yetersiz Tepki Belirtileri

Symptoms of Under-Responsiveness

tuvalet eğitiminde güçlük

-> difficult to toilet-train

belirgin bir açlık ve susuzluk eksikliği

günde dışarı çıkmaktan ciddi derecede rahatsız olur

-> displays significant distress when cold after bath or after stepping outside on hot day

medikal müdahalelerden büyük korku (iğne, muayene vb.)

-> great fear of medical interventions (injections, examinations etc.)

çeşitli ağrı ve acılardan sürekli şikayet eder

-> frequent complaints of various aches and pains

-> apparent lack of hunger/thirst

yüksek acı eşiği veya acıya uygunsuz tepki gösterir

-> high pain tolerance or shows inappropriate response to pain

uykuya dalmakta veya uykuda kalmakta

zorluk

-> difficulty falling asleep/staying asleep

boğaz ağrısı veya mide bulantısı gibi hastalıkların farkına varmıyor gibidir

-> doesn't seem aware of symptoms of illness such as sore throat or nausea

AUDITORY (SES)- AUDITORY (SOUND)

Aşırı Tepki Belirtileri

Symptoms of Over-Responsiveness

kolayca irkilir; elektrik süpürgesi, saç kurutma aleti ve sifon gibi seslerden ağlar

-> startles easily, cries with vacuum, hair-dryers, toilet flushing

gürültülü yerleri sevmez

-> dislikes noisy places

arka plandaki seslerden kolayca dikkati dağılır veya rahatsız olur

-> easily distracted and bothered by background noises

yüksek veya ani seslerden ağlar, kulaklarını kapatır

-> cries, covers ears with loud or unexpected sounds

başkalarından sessiz olmalarını ister

-> asks others to be quiet

*Duyusal arayış davranışına işaret eder.

*Indicates sensory-seeking behavior.

Yetersiz Tepki Belirtileri

Symptoms of Under-Responsiveness

ismine her seferinde tepki vermeyebilir (işitme kaybı olmadığından emin olun)

-> may not consistently respond to name (rule out hearing loss)

TV ve müziği yüksek sesle dinlemeyi tercih eder *

-> prefers TV and music to be loud*

çoğu zaman arka plandaki sesleri fark etmez

-> often doesn't notice background noises

sık sık kendi kendine sesler çıkarır, başkalarının çıkardığı saçma seslerden hoşlanır*

-> makes own sounds frequently, enjoys silly sounds of others*

duymasında sorun olmadığı halde sık sık "Ne?" diye sorar

-> says "What?" frequently even though hearing is intact

- bazı seslere karşı aldırılmazdır, sesin kaynağını tespit etmekte zorlanır
-> may appear oblivious to some sounds, has difficulty locating sound
- bir işin üstesinden gelirken kendi kendine konuşmaya başvurabilir
-> may use self-talk to get through a task

GÖRSEL- VISUAL

Aşırı Tepki Belirtileri

Symptoms of Over-Responsiveness

- parlak ışıklardan, güneşten rahatsız olur
-> bothered by bright lights, sun
- görsel açıdan kalabalık yerleri sevmez (mağazalar, oyun alanları, dağınık odalar)
-> dislikes visually busy places (stores, playgrounds, cluttered rooms)
- göz temasından kaçınır
-> avoids eye contact
- kısık ışığı, gölgeyi tercih eder
-> prefers dim lighting, shade
- gözlerini sıklıkla ovuşturur
-> rubs eyes a lot

*Duyusal arayış davranışına işaret eder.

*Indicates sensory-seeking behavior.

Yetersiz Tepki Belirtileri

Symptoms of Under-Responsiveness

- parlak, dönen veya hareket eden nesnelere sever *
-> loves shiny, spinning or moving objects*
- el göz koordinasyonu gerektiren işlerde zorlanır (top yakalama, boncuk dizme gibi)
-> difficulty with eye-hand coordination tasks (catching a ball, stringing beads)
- aksiyonla dolu, rengarenk TV programlarını ve bilgisayar oyunlarını sever*
-> loves action-packed, colorful TV shows and electronic games*

GUSTATORY VE OLFACTORY (TAT VE KOKU)- GUSTATORY AND OLFACTORY (TASTE AND SMELL)

Aşırı Tepki Belirtileri

Symptoms of Over-Responsiveness

- koku hakkında çok konuşur, başkalarının fark etmediği kokuları fark eder
-> talks about smell a lot, notices odors others don't notice

Yetersiz Tepki Belirtileri

Symptoms of Under-Responsiveness

- yenmeyecek nesnelere koklar ve yalar (oyuncak veya oyun hamuru gibi) *
-> smells and licks inedible objects such as toys and Play-Doh*

burnunu tıkar, yoğun kokulu yerlerden kaçınır (bazı restoranlar gibi)

-> plugs nose, avoids places with strong smells (some restaurants)

yeni yiyeceklerden sakınır, çok sınırlı yiyecek tercihleri vardır

-> dislikes new foods, may have very limited food preferences

parfüm, temizlik ürünleri, benzin gibi keskin kokulardan hoşlanır *

-> likes strong odors such as perfume, cleaning products, and gasoline*

yoğun tadı olan yiyecekleri tercih eder: baharatlı, tuzlu, acı, ekşi, tatlı*

-> prefers strongly flavored foods: spicy, salty, bitter, sour, sweet*

*Duyusal arayış davranışına işaret eder.

*Indicates sensory-seeking behavior.

DUYGULANIM- AFFECT

Aşırı Tepki Belirtileri

Symptoms of Over-Responsiveness

genelde huysuz, sinirlidir

-> generally fussy, irritable

keskin fikirlidir; işler belli bir şekilde yapılmalıdır

-> very particular; seems to be a certain way things have to be done

kendini yatıştırılmakta zorlanır

-> difficulty self-soothing

Yetersiz Tepki Belirtileri

Symptoms of Under-Responsiveness

genelde mutlu, rahat tavırlıdır

-> generally happy, laid back

sık sık "kopar" / dikkati sağılır

-> seems tuned out frequently

erken yaştan itibaren sürekli hareket halindedir; fiziksel olarak idare etmesi zordur

-> constantly on the go at an early age; hard to manage physically