



قائمة مراجعة الأعراض الحسية: الصفحة الرئيسية

القائمة التالية ليست أداة تشخيص؛ ولكنها مؤشر على الاستجابة الحسية المفرطة أو المنخفضة. الغرض من هذه الأداة هو المساعدة في تطوير خطة علاج مناسبة و/ أو نظام غذائي حسي للفرد الذي يعاني من صعوبات في التكامل الحسي

تذكر: من الطبيعي أن يكون كل الأشخاص ذوي استجابة لأحاسيس معينة. يصبح التكامل الحسي اضطرابًا فقط عندما يكون له تأثير سلبي على حياة الشخص (أي أن يكون هناك خلل في القدرة على الانتباه والتعلم والتواصل الاجتماعي والاسترخاء).

* يشير إلى اضطراب المعالجة الحسية. واضطراب وخلل التكامل الحسي هو شكل من أشكال عدم الاستجابة، لكن هؤلاء الأفراد يبحثون عن إحساس شديد للتعويض عن ضعف استجابة أجهزتهم العصبية.
اللمس

Sensory Symptoms Checklist: Home

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).

The asterisk (*) 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.

TACTILE (TOUCH)

| أعراض نقص الاستجابة | أعراض الإفراط في الاستجابة |
|----------------------------------|--|
| Symptoms of Under-Responsiveness | Symptoms of Over-Responsiveness |
| دائمًا يلمس الآخرين | يتجنب اللمس الحنون |
| -> always touching others* | -> cries/arches back when held/cuddled |
| يفضل أن يكون بدون ملابس وحافي | ينزعج من اللحامات في الملابس |
| | والعلامات وأحزمة الخصر وما إلى ذلك. |



| | | | | | |
|---|--------------------------|--|---|--------------------------|--|
| -> as a young child, may prefer to be without clothes and barefoot | <input type="checkbox"/> | القدمين * | -> bothered by seams in clothing, tags, waistbands, etc. | <input type="checkbox"/> | يتجنب اللعب الفوضوي بما في ذلك |
| لا يبدو أنه يلاحظ حدوث فوضى في الأيدي أو الوجه | <input type="checkbox"/> | | -> avoids messy play including finger-painting and Play-Doh | <input type="checkbox"/> | الرسم بالأصابع والصلصال والعجين |
| -> doesn't seem to notice messy hands or face | <input type="checkbox"/> | يلمس كل شيء ويجلب الأشياء والألعاب إلى الفم بشكل متكرر * | -> dislikes nail-trimming/hair-cutting hair-brushing/tooth-brushing | <input type="checkbox"/> | يكره تقليم الأظافر/ قص الشعر/ تفريش الشعر/ تفريش الأسنان |
| -> touches everything, brings objects and toys to mouth frequently* | <input type="checkbox"/> | قد يحشو الكثير من الطعام في الفم * | -> limited food preferences, sensitive to food textures | <input type="checkbox"/> | تفضيلات محدودة من الطعام، حساسية لقوام الطعام |
| -> may stuff too much food in mouth* | <input type="checkbox"/> | يبدو غير مدرك للمس الخفيفة | -> excessively ticklish | <input type="checkbox"/> | مفرط الحساسية |
| -> seems unaware of light touch | <input type="checkbox"/> | لا يبدو أنه يلاحظ الجروح والخدوش | -> avoids standing close to others | <input type="checkbox"/> | يتجنب الوقوف بالقرب من الآخرين |
| -> doesn't seem to notice cuts and scrapes, doesn't mind shots | <input type="checkbox"/> | يسيل لعابه، لا يمسح سيلان الأنف | -> startles easily when touched unexpectedly | <input type="checkbox"/> | يفاجئ بسهولة عند لمسه بشكل غير متوقع |
| -> drools, doesn't wipe runny nose | <input type="checkbox"/> | خشن عن غير قصد على الحيوانات الأليفة أو الأطفال الآخرين | -> overreacts to minor injuries or mosquito bites | <input type="checkbox"/> | يتفاعل بشكل مفرط مع الإصابات الطفيفة أو لدغات البعوض |
| -> unintentionally rough on pets or other kids | <input type="checkbox"/> | يشتهي النكهات الشديدة - مالح ، حلو ، حامض ، حار ، إلخ. * | -> difficulty transitioning to solid foods | <input type="checkbox"/> | يشير إلى اضطراب المعالجة الحسية * |
| -> craves intense flavors—salty, sweet, sour, spicy, etc.* | | | | | |



صعوبة في المهام الحركية الدقيقة *Indicates sensory-seeking behavior.

-> difficulty with fine motor tasks

الضغط على العضلات والمفاصل

PROPRIOCEPTIVE (PRESSURE ON MUSCLES AND JOINTS)

| أعراض نقص الاستجابة | أعراض الإفراط في الاستجابة |
|---|---|
| Symptoms of Under-Responsiveness | Symptoms of Over-Responsiveness |
| نظرًا لأن مستقبلات الحس العميق مفيدة دائمًا للجهاز العصبي، فإننا لا نرى استجابة مفرطة في هذه الفئة. | يحب أنشطة القفز والتسلق والمصارعة والتحطيم <input type="checkbox"/> -> loves jumping, climbing, wrestling, and crashing activities* |
| | يمشي على أصابع القدم*، أو يمشي متناقلاً <input type="checkbox"/> -> walks on toes or walks heavily* |
| | صعوبة في المهام الحركية الدقيقة <input type="checkbox"/> -> difficulty with fine motor tasks |
| | يفضل الأطعمة المقرمشة والقابلة للمضغ* <input type="checkbox"/> -> prefers crunchy and chewy foods* |
| | يمص الإبهام أو الأصابع ويمضغ الملابس والالعاب (بعد 18 شهراً) <input type="checkbox"/> -> sucks thumb or fingers, chews on clothes and toys |
| | يكز على الأسنان <input type="checkbox"/> -> grinds teeth, cracks knuckles* |
| | يحب العناق الضيق وأنشطة الضغط أو الوضعيات* <input type="checkbox"/> -> loves tight hugs and "squishing" activities or positions* |

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



- يختار بطانيات سميكة أو ثقيلة
-> chooses thick or heavy blankets
- يمارس سلوكيات مؤذية للنفس: القرص، العض، ضرب الرأس*
-> self-abusive behaviors—pinching, biting, head-banging*
- يفضل الملابس الضيقة أو قد يرتدي سترة دافئة باستمرار*
-> prefers tight-fitting clothes or may wear a snug jacket constantly*
- يستخدم قوة كبيرة جدًا أو قليلة جدًا على الأشياء (على سبيل المثال، علب العصير وأقلام التلوين)
-> uses too much or too little force on objects (e.g., juice boxes, crayons)

الحركة

VESTIBULAR (MOVEMENT)

| أعراض نقص الاستجابة | أعراض الإفراط في الاستجابة |
|--|---|
| Symptoms of Under-Responsiveness | Symptoms of Over-Responsiveness |
| <input type="checkbox"/> يكرهون إبعادهم عن أجساد البالغين أو رميهم في الهواء، ويحبوا البقاء عالقين -> as a baby, dislikes being held away from adult's body or tossed in air, may be "clingy" | <input type="checkbox"/> يحتاج إلى التأرجح كثيرًا؛ هو أسعد في عربة الأطفال* -> as a baby, needs to be rocked a lot, is happiest in stroller, swing, bouncer* |
| <input type="checkbox"/> يتجنبون التأرجح، والانزلاق، وأي شيء يتطلب رفع القدمين عن الأرض -> avoids swings, slides, anything that requires feet to be off the ground | <input type="checkbox"/> يكره المهام المستقرة* -> dislikes sedentary tasks* |
| | <input type="checkbox"/> في حالة حركة مستمرة، يحب الدوران والتأرجح والشقلبية* |



| | | |
|--|--------------------------|---|
| يخافون من السلالم الكهربائية والمصاعد وجميع الارتفاعات | <input type="checkbox"/> | -> is in constant motion, loves spinning, swinging, being upside down* |
| -> fearful of escalators, elevators and all heights | | |
| يقاومون الانحناء لغسل الشعر أو الطفو على الظهر في حمام السباحة | <input type="checkbox"/> | ذو توتر عضلي منخفض (تبدو العضلات والمفاصل ناعمة جدًا ومرنة) |
| -> gets motion sick easily | | -> may have low muscle tone (muscles and joints seem too soft and floppy) |
| يهز نفسه أو يتحرك رأسه ذهابًا وإيابًا أثناء الجلوس * | <input type="checkbox"/> | يحب الجلوس على الأرض، الانزلاق، الميل على الكرسي |
| -> dislikes leaning back for hair-washing or floating on back in pool | | -> "W" sitting on floor, slumps, leans in chair |
| *يشير إلى اضطراب المعالجة الحسية *Indicates sensory-seeking behavior. | | يحب الدوران |
| | | -> loves spinning, loves amusement park rides, is a "thrill-seeker"* |
| | | يهز نفسه أو يتحرك رأسه ذهابًا وإيابًا أثناء الجلوس * |
| | | -> rocks self or moves head back and forth while sitting* |

الأحاسيس الداخلية

INTEROCEPTION (INTERNAL SENSATIONS)

| أعراض نقص الاستجابة | | أعراض الإفراط في الاستجابة | |
|--|--------------------------|---|--------------------------|
| Symptoms of Under-Responsiveness | | Symptoms of Over-Responsiveness | |
| يبدو أن لديه قدرة منخفضة على تحمل الألم | <input type="checkbox"/> | من الصعب تدريبه على المراض | <input type="checkbox"/> |
| -> Seems to have a low pain tolerance | | -> difficult to toilet train | |
| يظهر ضائقة شديدة عند البرودة بعد الاستحمام أو بعد الخروج في يوم حار | <input type="checkbox"/> | نقص واضح في الجوع / العطش | <input type="checkbox"/> |
| -> Displays significant distress when cold after bath or after stepping outside on a hot day | | -> apparent lack of hunger/thirst | |
| | | درجة تحمل عالية للألم أو إظهار استجابة غير مناسبة للألم | <input type="checkbox"/> |
| | | -> high pain tolerance or shows inappropriate | |



| | | | |
|---|--------------------------|--|--------------------------|
| خوف شديد من الإجراءات الطبية | <input type="checkbox"/> | response to pain | |
| -> extreme fear of medical procedures | | صعوبة في النوم / البقاء نائماً | <input type="checkbox"/> |
| شكاوى متكررة من الأوجاع والالام المختلفة | <input type="checkbox"/> | -> difficulty falling asleep/staying asleep | |
| -> frequent complaints of various aches and pains | | لا يبدو مدرجاً لأعراض مرض مثل احتقان الحلق أو غثيان | <input type="checkbox"/> |
| | | -> doesn't dress appropriately for weather | <input type="checkbox"/> |
| | | -> doesn't seem aware of symptoms of illness such as sore throat | <input type="checkbox"/> |

السمع (الصوت)

AUDITORY (SOUND)

| أعراض نقص الاستجابة | | أعراض الإفراط في الاستجابة | |
|--|--------------------------|---|--------------------------|
| Symptoms of Under-Responsiveness | | Symptoms of Over-Responsiveness | |
| يفاجئ بسهولة، يبكي من صوت المكثسة الكهربائية، مجففات الشعر، تنظيف المراحيض | <input type="checkbox"/> | قد لا يستجيب باستمرار للاسم (يستبعد فقدان السمع) | <input type="checkbox"/> |
| -> as a baby, startles easily, cries with vacuum, hair dryers, toilet flushing | | -> may not consistently respond to name (rule out hearing loss) | |
| يكره الأماكن الصاخبة | <input type="checkbox"/> | يفضل أن يكون التلفزيون والموسيقى صاخبين* | <input type="checkbox"/> |
| -> dislikes noisy places | | -> prefers TV and music to be loud* | |
| يتشتت بسهولة ويتزعج من ضوضاء الخلفية | <input type="checkbox"/> | غالبًا لا يلاحظ الضوضاء التي تحدث في الخلفية | <input type="checkbox"/> |
| -> easily distracted and bothered by background noises | | -> often doesn't notice background noises | |
| | | يصدر أصواتًا خاصة بشكل متكرر، ويستمتع بالأصوات السخيفة للآخرين* | <input type="checkbox"/> |
| | | -> makes own sounds frequently, enjoys silly | |



| | | | |
|---|--------------------------|-------------------|---|
| يبكي ويغطي الأذنين عند حدوث أصوات عالية أو غير متوقعة | <input type="checkbox"/> | sounds of others* | <input type="checkbox"/> |
| -> cries, covers ears with loud or unexpected sounds | | | يقول "ماذا؟" في كثير من الأحيان على الرغم من أن السمع سليم |
| يطلب من الآخرين التزام الهدوء | <input type="checkbox"/> | intact | <input type="checkbox"/> |
| -> asks others to be quiet | | | قد يبدو غافلاً عن بعض الأصوات، ويواجه صعوبة في تحديد موقع الصوت |
| يشير إلى اضطراب المعالجة الحسية* | | | <input type="checkbox"/> |
| *Indicates sensory-seeking behavior. | | | قد يستخدم الحديث الذاتي لإنجاز مهمة ما |
| | | | -> may use self-talk to get through a task |

بصري

VISUAL

| أعراض نقص الاستجابة | | أعراض الإفراط في الاستجابة | |
|---|--------------------------|--|--------------------------|
| Symptoms of Under-Responsiveness | | Symptoms of Over-Responsiveness | |
| يشعر بالإزعاج من الأضواء الساطعة والشمس | <input type="checkbox"/> | يحب الأشياء اللامعة أو الدوارة أو المتحركة* | <input type="checkbox"/> |
| -> bothered by bright lights, sun | | | |
| يكره الأماكن المزدحمة بصرياً (المتاجر، الملاعب، الغرف المزدحمة) | <input type="checkbox"/> | صعوبة في مهام التنسيق بين اليد والعين (الإمساك بالكرة) | <input type="checkbox"/> |
| -> dislikes visually busy places (stores, playgrounds, cluttered rooms) | | | |
| يتجنب ملامسة العين | <input type="checkbox"/> | يحب البرامج التلفزيونية والألعاب | <input type="checkbox"/> |



-> avoids eye contact

يفضل الإضاءة الخافتة والظل

-> prefers dim lighting, shade

يفرك العيون كثيرا، وقد يصاب

بالصداع من القراءة

-> rubs eyes a lot, may get headaches from reading

يشير إلى اضطراب المعالجة الحسية

*Indicates sensory-seeking behavior.

الإلكترونية المليئة بالإثارة والملونة *

-> loves action-packed, colorful TV shows and electronic games*

صعوبة التمييز بين الحروف والأشكال

المتشابهة

-> difficulty distinguishing between similar letters and shapes

صعوبة في التتبع البصري قد تفقد المكان

بشكل متكرر أثناء القراءة

-> difficulty with visual tracking, may lose place frequently while reading

الشم والتذوق

GUSTATORY AND OLFACTORY (TASTE AND SMELL)

أعراض نقص الاستجابة

Symptoms of Under-Responsiveness

يتحدث عن الرائحة كثيرا، ويلاحظ

الروائح التي لا يلاحظها الآخرون

-> talks about smell a lot, notices odors others don't notice

يسد الأنف، ويتجنب الأماكن ذات

الروائح النفاذة (بعض المطاعم)

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

يكره الأطعمة الجديدة، قد يكون له

تفضيلات غذائية محدودة للغاية

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

أعراض الإفراط في الاستجابة

Symptoms of Over-Responsiveness

يشم ويلعق الأشياء غير الصالحة للأكل

مثل العرائس والصلصال*

-> smells and licks inedible objects such as toys and Play-Doh*

يحب الروائح القوية مثل العطور ومنتجات

التنظيف والبزين*

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

يفضل الأطعمة ذات النكهة القوية: حار، ملح،

مر، حامض، حلو*

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



*يشير إلى اضطراب المعالجة الحسية

*Indicates sensory-seeking behavior.