

Duyusal Belirtiler Kontrol Listesi

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

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

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

Sensorische Checkliste: Home

Die unten aufgeführte Checkliste ist kein diagnostisches Mittel; es ist ein Indizienkatalog zur Erfassung einer sensorischen Unter- oder Überversorgung. Das Ziel dieses Instrumentes ist die Unterstützung bei der Erstellung eines geeigneten Behandlungsplanes und/oder der Erstellung einer sensorischen Diät für Personen mit sensorischen Modulationsschwierigkeiten.

Es ist für alle Menschen normal, sensibel auf manche Reize zu reagieren. Erst bei einem negativen Einfluss auf das Leben einer Person (zum Beispiel durch eingeschränkte Konzentrationsfähigkeit, eingeschränktes Lernen, Spielen, Interagieren, Entspannen) spricht man von einer eingeschränkten sensorischen Verarbeitung oder einer sensorischen Verarbeitungsstörung.

Die Sternchen (*) hinter den aufgeführten Beschreibungen stehen für vermehrte sensorische Suche. Sensorische Suche ist eine Form von sensorischer Unterversorgung. Die Betroffenen suchen vermehrt nach intensiver sensorischer Erfahrung, um die verminderte Reaktion des Nervensystems auf diesen Reiz zu kompensieren.

DOKUNSA (DOKUNMA DUYUSU) -TAKTIL (Berührungssinn)

Aşırı tepki belirtileri

Symptome von Überempfindlichkeit

- sevgi ifadesi olan dokunuşlardan kaçınır
-> vermeidet Kuschneln
- giysilerdeki dikişlerden, etiketlerden, kuşaklardan vs. rahatsız olur
-> fühlt sich durch Etiketten, Hosenbund, Schildchen in Kleidung gestört
- parmak boyası ve oyun hamuru gibi ellerini/üstünü kirletecek oyunları oynamaktan kaçınır
-> vermeidet die Hände schmutzig zu machen, mit Matsch zu spielen oder mit Knete zu arbeiten
- tırnak / saç kestirmeyi, saç / diş fırçalamayı sevmez
-> Abneigung gegenüber Finger- und Fußnägel schneiden, Haare schneiden, waschen und kämmen, Zähneputzen
- kısıtlı yiyecek tercihi, yiyeceklerin dokularına duyarlılık
-> verminderte Auswahl beim Essen, sensible gegenüber bestimmten Konsistenzen
- aşırı gıdıklanır
-> extrem kitzlig
-

başkal

arına yakın durmaktan kaçınır

-> vermeidet eng bei anderen zu stehen- rückt immer ein wenig weg, wenn man sich dicht neben ihn stellt oder setzt

- ani dokunuşlarda kolayca irkilir
-> erschreckt sich leicht bei unerwarteter Berührung
- küçük yaralanmalara veya sivrisinek ısırıklarına aşırı tepki gösterir
-> reagiert überempfindlich bei kleinen Verletzungen oder Mückenstichen

*Duyusal arayış davranışına işaret eder.

Yetersiz tepki belirtileri

Symptome von Unterempfindlichkeit

- sürekli başkalarına dokunur*
-> berührt häufig andere*
- kıyafetsiz ve yalınayak dolaşmayı tercih eder *
-> will oder wollte immer ohne Kleidung sein oder barfuß laufen
- eline yüzüne bir şey bulaştığında bunu fark etmez
-> nimmt dreckige Hände und ein dreckiges Gesicht nicht wahr
- her şeye dokunur, nesne ve oyuncakları sık sık ağzına götürür
-> berührt alles, nimmt Gegenstände und Spielzeug häufig in den Mund*
- ağzına çok fazla yemek tıkıştırabili
-> nimmt zu viel Essen auf einmal in den Mund*
- hafif dokunuşları fark etmiyor gibi durur
-> nimmt leichte Berührung nicht wahr
- kesik ve çizikleri fark etmez, iğne/aşı olmaktan rahatsız olmaz
-> nimmt Verletzung nicht wahr und reagiert kaum bei Impfungen oder Blutentnahme
- salya akıtır, burnunun aktığını ya da yüzündeki yiyecekleri fark etmez
-> erhöhter Speichelfluss, nimmt laufende Nase nicht wahr
- evcil hayvanlara ve başka çocuklara bilmeden sert davranır
-> unbewusst grob zu Tieren oder anderen Kindern
- canı yoğun tatları çeker –tuzlu, tatlı, ekşi, acı, vs.*
-> verlangt nach stark gewürztem Essen- salzig, süß, scharf, sauer*
- ince motor becerilerinde gecikme

*Indikatoren für sensorische Reizsuche.

-> nicht altersentsprechend entwickelte
feinmotorische Fähigkeiten

PROPRİYOSEPTİF (KAS VE EKLEMLERDE BASKI)- PROPRIOZEPTION (Tiefenwahrnehmung)

Aşırı tepki belirtileri

Symptome von Überempfindlichkeit

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

Sinnesreize der Propriozeption sind immer wertvoll für das Nervensystem und daher tauchen in dieser Kategorie keine **Überempfindlichkeiten** auf.

Yetersiz tepki belirtileri

Symptome von Unterempfindlichkeit

zıplamayı, tırmanmayı, güreşmeyi ve

çarpmalı etkinlikleri sever *

-> liebt es zu hüpfen, zu springen, zu klettern und zu raufen, Aktivitäten die „Kollisionen“- starken Körperkontakt beinhalten *

parmak ucunda yürür veya yavaş yürür*

-> geht auf den Zehenspitzen oder tritt schwerfällig auf*

ince motor becerilerde güçlük

-> Schwierigkeiten bei feinmotorischen Aktivitäten

çıtır çıtır veya çiğneme gerektiren yiyecekleri tercih eder *

-> präferiert knuspriges, knackiges oder zähes (z.B. Kaubonbons) Essen*

parmak emer, giysi veya oyuncakları

çiğner

-> lutscht am Finger, kaut an der Kleidung oder am Spielzeug

diş gıcırdatır

-> knirscht mit den Zähnen, knackt mit den Gelenken*

sımsıkı sarılmayı ve sıkıştırıldığı etkinlikleri veya pozisyonları sever *

-> liebt es eng und fest umarmt zu werden oder sucht nach Aktivitäten oder Positionen bei denen man „zerquetscht“ oder „zerdrückt“ wird

kalın veya ağır yorganları seçer

-> bevorzugt dicke und schwere Decken

kendine zarar veren davranışlar: çimdikleme, ısırma, kafasını toslama*

-> selbst-verletzende Verhaltensweisen: sich selbst zwicken, beißen oder den eigenen Kopf auf den Boden oder gegen die Wand schlagen*

üzerine dar kıyafetleri tercih eder veya sürekli mont ile dolaşır *

-> bevorzugt enge Kleidung oder trägt permanent einen Kuschelpullover oder -jacke*

eşyalara çok fazla veya az güç uygular (örn., meyve suyu kutusu, pastel boya)

-> verwendet zu viel oder zu wenig Kraft beim Hantieren

mit Objekten (z.B. beim Öffnen von Getränkeverpackungen oder beim Malen)

VESTIBÜLER (HAREKET)- VESTIBULÄR (Gleichgewichtssinn)

Aşırı tepki belirtileri

Symptome von Überempfindlichkeit

bebekken, yetişkinin bedeninden ayrı kalmayı veya havaya atılmayı sevmez, "yapışkan" olabilir

-> mochte als Baby nicht weit weg vom Körper gehalten oder durch die Luft geworfen zu werden, anhänglich

salıncak, kaydırak gibi ayaklarını yerden kesecek şeylerden sakınır

-> vermeidet schaukeln, rutschen sowie jegliche Aktivitäten bei denen die Füße den Bodenkontakt verlieren

asansörden, yürüyen merdivenlerden ve her türlü yüksekte korkar

-> hat Angst vor Aufzügen, Rolltreppen und vor Höhe im Allgemeinen

hareketten kolayca midesi bulanır (arabada vb.)

-> Übelkeit beim Autofahren oder Schaukeln (Reisekrankheit)

saçının yıkanması için başını geriye eğmeyi veya havuzda sırtüstü yüzmeyi

Yetersiz tepki belirtileri

Symptome von Unterempfindlichkeit

bebekken, çok fazla sallamak gerekmiştir; en çok bebek arabasında, salıncakta veya hoppala'da mutlu olmuştur*

-> wollte als Baby viel herum getragen/ gewiegt werden,

liebt es im Kinderwagen geschoben zu werden, in der Wiege/Wippe gewiegt zu werden*

yerleşik aktiviteleri sevmez *

-> vermeidet rein sitzende Aktivitäten*

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

-> ist ständig in Bewegung, liebt es sich im Kreis zu drehen, Schaukeln, kopfüber zu hängen*

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

-> eventuell geringer Muskeltonus (wirkt schlaff)

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

-> "W"- Sitz auf dem Boden, lehnt sich in den Stuhl, hat

sevmez

-> lehnt sich nicht gerne zurück, um die Haare zu waschen oder auf dem Rücken liegend im Wasser zu treiben/gezogen zu werden

*Duyusal arayış davranışına işaret eder.

*Indikatoren für sensorische Reizsuche.

Schwierigkeiten aufrecht zu sitzen

dönmeyi çok sever, lunapark araçlarını çok sever, "heyecan bağımlısı"dır*

-> любит Achterbahnfahrten, liebt den Nervenkitzel*

otururken kendi kendine sallanır veya kafasını öne arkaya atar*

-> wiegt den eigenen Körper oder Kopf hin und her *

ENTEROSEPSİYON (İÇ ALGI)- INTEROZEPTION (Signale aus dem Körperinneren)

Aşırı tepki belirtileri

Symptome von Überempfindlichkeit

acı eşiği çok düşüktür

-> Niedrige Schmerztoleranz

banyodan sonra soğuktan veya sıcak bir günde dışarı çıkmaktan ciddi derecede rahatsız olur

-> außergewöhnlicher Distress, wenn es zu kalt ist nach dem Baden oder bei Hitze im Sommer

tıbbi işlemlerden aşırı korkar (iğne, muayene vb.)

-> große Angst vor medizinischen Eingriffen (Spritze, Untersuchungen etc.)

çeşitli ağrı ve acılardan sürekli şikayet eder

-> häufiges Erwähnen von verschiedenen Schmerzen und Verletzungen

Yetersiz tepki belirtileri

Symptome von Unterempfindlichkeit

tuvalet eğitiminde güçlük

-> Schwierigkeiten beim Trocken werden

belirgin bir açlık ve susuzluk eksikliği

-> verspürt kaum Hunger oder Durst

yüksek acı eşiği veya acıya uygunsuz tepki gösterir

-> hohe Schmerztoleranz oder zeigt eine inädaquate Reaktion auf Schmerz

uykuya dalmakta veya uykuda kalmakta zorluk

-> Schwierigkeiten beim Einschlafen oder Durchschlafen

havaya uygun giyinmez

-> zieht sich nicht dem Wetter entsprechend an

boğaz ağrısı veya mide bulantısı gibi

hastalıkların farkına varmıyor gibidir

-> scheint Krankheitssymptome nicht wahrzunehmen (Halsschmerzen, allgemeines Krankheitsempfinden)

AUDITORY (SES)- AUDITORISCH (Hörsinn)

Aşırı tepki belirtileri

Symptome von Überempfindlichkeit

bebeklikte, kolayca irkilir; elektrik

Yetersiz tepki belirtileri

Symptome von Unterempfindlichkeit

ismine her seferinde tepki

süpürgesi, saç kurutma aleti ve sifon gibi seslerden ağlamıştır

-> war als Baby sehr schreckhaft, reagierte auf Geräusche des Alltags mit Weinen (Staubsauger, Föhn, Toilettenspülung)

gürültülü yerleri sevmez

-> mag keine laute Umgebung

arka plandaki seslerden kolayca dikkati dağılır veya rahatsız olur

-> leicht abgelenkt/ gestört durch Hintergrundgeräusche

yüksek veya ani seslerden ağlar, kulaklarını kapatır

-> fängt bei unerwarteten und/oder lauten Geräuschen an zu weinen

başkalarından sessiz olmalarını ister

-> fragt andere, ob sie leiser sein können

*Duyusal arayış davranışına işaret eder.

*Indikatoren für sensorische Reizsuche.

vermeyebilir (işitme kaybı olmadığından emin olun)

-> reagiert nicht durchweg auf seinen Namen (Ausschluss Hörminderung)

TV ve müziği yüksek sesle dinlemeyi tercih eder *

-> bevorzugt laute Musik/Fernseher*

çoğu zaman arka plandaki sesleri fark etmez

-> nimmt Hintergrundgeräusche häufig nicht wahr

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

-> kreiert oft eigene Geräusche, liebt es wenn andere witzige Geräusche machen*

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

-> sagt häufig "Was?", trotz intaktem Gehör

bazı seslere karşı aldırmazdır, sesin kaynağını tespit etmekte zorlanır

-> erkennt Geräusche schwer wieder, kann Geräusche schwer lokalisieren

bir işin üstesinden gelirken kendi kendine konuşmaya başvurabilir

-> redet beim Bearbeiten einer Aufgabe mit sich selbst (Verbalisieren von Handlungsabläufen)

GÖRSEL - VISUELL (Sehsinn)

Yetersiz Tepki Belirtiler

Symptome von Überempfindlichkeit

parlak ışıklardan, güneşten rahatsız olur

-> fühlt sich von grellem Licht oder Sonnenlicht gestört

görsel açıdan kalabalık yerleri sevmez (mağazalar, oyun alanları, dağınık odalar)

-> mag keine visuell überladenen Plätze (Supermarkt, Spielplätze, voll gestellte Zimmer)

Aşırı Tepki Belirtileri

Symptome von Unterempfindlichkeit

parlak, dönen veya hareket eden nesnelere sever *

-> liebt glitzernde, sich bewegende Dinge *

el göz koordinasyonu gerektiren işlerde zorlanır (top yakalama, boncuk dizme gibi)

-> Schwierigkeiten bei Tätigkeiten mit hoher Anforderung an die Hand-Auge-Koordination (Ball

göz temasından kaçınır

-> vermeidet Augenkontakt

kısık ışığı, gölgeyi tercih eder

-> bevorzugt gedimmtes Licht, Schatten

gözlerini sıklıkla ovuşturur

-> reibt sich häufig die Augen, bekommt Kopfschmerzen beim Lesen

*Duyusal arayış davranışına işaret eder.

*Indikatoren für sensorische Reizsuche.

fangen, Perlen auffädeln, etwas mit den Augen verfolgen, Schreiben)

aksiyonla dolu, rengarenk TV programlarını ve bilgisayar oyunlarını sever *

-> liebt aktionsreiche und farbenfrohe Fernsehsendungen und Spiele*

benzer harf ve şekilleri birbirinden ayırt etmekte güçlük çeker

-> kann ähnliche Formen und Buchstaben schwer auseinander halten

gözle takip etmekte zorlanır, okurken

sık sık kaldığı yeri kaybeder

-> Schwierigkeiten Dinge visuell zu verfolgen oder beim Lesen nicht die Zeile zu verlieren

GUSTATORY VE OLFACTORY (TAT VE KOKU)

GUSTATORISCH UND OLFAKTORISCH (Geschmackssinn und Geruchssinn)

Yetersiz Tepki Belirtiler

Symptome von Überempfindlichkeit

koku hakkında çok konuşur, başkalarının fark etmediği kokuları fark eder

-> redet häufig von Gerüchen, bemerkt Parfüms oder Gerüche, die andere nicht wahrnehmen

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

-> hält sich die Nase zu, vermeidet Plätze zu besuchen, die einen starken Geruch mit sich bringen (manche Restaurants)

yeni yiyeceklerden sakınır, çok sınırlı yiyecek tercihleri vardır

-> mag kein neues, unbekanntes Essen, geringe Essensvorlieben

*Duyusal arayış davranışına işaret eder.

Aşırı Tepki Belirtileri

Symptome von Unterempfindlichkeit

yenmeyecek nesnelere koklar ve yalar (oyuncak veya oyun hamuru gibi) *

-> riecht und lutscht an nicht essbaren Objekten oder Spielsachen z.B. Knete*

parfüm, temizlik ürünleri, benzin gibi keskin kokulardan hoşlanır *

-> liebt starke Gerüche wie zum Beispiel Parfüm, Putzmittel, Benzin, Desinfektionsmittel*

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

-> bevorzugt stark gewürztes Essen- salzig, scharf, süß, sauer *

*Indikatoren für sensorische Reizsuche.