

فرزندپروری حسی (سال‌های ابتدایی)

تألیف

جکی لیندر اولسان
بریت کولینز

ترجمه

دکتر منیر چراغی

متخصص روان‌شناسی سلامت

دکتر سید مهدی موسوی موحد

متخصص کودکان و نوزدان



سرشناسه: کولینز، بریت (Collins, Britt)
عنوان و نام پدیدآور: فرزندپروری حساس: سال‌های اولیه/تألیف جکی لیندر اولسان، بریت کولینز؛ ترجمه منیر چراغی، سیدمهدی موسوی موحد. مشخصات نشر: تهران: کتاب ارجمند، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ۲۶۴ ص. رقی
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۵۷-۱۶۶-۵
وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
عنوان اصلی: Sensory parenting: the elementary years..., 2012.

موضوع: رفتار والدین (Parenting)
موضوع: احساس در نوزادان (senses and sensation in infants)
موضوع: احساس در کودکان (senses and sensation in children)
شناسه افزوده: اولسان، جکی لیندر (Olson, Jackie Linder)
شناسه افزوده: چراغی، منیر، ۱۳۶۰-، مترجم
شناسه افزوده: موسوی موحد، سیدمهدی، ۱۳۵۴-، مترجم

رده‌بندی کنگره: HQ۵۵۰/۸
رده‌بندی دیویی: ۶۴۹/۱
شماره کتابشناسی ملی: ۷۵۸۴۲۶۳

جکی لیندر اولسان، بریت کولینز
فرزندپروری حساس: سال‌های اولیه
ترجمه: دکتر منیر چراغی، دکتر سیدمهدی موسوی موحد

فروست: ۱۷۵۸
ناشر: کتاب ارجمند
صفحه‌آرایی: سحر هداوند
طراح جلد: احسان ارجمند
سرپرست تولید: سحر هداوند
ناظر چاپ: سعید خانکشلو
چاپ و صحافی: نقش نیزار
چاپ اول، مرداد ۱۴۰۰، ۷۷۰ نسخه
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۵۷-۱۶۶-۵

این اثر، مشمول قانون حمایت از مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است، هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف، ناشر، نشر یا پخش یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

www.arjmandpub.com

مرکز پخش: انتشارات ارجمند

دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خ کارگر و ۱۶ آذر، پلاک ۲۹۲، تلفن ۸۸۹۸۲۰۴۰
شعبه مشهد: ابتدای احمدآباد، پاساژ امیر، انتشارات مجد دانش، تلفن ۰۵۱-۳۸۴۴۱۰۱۶
شعبه رشت: خ نامجو، روبروی ورزشگاه عضدی، تلفن ۰۱۳-۳۳۳۳۲۸۷۶
شعبه بابل: خ گنج افروز، پاساژ گنج افروز، تلفن ۰۱۱-۳۲۲۲۷۷۶۴
شعبه ساری: بیمارستان امام، روبروی ریاست، تلفن ۰۹۱۱۸۰۲۰۰۹۰
شعبه کرمانشاه: خ مدرس، پشت پاساژ سعید، کتابفروشی دانشمند، تلفن ۰۸۳-۳۷۲۸۲۰۴۴

بها: ۵۸۰۰۰ تومان

با ارسال پیامک به شماره ۰۲۱۸۸۹۸۲۰۴۰ در جریان تازه‌های نشر ما قرار بگیرید:
ارسال عدد ۱: دریافت تازه‌های نشر پزشکی به صورت پیامک
ارسال عدد ۲: دریافت تازه‌های نشر روان‌شناسی به صورت پیامک
ارسال ایمیل: دریافت خبرنامه الکترونیکی انتشارات ارجمند به صورت ایمیل

فهرست مطالب

۷.....	سخنی با خوانندگان
۱۱	مقدمه
۱۵	فصل ۱ والد، کارآگاهِ حسی بزرگ
۴۰	فصل ۲ مراحل اصلی رشد
۵۳	فصل ۳ تعامل و روابط اجتماعی
۸۲	فصل ۴ نیازهای حسی در خانه
۱۰۰.....	فصل ۵ نیازهای حسی در مدرسه
۱۲۶.....	فصل ۶ نیازهای حسی در جهان
۱۵۰.....	فصل ۷ بازی‌ها
۱۶۱.....	فصل ۸ فصل‌ها و تعطیلات حسی
۱۷۹.....	فصل ۹ فعالیت‌های حسی
۲۰۱.....	فصل ۱۰ درمان‌های حسی
۲۲۱.....	فصل ۱۱ SPD و نیازهای ویژه
۲۳۲.....	ضمیمهٔ «الف» غذاهای مناسب از نظر حسی و رژیم‌های ویژه
۲۳۷.....	ضمیمهٔ «ب» حیوانات خانگی
۲۴۲.....	ضمیمهٔ «ج» نقش والدین در بازی
۲۴۵.....	ضمیمهٔ «د» اختلالات همراه
۲۵۳.....	منابع
۲۵۶.....	کتاب‌نامه
۲۶۴.....	دربارهٔ نویسندگان
۲۶۱.....	واژه‌نامهٔ انگلیسی به فارسی
۲۶۳.....	واژه‌نامهٔ فارسی به انگلیسی

سخنی با خوانندگان

راه اصلی ارتباط ما با دنیای خارج حواس ما هستند که در طول زندگی بدون آگاهی از آنها استفاده می‌کنیم و به‌طور معمول توجه ویژه‌ای به حواس خود نداریم مگر اینکه دچار اختلال حسی شویم و یا با این اختلال در اطرافیان به خصوص فرزندانمان مواجه شویم. در این کتاب که فرزندپروری حسی نام دارد با شناخت حواس مختلف و بررسی اختلالات آنها پنجره جدیدی به دنیای ما باز می‌شود تا با شناخت حواس خود و فرزندانمان رابطه بهتری با آنها برقرار کنیم و اختلالات احتمالی را بشناسیم و برای درمان آن اقدام کنیم. با شناخت حواس خود و فرزندانمان و یادگرفتن روش برخورد با حساسیت‌های حسی آنها می‌توانیم فضای خانواده را امن‌تر کرده و شرایط را برای رشد بالنده فرزندانمان فراهم کنیم. در این کتاب علاوه بر اختلالات حسی به حواس طبیعی و چگونگی استفاده بهینه از آنها نیز توجه شده و راهکارهای مفید در قالب بازی‌ها و رفتارهای حسی پیشنهاد شده است. امیدواریم با شناخت بهتر حواس خود و فرزندانمان رابطه بهتری با آنها برقرار کنیم و این رابطه سنگ بنای روابط سالم در نسل‌های آینده باشد.

لازم است از آقای دکتر ارجمند و انتشارات محترم ارجمند که به انتشار این کتاب توجه ویژه‌ای داشتند تشکر کنیم و از آقای نقی پور و خانم علی پور در انتشارات ارجمند صمیمانه سپاسگزاریم که اشکالات ترجمه را تذکر داده و در غنای آن کوشیدند. به طور حتم این ترجمه خالی از اشکال نیست و متواضعانه پذیرای انتقادات و پیشنهادهای شما عزیزان هستیم.

منیر چراغی

E-mail: monir.cheraghi92@yahoo.com

Instagram: [dr_monir_cheraghi](https://www.instagram.com/dr_monir_cheraghi)

Telegram: [@dr_monir_cheraghi](https://www.t.me/dr_monir_cheraghi)

سید مهدی موسوی موحد

Site: www.drmahdimousavi.com

E-mail: smmousavim@yahoo.com

Instagram: [drmousavimovahed](https://www.instagram.com/drmousavimovahed)

Telegram: [@drmahdimousavi](https://www.t.me/drmahdimousavi)

تقدیم

ادین با عشق
ج.ل.او
دوستان و خانواده‌ام
ب.سی

سپاسگزاری

قصد داریم از متخصصانی که مشارکت زیادی در این کتاب داشتند تشکر کنیم: مارلا روت-فیچ- دکتر رویان آهن- سوزان دیاموند، کارشناس ارشد- دکتر کی تومی- آویوا ویز، کارشناسی ارشد و متخصص کاردرمانی- استفان کستور- آبی لاگوود- خیمبرلی - هرویللوین- لینزی فاگرتی، کارشناس ارشد و متخصص کاردرمانی- دکتر لوسی جین میلر، متخصص کاردرمانی و آتما شورت.

متشکریم از وین گیلپین، جنیفر یاسیو، هدر بابیار، شلی هاینز و تمام افراد دیگر در شرکت Sensory World که با فداکاری و تلاش بسیار باعث شدند کتاب‌های ما به بهترین شکل ممکن به چاپ برسد.

مقدمه

بسیاری از ما حداقل در جاتی از حساسیت حسی را داریم که بر عملکرد ما در زندگی روزمره تأثیر می‌گذارد. نتیجه یک پژوهش نشان می‌دهد که امروزه از هر ۲۰ کودک، یک نفر اختلال پردازش حسی یا به اختصار SPD^۱ دارد. پژوهش دیگری نشان می‌دهد که از هر شش کودک، یک نفر علائم حسی را تجربه می‌کند که ممکن است بر توانایی عملکرد او در زندگی روزمره تأثیر بگذارد. با وجود اینکه در این کتاب اطلاعات عمیقی در مورد SPD و مشکلات حسی مرتبط با آن ارائه می‌دهیم، در حقیقت این کتاب را برای تمام والدین و کودکان نوشته‌ایم. چرا؟ زیرا هر یک از ما مجموعه منحصر به فردی از تجربه‌ها و ترجیحات حسی داریم که شیوه تجربه ما را از جهان شکل می‌دهد. اگر کتاب قبلی ما با عنوان *فرزندپروری حسی: از نوزادان تا کودکان نوپا* را مطالعه کرده باشید، بخش اول این کتاب حکم مرور آن را خواهد داشت؛ اما فراموش نکنید، تکرار، کلید یادگیری است!

با مرور هشت سیستم حسی و نحوه تأثیرگذاری آنها بر کودک شروع می‌کنیم. سپس مراحل رشد اولیه فرزندان را مرور خواهیم کرد. علائمی که برای تشخیص حساسیت‌های حسی کودک باید به آن توجه کرد را بررسی می‌کنیم. همچنین روش‌هایی برای کاهش مشکلات حسی و رفتاری وی ارائه می‌کنیم. در نهایت در فرایند پیدا کردن درمانگر یا دیگر منابع مناسب به شما کمک می‌کنیم تا نگرانی‌های احتمالی کاهش یابد. همچنین در این کتاب اطلاعاتی در مورد نحوه کار با برنامه ۵۰۴ یا برنامه آموزش فردی (به اختصار IEP)، در صورت نیاز فرزندان ارائه می‌شود. در این کتاب با حس‌ها آشنا می‌شوید و در مورد هشت سیستم حسی و نحوه تأثیرگذاری متفاوت آنها مطالبی می‌آموزید. می‌گویید دانش، قدرت است و فرزند شما (همچنین باقی افراد خانواده) از ثمره تلاشتان بهره خواهند برد. بنا به گفته بنیاد SPD، SPD زمانی به وجود می‌آید که در آن ورودی‌های حسی با پاسخ‌های مناسب در مغز

مرتب و سازمان‌دهی نمی‌شوند. وقتی انواع مختلفی از اطلاعات حسی را پردازش می‌کنید، مغز تجربه حسی را دریافت کرده، آن را مرتب و سپس معنای آن را تفسیر می‌کند. اگر درک این اطلاعات حسی برای مغز شما دشوار است، ممکن است دلیلش همان چیزی باشد که ای. ژان آیرس (دارای مدرک پی. اچ. دی) نامش را «ترافیک عصبی» گذاشته است. به این معنا که برخی از بخش‌های مغز اطلاعات مورد نیاز برای تفسیر درست اطلاعات حسی را دریافت نمی‌کنند. به طور مثال فرض کنید کسی که او را به خوبی می‌شناسید از کنارتان عبور کند و ضربه‌ای به شانه شما بزند، مغز این اطلاعات را می‌گیرد و تشخیص می‌دهد که نیازی به ترس یا نگرانی نیست؛ اما اگر فردی غریبه از کنارتان عبور کند و شانه شما را لمس کند، ممکن است مغز این را تهدید تلقی کند؛ یا حداقل آگاهی از اینکه چرا غریبه‌ای شما را لمس کرده را بالا ببرد. برای اکثر افراد، این فرایند به صورت خودکار رخ می‌دهد؛ اما برای بسیاری از کودکان و بزرگسالانی که مشکلات حسی دارند، پاسخ غیرعادی ایجاد می‌شود.

در این کتاب، صدای جکی از زاویه دید والدینش به گوش می‌رسد و بریت یک متخصص کاردرمانی کودکان است؛ در نوشتن هم از ضمیر «من» و هم «ما» استفاده می‌کنیم. هدف ما این است که این کتاب هم برای والدین و هم برای مراقبین ابزاری مفید باشد، درعین حال می‌خواهیم خواندن آن ماجراجویی لذت بخشی نیز باشد. ادعا نمی‌کنیم که همه جواب‌ها را می‌دانیم، اما امیدواریم پس از خواندن این کتاب بینش بیشتری نسبت به مهارت‌های فرزندپروری خود پیدا کنید. همچنین می‌خواهیم مراحل مهم رشد، علاوه بر مراحل مثل ورود به پیش‌دبستانی یا دنیای مهدکودک و تمام سختی‌های ورود به دبستان را بررسی کنیم. در مورد دوست پیدا کردن، بازی با دوستان، خواندن و نوشتن، یادگرفتن، ورزش کردن، تلاش برای همراهی با هم‌سن‌وسال‌ها و غیره هم صحبت خواهیم کرد.

فرزندپروری حسی واقعاً چیست؟ ما به این دلیل از این عبارت استفاده کردیم که باید از سیستم‌های حسی خود و اهمیت پرورش آنها آگاه باشیم؛ به خصوص به عنوان یک والد. سیستم‌های حسی ما کلید «خاموش» ندارند، پس هیچ‌وقت در ما دریافت ورودی‌های حسی متوقف نمی‌شوند. در طول شب و روز سیستم‌های حسی به ما علامت می‌فرستند و مغز ما این اطلاعات را پردازش می‌کند. درست مثل فرزندپروری!

وقتی فرزند شما متولد می‌شود، از همان ابتدا والد او هستید و هیچ کلید «خاموش»ی در کار نیست. به طور خلاصه، فرزندپروری حسی یعنی فرزندپروری همراه با در نظر گرفتن سیستم‌های حسی فرزند.

برای مثال اگر فرزندان در پردازش صدا مشکل داشته باشد، شاید نتواند با صدای بلند تلویزیون بخوابد. این مشکلی نیست که با بزرگ شدن برطرف شود. پس باید شیوه زندگی و شیوه فرزندپروری خود را با نیازهای حسی او تطبیق دهید. یا شاید فرزندان ناسازگاری حس لامسه داشته باشد. والدی که با حس‌ها آشناست، می‌تواند با فرزندش روی لمس بافت‌های مختلف کار کند و با روشی امن و مثبت او را در معرض اجسام لمس‌کردنی قرار دهد و تطبیق‌هایی را پیدا کند که به تحمل ورودی‌های حس لامسه کمک می‌کنند. معنای «تطبیق» چیست؟ خب، شاید معنایش این باشد که فرزند شما در پروژه‌های هنری دستکش لاستیکی دست کند. بعد به مرور زمان می‌توانید وابستگی به دستکش را کم کنید. یا شاید به این معنا باشد که به او اجازه دهید در خانه ژاکتش را درنیورد تا احساس امنیت بیشتری بکند. برای ایجاد حس راحتی در فرزند، هیچ محدودیتی وجود ندارد. وقتی به عنوان والد با حس‌ها آشنا هستید، ایده‌هایی فوق‌العاده برای فرزندان پیدا خواهید کرد.

فرزندپروری حسی همچنین به معنی رسیدگی به نیازهای حسی خودتان است. به‌طور معمول وقتی والدین متوجه سیستم‌های حسی فرزندشان می‌شوند، نسبت به سیستم‌های خود نیز آگاهی پیدا می‌کنند. وقتی به کارهای روزمره خود می‌پردازیم و ناخودآگاه حرکت می‌کنیم، شاید متوجه نشوید به خاطر اینکه سردرد مزمن داشتید با گذشت زمان تار می‌بینید! یا لباس‌تان زیادی تنگ است یا صدای همه چیز بیش از اندازه بلند و غیرقابل تحمل است. وقتی آن‌قدر سرمان شلوغ می‌شود که از خودمان هم مراقبت نمی‌کنیم، کل خانواده صدمه می‌بینند.

این کتاب گزینه‌های زیادی برای انتخاب درمان و فعالیت‌های حسی در اختیار شما قرار می‌دهد. همچنین بازی‌های حسی کودکان را معرفی می‌کنیم. پس بیایید شروع کنیم و سپاسگزاریم که کتاب ما را مطالعه می‌کنید!

فصل ۱



والد، کار آگاهِ حسی بزرگ



عالی نمی‌شد، اگر هر یک از کودکان ما با یک دفترچه راهنما به دنیا می‌آمدند؟! دفترچه‌ای که بخشی با عنوان «فصل‌های معیوب» هم داشت. چقدر آسان بود اگر می‌توانستیم آنها را «عیب‌یابی» کرده و به سرعت تعمیر کنیم. کاش می‌شد به صفحه‌ی مربوط به عصبانیت‌ها برویم و نحوه‌ی تنظیم مجدد سیستم‌های کودکان را یاد بگیریم؛ اما همان طور که می‌دانیم به این سادگی‌ها نیست؛ کاری که از دستمان برمی‌آید این است که در مورد نحوه‌ی عملکرد سیستم حسی فرزندان صحبت کنیم. می‌توانیم به این اشاره کنیم که باید دنبال چه نشانه‌هایی بگردیم و چگونه نشانه‌های کژکاری را شناسایی کنیم. شاید سیستم‌های حسی فرزندان به درستی با مغز ارتباط برقرار نمی‌کنند؛ اما اگر درمانگر یا پزشکی تعلیم‌دیده نباشید، چطور نشانه‌ها را شناسایی کنید؟ ما می‌خواهیم این موارد را به شما آموزش دهیم.

مهم است که والدین بتوانند نقش حیاتی خود را در رشد و در صورت لزوم درمان

حسی فرزند خود درک کنند. شما بیش از هر فرد دیگری با فرزندتان وقت می‌گذرانید و می‌توانید بیاموزید چگونه بخشی لاینفک از سلامت حسی فرزندتان باشید.

ثبت اطلاعات

یکی از مواردی که به طور تجربی آموختیم این است که ثبت مراحل مهم، پیشرفت‌ها و حتی شکست‌های فرزندانتان مهم است. بسیاری از والدین پوشه‌ای درست می‌کنند تا تمام اطلاعات پزشکی فرزندشان را یکجا داشته باشند. پیشنهاد ما این است که علاوه بر ثبت موارد پزشکی اتفاق‌های مهم زندگی فرزندتان را نیز ثبت کنید. آیا به تازگی طلاق گرفته‌اید؟ آیا فرزندتان به مدرسه جدید رفته؟ آیا صاحب فرزند دیگری شده‌اید؟ آیا حیوان خانگی شما مرده؟ اتفاقات مهم اغلب باعث بی‌نظمی و تغییر در زندگی کودکان می‌شوند. در کودکی که مشکلات حسی دارد، چنین تغییراتی می‌تواند ویرانی به بار بیاورد.

اگر فرزندتان را از نظر حساسیت‌های غذایی بررسی می‌کنید یا رژیم یا شیوه زندگی جدیدی را امتحان می‌کنید، ثبت این موارد هم برای خودتان و هم پزشکتان مفید خواهد بود. اگر به نظر می‌رسد جیکوب کوچولو بعد از خوردن پاستا دل‌درد می‌گیرد، آن را یادداشت کنید! شما والد کارآگاه هستید و وقتی از اتفاقاتی که در لحظه می‌افتد برای خود یادداشت برمی‌دارید، پیدا کردن الگوها راحت‌تر می‌شوند.

می‌دانیم که ردیابی همه چیز دشوار است و شاید از ثبت تمامی این اطلاعات خسته شوید؛ اما شما را به این کار تشویق می‌کنیم. اگر فرزندتان نیازهای به خصوصی دارد، تعداد دفعاتی که به این نیازها اشاره می‌کنید، باورکردنی نیست. من از پر کردن فرم‌های بیمه، فرم‌های مراکز محلی و مدارس خسته می‌شوم. درست وقتی فکر می‌کنید کارتان تمام شده، زمان انجام مجدد برنامه آموزش فردی سه ساله فرزندتان فرامی‌رسد و دوباره مجبورید هزاران فرم را تکمیل کنید. ثبت این اطلاعات از قبل، من را نجات داد و باعث شد بتوانم به حافظه پیرم کمی استراحت بدهم.

آخرین مورد، اما نه کم‌اهمیت‌ترین آن، این است که به یاد داشته باشید اتفاقات

مثبت زندگی فرزندان را هم ثبت کنید. آیا فرزندان سه کلمه را با هم گفت؟ آیا به خوبی با هم سن و سال‌های خود بازی کرد؟ آیا توانست همه کلم بروکلی‌هایش را بخورد؟ ثبت اینکه چه مواردی در زندگی کودک به خوبی پیش می‌روند، مفید است؛ به خصوص زمانی که می‌خواهید درمانگر خوبی پیدا کرده و برای کمک به فرزندان در فرایند رشد برنامه‌ریزی کنید.

چکلیست حسی سریع

ما نشانه‌هایی را جمع‌آوری کردیم که ممکن است فرزندان در اختلالات کارکرد سیستم حسی نشان دهد. با اینکه سیستم‌های حسی پیچیده‌اند و ممکن است مشکلات بیش از چیزی باشند که به چشم می‌آیند، اینجا نقطه شروع برای حرکت در مسیر درست است.

در طول زمان و پس از مشاهده فرزند خود در محیط زندگی روزمره این چکلیست را پر کنید. ببینید فرزندان وقتی در پارک بازی می‌کند، یا هنگام تماشای تلویزیون، رفتار خاصی از خود نشان می‌دهد. به دنبال نتایج خاص نباشید چون این چکلیست برای کارهای طبیعی فرزندان در نظر گرفته شده است.

وقتی چکلیست کامل شد، اگر حس کردید که در بخش حسی خاصی نگرانی دارید، آن را هنگام صحبت با درمانگر یا پزشک اطفال خود همراه داشته باشید. در حالت ایدئال این چکلیست منبعی است برای اینکه شما و درمانگر در یک مسیر قرار بگیرید و بتوانید در مورد مسائل مربوط به فرزندان با هم گفتگو کنید.

		چشم و بینایی
بله	خیر	فرزندان می‌تواند یک هدف متحرک را بدون اینکه سرش را حرکت دهد با چشمانش دنبال کند؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندان می‌تواند اجسام را روی هم بگذارد؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندان در سنی که باید از پس خواندن برمی‌آید؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندان از سردرد شکایت می‌کند؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندان برای دیدن اشیاء سرش را کج می‌کند یا آنها را به چشمانش نزدیک می‌کند؟

گوش و شنوایی

بله	خیر	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان با دست گوش‌های خود را می‌گیرد تا سر و صدا را کم کند؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان با صدای بلندتر از سروصدای اطراف حرف می‌زند یا گریه می‌کند؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان واضح و شفاف صحبت می‌کند؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان صداهای بسیار کم را می‌شنود؟ حتی صداهایی که دیگران نمی‌شنوند؟

بینی و بویایی

بله	خیر	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان به بوهای ناخوشایند حساس است؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	بینی فرزندتان زیاد می‌گیرد؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان طعم غذا را دوست دارد و از آن لذت می‌برد؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان دوست دارد دائم همه چیز را بو کند؟

پوست و لامسه

بله	خیر	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	لباس پوشاندن به فرزندتان کار سختی است؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان از شلخته بودن خوشش نمی‌آید؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان از تماس جسمی با دیگران وحشت دارد؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان دوست دارد دائم دیگران را لمس کند؟

دهان، مهارت‌های حرکتی-دهانی و خوردن

بله	خیر	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	غذاهای خاصی باعث می‌شوند فرزندتان حالت تهوع بگیرد؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان حاضر نیست غذاهای جدید را امتحان کند؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان با جویدن یا قورت دادن غذاها مشکل دارد؟

حس دهلیزی و تعادل

بله	خیر	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان می‌تواند روی یک خط صاف راه برود؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان از ارتفاع و پریدن می‌ترسد؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان مرتب سرگیجه می‌گیرد؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان می‌خواهد دائم حرکت کند؟

حس درک عمقی و آگاهی از بدن

بله	خیر	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان می‌خواهد تماس بدنی و بازی‌های خشن داشته باشد؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان زیاد به میلمان می‌خورد و نوشیدنی‌ها را می‌ریزد؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان از بازی با وسایل شهربازی اجتناب می‌کند؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان زیاد زمین می‌خورد؟



بله	خیر	حس درونی و سیستم‌های داخلی
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان زیاد از آب و هوا شکایت می‌کند؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان متوجه نمی‌شود که آب شیر، خیلی گرم یا خیلی سرد است؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان نمی‌داند چه وقت دست از غذا خوردن بکشد؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان همیشه گرسنه است؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	فرزندتان بعد از سه سالگی دفع ادرار یا مدفوع ناخواسته دارد؟

یادداشت:

لطفاً رفتارها یا نگرانی‌های دیگری را که می‌خواهید با پزشک یا درمانگر فرزندتان مطرح کنید، اضافه کنید. شما والد کارآگاه هستید. از نوشتن این موارد و جستجوی پاسخ برای کمک به فرزندتان نترسید.

هشت سیستم حسی

اکثر ما با پنج سیستم حسی بینایی، شنوایی، چشایی، بویایی و لامسه آشنا هستیم. ما قصد داریم این سیستم‌ها را تحلیل کنیم و باورهای غلطی را که در مورد آنها وجود دارد مشخص کنیم. هر چه بیشتر در مورد اصول حس‌ها بدانید، بیشتر می‌توانید به فرزند خود کمک کنید. ما همچنین سه سیستم حسی دیگر با نام‌های دهلیزی، درک

عمقی و درونی را هم بررسی می‌کنیم. با اینکه نام‌های پیچیده‌ای دارند قول می‌دهیم که یادگیری‌شان آسان باشد.

سیستم بینایی و دید

درست یا غلط: اگر فرزند شما بینایی ۲۰/۲۰ داشته باشد، مشکل دید نخواهد داشت. جواب «غلط» است. بینایی یعنی قابلیت دیدن، درحالی‌که دید یعنی شیوه پردازش چیزی که فرزندتان می‌بیند. عوامل بسیار زیادی بیش از مشاهده حروف و اعداد یک جدول، در بینایی و دید دخیل‌اند. پس از اینکه چشم‌ها این اطلاعات را دریافت می‌کنند، چه اتفاقی برایشان می‌افتد؟ برای «دیدن» درست، انتقال این اطلاعات به مغز کافی نیست، بلکه مغز باید بتواند این علائم را به درستی ترجمه کند.

بنا به گفته آن‌ام. هویس و استنلی ای. اپلبام، پزشک‌های بینایی‌سنجی و اعضای دانشکده بینایی‌سنج‌های متخصص در رشد دید و نویسندگان کتاب قدرت چشم یک چشم‌پزشک باید تناسب عضلات چشم، کنترل چشم، ردیابی در دید، دید پیرامونی، درک دید و پردازش اطلاعات مربوط به دید را بررسی کند. آنها همچنین مواردی مثل تناسب چشم با دست و چشم با بدن و تصویرسازی که گاهی با عنوان «دیدن با چشم ذهن» به آن اشاره می‌شود را بلافاصله بعد از این بررسی‌ها مطرح می‌کنند.

چندین روش برای تشخیص اینکه فرزندتان مشکل بینایی دارد یا نه وجود دارد. آیا ردیابی اجسام برایش دشوار است؟ آیا نوشتن از روی حروف یا اعداد روی تخته سیاه در مدرسه برایش سخت است؟ آیا هنگام خواندن، خطوط را زیاد گم می‌کند؟ آیا درک عمقی ضعیفی دارد؟ آیا هنگام مطالعه سردرد می‌گیرد؟ می‌توان به نشانه‌های دیگری نیز اشاره کرد از جمله اینکه نمی‌تواند کلمات را بخواند، کلمات را روی هوا شنور می‌بیند و یا حروف برایش تار هستند.

بعضی از بینایی‌سنج‌ها، به جای استفاده از عدسی یا همراه با آن، تمرین‌های دید را تجویز می‌کنند. با اینکه پزشک شما ممکن است تمرین‌هایی به فرزندتان بدهد، توصیه ما این است که هر نوع دیددرمانی تحت هدایت یک بینایی‌سنج تکاملی و یا یک متخصص کاردرمانی انجام شود. وقتی مسئله چشم مطرح است، خیلی مهم است که



با توجه به نیازهای ویژه فرزند خود رفتار کنید.

سیستم شنوایی و صدا

درست یا غلط: ویژگی صدای معلم ممکن است در میزان دریافت کودک مؤثر باشد. در کمال تعجب این مورد درست است. صدای معلم بسیار مهم است، زیرا نه تنها دانش بلکه انرژی لازم برای درک و ضبط دانش را فراهم می‌کند. اگر معلم با صدای پرانرژی‌تر اطلاعات را به دانش‌آموزان منتقل کند آنها در انتهای روز با انرژی بیشتری کلاس را ترک خواهند کرد. اگر صدای معلم بی‌احساس، یکنواخت یا بی انرژی باشد باز در حال دانش‌آموزان تأثیر خواهد گذاشت.

ممکن است کودک در آزمون شنوایی قبول شود، اما هنوز مشکلاتی در پردازش صدا داشته باشد. اینکه فرزندان صدا را می‌شنوند به این معنا نیست که می‌تواند آنچه را می‌شنود تحلیل کند. اگر کودک مشکل شنوایی داشته و تا کلاس اول یا دوم تشخیص داده نشده شاید به این دلیل باشد که برای جبران آن بر حس‌های بینایی و لامسه خود تکیه کرده است. دیدن عکس‌های کتاب و درک معنای داستان در پیش دبستانی یا مهدکودک آسان است، اما وقتی تصاویر کنار رفتند و معلم درس شفاهی ارائه داد، کمبودهای شنوایی خود را نشان می‌دهند.

برخی از کودکان وقتی در معرض صداهای خیلی بلند قرار می‌گیرند گوش‌هایشان را می‌گیرند. بعضی ممکن است همه صداهای ریز را بشنوند و مرتب حواسشان پرت شود. برخی از کودکان ممکن است نتوانند صداهایی را که می‌شنوند تحلیل کنند و متوجه برخی موارد نشوند (مثل زمانی که معلم در کلاس دستوراتی می‌دهد). بسیاری از متخصصین کاردرمانی، می‌توانند آزمون غربالگری شنوایی انجام دهند تا مشخص شود فرزندان در پردازش چیزی که می‌شنود مشکل دارد یا نه. ارزیابی کامل توسط یک شنوایی‌سنج انجام می‌شود که می‌تواند اختلال پردازش صوتی را تشخیص دهد.