

**ÇOCUĞUNUZA**

**DUYUSAL**

**DÜZENLEMEDE**

**YARDIMCI**

**OLMAK**

Çocuğunuzun Duyusal  
Düzenleme Zorluklarının  
Duygusal ve Davranışsal  
Bileşenlerini Yönetme Becerileri

**Dr. SUZANNE MOUTON-ODUM**  
**RUTH GOLDFINGER GOLOMB**

ÇOCUĞUNUZA DUYUSAL DÜZENLEMEDE  
YARDIMCI OLMAK

Translated from the English Language edition of Helping Your Child with Sensory Regulation by Suzanne Mouton-Odum/Ruth Goldfinger Golomb, originally published by New Harbinger Publications. This edition arranged through Kayı Agency. Copyright © 2021 by Suzanne Mouton-Odum, Ruth Goldfinger Golomb, and New Harbinger Publications Turkish translation Copyright © 2022 by Sola Unitas. All rights reserved.

Tüm hakları saklıdır. İngilizce orijinali, New Harbinger Publications tarafından Helping Your Child with Sensory Regulation adıyla yayımlanmıştır. Bu eser Kayı Hakları Ajansı aracılığıyla alınmıştır. Bu eserin çeviri sorumluluğu Sola Koç. Eğ. Dan. Hiz. A.Ş.'ye aittir. Bu kitabın hiçbir bölümü yazılı izin alınmadan kopyalanamaz ya da çoğaltılamaz.

## **SOLA UNITAS - SOLA KIDZ**

Fetih Mah. Tahralı Sok. Kavakyeli İş Merkezi No: 7/E İç Kapı No:16

Ataşehir/İSTANBUL

Telefon: 0212 939 76 52 - E-posta: solaunitas@solaunitas.com

[www.facebook.com/solayayinlari](http://www.facebook.com/solayayinlari)

[www.twitter.com/solaunitas](http://www.twitter.com/solaunitas)

[www.instagram.com/solaunitasyayinlari](http://www.instagram.com/solaunitasyayinlari)

[www.instagram.com/solakidz](http://www.instagram.com/solakidz)

<https://kitap.solaunitas.com>

ISBN: 9786256974722

Yayıncı Sertifika No: 45798

1. Baskı: İstanbul 2023

İmtiyaz Sahibi: Umut Kısa

Genel Yayın Yönetmeni: Buket Konur

Çeviren: Defne Yazıcıoğlu

Editör: Ayşegül Yazmacı

Redaksiyon: Ogün Özdemir

Son Okuma: Betül Yılmaz

Mizanpaj: Deniz Tugay

Kapak Tasarımı: Özlem Yıldız

Orijinal Adı: Helping Your Child with Sensory Regulation

## **BASILDIĞI YER**

Kaplan Ofset

Davutpaşa Caddesi, Güven İş Merkezi C Blok No: 279-280 İstanbul

Sertifika No: 44367

© Bu kitabın tüm yayın hakları Sola Koç. Eğ. Dan. Hiz. A.Ş.'ye aittir. Yazılı izin alınmadan kısmen veya tamamen hiçbir yolla kopya edilemez, çoğaltılamaz ve dağıtılamaz.

ÇOCUĞUNUZA DUYUSAL DÜZENLEMEDE  
YARDIMCI OLMAK

Çocuğunuzun Duyusal Düzenleme Zorluklarının  
Duygusal ve Davranışsal Bileşenlerini Yönetme Becerileri

---

Dr. Suzanne Mouton-Odum  
Ruth Goldfinger Golomb



# İÇİNDEKİLER

Önsöz .....	13
Giriş: Duyusal Düzenlemede Bir Sorun Olduğunda Ne Olur? .....	17

## Bölüm 1

### Duyusal Düzenleme İle İlgili Sorunları Anlamak

1. Duyulara Genel Bakış: Duyular Davranışı Nasıl Etkiler?.....	31
2. Çocuğunuzun Davranışını Daha İyi Anlamak: Duyusal Düzenleme Sorunlarının Özellikleri .....	51
3. Duyusal Düzenleme Sorunları Ne Zaman Bir Sorun Hâline Gelir?... 71	
4. Duyusal Düzenleme Sorunları Diğer Rahatsızlıklara Benzeyebilir.....	93
5. Duyusal Düzenlemede Güçlük, Sıklıkla Birkaç Çocukluk Bozukluğuyla Birlikte Görülür.....	119

## Bölüm 2

### Ebeveynlerin Çocuklarına Yardım Etmesine Yardımcı Olmak:

#### Pratik Uygulamalar

6. Duyusal Düzenlemeye Yardımcı Araçlar Başarı için Bir Formül .....	135
7. Yetersiz ve Aşırı Tepki Veren Çocuklara Yardımcı Olacak Özel Yöntemler .....	163
8. Bağlamda Zorlu Çocuk Çocuğunuzun Nasıl Desteklersiniz ve İlişkinizi Nasıl Güçlendirirsiniz? .....	183
9. Ebeveynler İçin Olumlu Öz-Bakım.....	207
10. Büyük Resim: Buradan Nereye Gidiyoruz? .....	223

Referanslar .....	235
-------------------	-----



“Çocuğunuza Duyusal Düzenlemede Yardımcı Olmak, sinir sistemlerini zorlayan ve çileden çıkaran davranışlar sergileyen çocukların ebeveynleri için muazzam bir kaynak. Yazarlar, okuyuculara, kendi kendini düzenleme girişimlerinin, tuhaf görünen, psikiyatrik bozuklukları taklit eden veya kasıtlı olarak meydan okuyan davranışlara nasıl yol açabileceğine dair ilişkilendirilebilir örnekler, uygulanabilir ve etkili çözümler sunuyorlar. Tüm ebeveynler bu kitabın rehberliğinden yararlanabilir.”

- **Britt Rathbone, MSSW, LCSW-C**, ergen terapisti, *Dialectical Behavior Therapy for At-Risk Adolescents*, *What Works with Teens* ve *Parenting a Teen Who Has Intense Emotions* kitabının ortak yazarı

“Duyusal düzensizliği olan çocukların ebeveynleri için bu olağanüstü kaynak, yazarların kapsamlı bilgilerinin ve karmaşık sorunları kolayca anlaşılır bir dille sunma becerilerinin olağanüstü bir birleşimini temsil ediyor. Bir yandan ilgi çekici klinik öyküler ve kişisel farkındalık egzersizleri, duyusal düzensizliğin nasıl deneyimlenebileceğini ve gözlemlenebileceğini anlamayı kolaylaştırırken, bir yandan da davranışsal tedavilerin kanıta dayalı ilkeleri, ebeveyn ve çocuğun yaşam memnuniyetini artırmak için pratik ve yardımcı başa çıkma stratejilerinin sunumunu yönlendiriyor.”

- Melinda A. Stanley, PhD**, Baylor College of Medicine’de fahri psikiyatr ve davranış bilimleri profesörü; önde gelen bir ders kitabı olan *Abnormal Psychology*’nin ortak yazarı



“Bu kitap bir mücevher! Hem kapsamlı hem de pratik; çocuklar ve ailelerle onlarca yıllık klinik deneyimin biriktirdiği bilgeliği incileriyle doluyorlar. Alanının en iyi klinisyenlerinden ikisi tarafından yazılmış olan kökleri mevcut bilime dayanan ve ebeveynler için erişilebilir ve ilişkilendirilebilir bir şekilde hazırlanmış. Mouton-Odum ve Goldfinger Golomb, ebeveyn bakışı açısından çok iyi anlıyorlar ve sağlam tavsiyeleri şefkatli bir dille aktarıyorlar. Bu kaynağı kendi kursiyerlerim, meslektaşlarım ve hastalarımınla paylaşmayı dört gözle bekliyorum.”

- **Tara S. Peris, PhD**, UCLA Semel Enstitüsü’nde psikiyatri ve biyodavranış bilimleri doçenti ve UCLA ABC Kısmi Hastanede Kalma Programı program direktörü

“Ruth Goldfinger Golomb ve Suzanne Mouton-Odum, uygulamadaki en deneyimli ve düşünceli terapistlerden ikisi. Kitapta, duyuşsal duyarlılığın karmaşık duyuşsal ve davranışsal sonuçlarını parçalara ayırıyorlar ve bu fikirleri gerçek hayata dönüştürmek için vaka çalışmaları sunuyorlar. Çocukları için yardım arayan ebeveynler, pratik tavsiyeler ve araçlar ile kendini tanımaya dair birçok aydınlanma yaşayacaklar. Daha da önemlisi, ek olarak, kendileri için uygulanabilir kişisel bakım stratejilerini öğrenecekler.”

- **Jennifer Raikes** TLC Vücut Odaklı Tekrarlayan Davranışlar Vakfı’nın yönetici direktörü ve trikotilomani ile yaşama hakkında bir belgesel olan *Bad Hair Life*’ın yönetmeni

“Bu kitap, duyuşsal sorunlar yaşayan çocuklarına nasıl yardım edeceklerini anlamaya çalışan ebeveynler için yeni bir soluk. Yazarlar, çocuğunuzun neyle mücadele ettiğine dair anlaşılması kolay açıklamalar sağlamakla kalmıyorlar, aynı zamanda çocuğunuzun başa çıkma yeteneğini nasıl artırabileceğiniz ve daha

eğlenceli hâle getirebileceğiniz konusunda adım adım ve takip etmesi kolay rehberlik sağlıyorlar.”

- **Litsa Tanner, MS, MFT**, Santa Rosa Bilişsel Davranışçı Terapi Merkezi'nin kurucu ortağı ve San Francisco Üniversitesi'nde yardımcı öğretim üyesi

“Bu kitap, çocukları duyusal dünyalarını düzenlemekte sorun yaşıyan ebeveynler için önemli bir rehberlik sunuyor. Yazarlar, ortak aile sorunlarına ve ayrıca birçok klinik bozukluğa katkıda bulunan nedenlere ışık tutuyorlar. Sade bir dille, okuyucuların bu sorunların doğasını anlamalarına ve çocukların işbirlikçi olmayan duyu sistemlerini yönetmelerine yardımcı olacak pratik ve bilimsel olarak sağlam bir plan geliştirmelerine yardımcı oluyorlar.”

- **Charles S. Mansueto, PhD**, Silver Spring, MD'de bulunan ve obsesif-kompulsif ve ilgili bozuklukların tedavisinde önde gelen bir merkez olan Greater Washington Davranış Terapisi Merkezi'nin kurucusu ve yöneticisi



Bu kitap, duyuusal düzenleme sorunları yaşayan, tanıştığımız ve birlikte çalıştığımız tüm çocuklara ve ailelere ithaf edilmiştir.

Bize her gün ilham veriyorsunuz ve olağanüstü hayatlar yaşamanıza yardımcı olacak şefkatli, destekleyici ve yaratıcı yollar geliştirmemize yardımcı oluyorsunuz!



## Önsöz

Bilişsel davranışçı bir psikolog ve otistik bir kişinin ebeveyni olarak, hem çocuklarda hem de yetişkinlerde duyusal sorunlara uzun zamandır aşinayım. Yaklaşık kırk yıl önce insanları tedavi etmeye ilk başladığımda, bu problemler hakkında gerçek bir anlayışa veya tanımlara sahip değildik, yardım almak için bize gelenler üzerinde kullanacağımız kanıta dayalı tekniklerimiz de yoktu. Eski müfredata dayanarak birçok doktor, bu insanları muayene etti; sorunlarının tamamen psikolojik olduğunu ve bir şekilde konuşarak veya ilaçla halledilebileceğini varsaydılar. Bazı ebeveynler, “Bunu aşacaktır.” cümlesinden daha fazlasını duymadılar. İnsanların büyük çoğunluğunun gidecek hiçbir yeri yoktu ve neler olduğuna dair hiçbir açıklamaya sahip değillerdi.

O zamandan bu yana, sinir sistemini ilgilendiren problemler ve bunların nasıl tedavi edileceği konusundaki bilgimizde kademeli bir artış oldu. Bu, anlayışımızın hiçbir şekilde tam olduğu veya daha yeni, daha etkili tedavilerin olduğu anlamına gelmiyor. Öyle görünüyor ki, beyin ve sinir sisteminin geri kalanı hakkında ne kadar çok şey öğrenirsek, o kadar çok bilmediğimizi keşfediyoruz. Ancak bu arada, duyusal sorunları tedavi etmede daha etkiliyiz ve daha da iyi olmak için sürekli çalışıyoruz.

Aslında bu kitabın yazılmış olması bile katettiğimiz mesafenin iyi bir göstergesi. Onlarca yıl önce tedavide karşılaştığım insanlara dönüp baktığımda, onlara daha iyi yardımcı olabilmem

için burada sunulan bilgi düzeyine o zamanlar sahip olmayı çok isterdim. Kendi oğlumun ciddi duyuşsal sorunlarla boğuşmasını izledim, dahası eşim ve ben onun başa çıkmasına yardım etmeye çalışırken, bize tavsiye verecek kimsemiz yoktu. Her şey çok gizemli görünüyordu. Kendi yöntemimizi bulmamız gerekiyordu. Duyusal sorunlarla başa çıkma konusunda ilk başta öğrendiğimiz ve bu kitapta okuyacağınız yararlı şeylerin çoğu, kendi evimizde ilk elden gözlemlediğimiz şeylerdi. Evim, aşırı ve yetersiz uyarımla ilgili kendi teorilerimi ilk kez bir araya getirdiğim yerdirdi. Her şeyi kapsayan tek bir çözüm olmadığını öğrendik. Kendi oğlumuzun bazı sorunları olgunlaştıkça iyileşiyor gibiydi, bazılarını çok çalışarak yönetmesine yardım edebildik ve bazılarıyla yaşamayı öğrendik. İşler yoluna girdi ancak o noktaya varmak için tekerleği yeniden icat etmemeyi tercih ederdim.

Ne yazık ki hâlâ çocuklarda ve yetişkinlerde duyuşsal zorlukların nasıl teşhis ve tedavi edileceğini anlayacak eğitim ve deneyime sahip çok az profesyonel var. Pek çok profesyonelin bulunduğu kalabalık bölgelerde bile, tıpkı eşim ve benim gibi, kendinizi tek başınıza ve size yardım edecek kimse olmadan bulabilirsiniz. İşte böyle bir kitap tam da burada devreye giriyor. Bu karmaşık sorunu yalnızca net terimlerle anlatmakla kalmıyor, aynı zamanda size kendi programınızı yaratmanız için bir yol sunuyor, böylece kendinizi yalnız ve çaresiz hissetmenize gerek kalmıyor. Bu gerçek bir kaynak ve Ruth ve Suzanne ile oturup istişare edebilmekten sonraki en iyi şey.

Bu kitabın her iki yazarını da uzun yıllardır kişisel ve profesyonel olarak tanıyorum, onlar kadar bilgili, özverili ve profesyonel olan çok az uygulayıcı gördüm. Deneyimleri gerçekten kapsamlıdır; işi yaparak öğrendiler ve paylaştıkları bilgiler anlamlı ve faydalıdır. Tüm duyuşsal sorunlara sihirli çözümleri var mı? Hayır, kimsenin yok ama bu kitaptan öğreneceğiniz şey, hızlı çözümler olmasa da, üzerinde çalışmaya istekli iseniz umut ve çözümler olduğudur. Kendi hâllerine bırakıldıklarında, duyuşsal

sorunları olan insanlar kendi çözümlerini bulmaya çalışırlar, bu da ne yazık ki çok işe yaramayabilir ve genellikle onların daha fazla zorluk yaşamalarına neden olur. Bizim ve onların işi, bazen son derece kafa karıştııcı olabilen ve normal bir hayat yaşama yeteneklerini bozan beyin fonksiyonları ile başa çıkmanın daha iyi, daha uyumlu yollarını aramaya ve öğrenmeye devam etmektir. Bu kitap, kesinlikle bu görevde çok yardımcı olacaktır.

-Dr. Fred Penzel



## Giriş

# Duyusal Düzenlemede Bir Sorun Olduğunda Ne Olur?

Her birimizin benzersiz bir sinir sistemi var ve sonuç olarak her birimiz dünyayı farklı şekilde deneyimliyoruz. Örneğin, ben evimde 20 derece sıcaklık sevebilirim ama siz 23 dereceyi tercih edebilirsiniz. Ben *roller coaster*'ları sevebilirim ve siz sakinliği ve sessizliği tercih edebilirsiniz. Sinir sistemine gelince, “doğrular” veya “yanlışlar” yoktur, sadece farklılıklar vardır. Sinir sistemimiz, vücudumuzun hem içinde hem de dışında olup bitenleri fark etmemize yardımcı olur. Sıcaklığı veya soğukluğu hissetmemize, renkleri ve şekilleri görmemize, hızlı atan bir kalbe veya vücudumuzda bir sakinlik hissi yaşamamıza yardımcı olur. Duyularımız, sinir sistemini oluşturur. Terapi ofisinde insanlarla onlarca yıl çalıştıktan sonra, sinir sistemlerimizin benzersizliğinin inançlarımızı, tercihlerimizi, seçimlerimizi, davranışlarımızı ve hatta ruh hâlimizi nasıl derinden etkilediğini gözlemledik.

Sinir sistemi duygusal, davranışsal ve psikolojik işleyişi nasıl etkiler? Çevremizdeki dünyayı anlamak için duyularımızı kullanırız. Ancak her birimiz dünyamızı farklı algılıyoruz. Bu, en sevdiğimiz renk, müzik türü ya da yemek tercihi için geçerli. Bunlar gibi tercihler hobileri, ilişkileri ve kariyer seçimlerini şekillendirebilir. Örneğin, ayrıntılara önem veren bir çocuk büyüyünce mimar, sanatçı veya iç mimar olabilir. Hareket etmeyi

seven biri balerin olabilir veya saatlerce masa başında çalışmayı gerektirmeyen başka bir işte çalışabilir. Aynı şekilde, olumsuz ya da nahoş duyuşal deneyimler de tercihleri şekillendirebilir. Dağınıklığa tahammülü olmayan biri minimalist tasarımı tercih edebilir, yüksek seslerden rahatsız olan biri ise kütüphanede ya da sanat müzesinde çalışmayı seçebilir.

Daha aşırı durumlarda, hoş olmayan duyuşal deneyimler endişeli duygulara veya olağandışı davranışlara neden olabilir. Örneğin, yüzünüze doğru esen rüzgâr sizi rahatsız ediyorsa, üstü açık bir araba bir kenara, camları açık bir arabaya bile binmekten veya rüzgârlı bir günde sahile gitmekten kaçınabilirsiniz. Bu davranışlar çevrenizdeki insanlar için tuhaf olabilir. Üstü açık arabalardan ve kumsallardan neden nefret ettiğinizi anlamayabilirler, hatta inatçı veya kaba davrandığınızı düşünebilirler. İşte bu duyuşal deneyimleri ve sonraki tepkileri anlamak, bu kitabın odak noktasıdır. Çoğu zaman, bir çocuğun tepkisi aşırı görünebilir, bu da diğer insanların kafasını karıştırabilir, onları hayal kırıklığına uğratabilir, hatta kızdırabilir ve çocuğun ilişkilerine müdahale edilebilir. Aşırı tepkiler, çocuğun evdeki veya sınıftaki tutumuna yansıyabilir. Örneğin, bir çocuk görsel uyaranlara duyarlıysa, aydınlık, darmadağın bir odaya girmek, neden olduğunu tam olarak anlayamasalar bile, kendilerini gergin veya rahatsız hissetmelerine neden olabilir. Bu tepki, bir palyaço gördüğünde ya da büyük bir köpekten ürkütüğünde kaygılanan bir çocuğunkinden farklı değildir. Uyarın farklı olsa da, kaygı hissi ve tepki tamamen aynı olabilir.

“Beğenme” ve “beğenmeme” duyuşlarının yanı sıra, sinir sistemi dengesizlikleri de algılar ve uyarılma ya da sakinleştirci davranışlarla denge hissi yaratmaya çalışır. Her iki aşırı uç da zararlıdır ve bu nedenle sinir sistemi, aşırı uyarımı sakinleştiren ve yetersiz uyarımı enerjilendiren farklı faaliyetler yoluyla denge kurmaya çalışır. Örneğin, bir yetişkin aşırı uyarıldığında -çok uzun, stresli bir günün ardından-, sakinlik ve aslında denge duygusu elde etmek için koşuya çıkabilir, sıcak bir banyo

yapabilir veya bir kadeh şarap içebilir. Yeterince uyarılmadığında -öğleden sonra saat üçte uzun bir toplantıda oturduktan sonra-, canı kafein veya atıştırma bir şeyler isteyebilir veya sinir sistemine enerji vermek için hızlı bir yürüyüş yapabilir. İnsanlar, bu hisse ulaşmak için sürekli olarak vücutlarını dengede tutmaya çalışırlar. Bu süreci bir sonraki bölümde daha ayrıntılı olarak anlatacağız.

Bu noktada çocuklar da farklı değildir ancak dengede kalma becerilerini daha öğrenmemişlerdir. Eğlence parkında aşırı uyarıcı bir günün ardından, bir çocuk nedenini bilmeden bile kolayca sinirlenebilir veya ağlayabilir. Yetersiz uyarılmış hissettiğinde, aynı çocuk kıpır kıpır olabilir, yukarı ve aşağı zıplayabilir veya etrafındaki insanları rahatsız edebilir. Yetişkinler olarak çoğumuz karmaşık sinir sistemlerimizi nasıl yöneteceğimizi biliyoruz ancak çocuklar hâlâ bu becerileri öğreniyor. Bu kitap, sinir sistemini ve davranışlarını daha iyi anlamak için çocuğunuza neler olduğunu fark etmenize ve onu anlamanıza yardımcı olacaktır.

Görünüşte küçük olan şeyler büyük içsel duyular yarattığında, bunu bir rahatsızlık duygusu ve hatta panik takip edebilir. Buna “duyusal düzensizlik” denir. Peki, düzensiz bir sinir sistemine sahip olmak nasıl bir duygu? Grip olduğunuzu ve sessiz, karanlık bir odada yumuşak bir yatağa uzanmanın ne kadar rahatlatıcı olduğunu hayal edin. Şimdi de çok kalabalık ve yüksek sesle rock müzik çalan bir ortamda, hesap yapmaya çalışırken grip olduğunuzu hayal edin. Vücudunuzdaki her sinir, gürültüye ve çeşitli fiziksel tahrişlere -ateş, ağrı, boğaz ağrısı, mide bulantısı, kaşıntı, batma, çarpma sesi ve bitkinlik- tepki verir. Böyle bir ortamda bırakın hesap kitap işlerine konsantre olmayı, huzur durumunda kalmak bile imkânsız olurdu. Bu örnek aşırı görünebilir ancak sinir sistemi düzensiz olan çocuklar deneyimlerini bu şekilde tanımlarlar. Trafikte korna çalan bir araba sizi biraz rahatsız edebilirken, korna çalan arabaya çocuğunuz histerik bir tepki verebilir ve bağırma başlayabilir.

Gürültü -korna sesi-, olayla tutarsız bir uyarılma -koru ya da öfke- duygusu yaratmıştır ve ardından gelen tepki -çığlık- olağandıştır ve muhtemelen çocuğun etrafında olup bitenler de kafa karıştırıcıdır.

Farklı bireylerin dünyayı benzersiz şekillerde deneyimlediğini bilmek, duyusal bilgiyi işleme, düzenleme ve değiştirmede sorun yaşayan insanların nasıl kaçınan, endişeli, sabırsız, asabi veya depresif veya bizim “düzensiz” dediğimiz hâle gelebileceğini anlamamıza yardımcı olur. Duyusal düzensizlik, çocuklarda sık görülür ve onlarca yıldır ergoterapi uzmanları tarafından “duyu işleme bozukluğu” veya “duyu bütünleme bozukluğu” olarak adlandırılır. Son zamanlarda psikologlar, duyusal sinir sisteminin hatalı işlenmesinin nasıl olumsuz duygulara, inançlara ve davranışlara yol açtığını açıklamak için “duyusal düzensizlik” veya “duyusal düzenlemeyle ilgili sorunlar” terimlerini kullanıyorlar.  ocuklarının davranışları mantıklı olmadığı için, duyusal düzensizliği olan çocukların ebeveynlerinin kafası karışır ve hatta bu ebeveynler hüsrana uğrurlar.  ocuklarının davranışları, belirli bir durum için düzensiz, tutarsız, uygunsuz veya tuhaf olabilir. Bazı durumlarda bu davranış, kaygı bozuklukları, karşıt olma-karşı gelme bozukluğu ve bu kitapta daha sonra tartışılacak olan pek çok çocukluk  ağı bozukluklarına bile yol açabilir veya bunlara benzeyebilir.

“Duyu bütünleme disfonksiyonu” terimi, ilk olarak meslek hastalıkları terapisti Jean Ayres (1966, 1972) tarafından duyusal uyarıma atipik tepkiler veren bireyleri tanımlamak için kullanıldı ve daha sonra Stock Kranowitz tarafından yazılan *Senkronize Olamayan  ocuk* kitabında tanımlandı (2005). Bu klinik durum, artık “duyu işleme bozukluğu” (SPD) olarak biliniyor.

Bu kitapta açıklanan duyusal sistemin düzensizliği kavramı, mekanizması açısından duyusal işleme bozukluğuyla aynıdır ancak “duyusal düzensizlik” aynı zamanda, beklenen aralıkta  aşılmayan bir sinir sisteminin duygusal ve davranışsal sonuçlarını

ifade eder. Bu kitap, ergoterapi alanında yapılan işi değiştirmeyi veya azaltmayı amaçlamaz. Ergoterapide, sinir sisteminin farklı duyuşal girdi türlerine alışmasına yardımcı olmak için çocuğa birçok duyuşal deneyim yaşatılır. Bu çok önemli bir iştir. Bu kitaptaki odak noktamızsa, ebeveynler için duyuşal sistem anlayışını genişletmek ve onun, bir çocuğun belirli uyaranlara verdiği tepkilerden çok daha fazlasını nasıl yönettiğini açıklamaktır.

Bu kitap, bir çocuğun duyu sistemindeki bir aksaklığın sonucu olarak nasıl alışılmadık şekillerde öğrenebileceğini, hissedebileceğini ve davranabileceğini anlatıyor. Daha da önemlisi, bu kitap, ebeveynlerin çocuklarının duyuşal aksaklıklarla başa çıkmalarına, vücutlarını ve tepkilerini anlamalarına nasıl yardımcı olabileceğini açıklıyor. Ebeveynlerin, çocuklarının çevreleriyle etkileşim biçimini nasıl değiştirebileceğini ve zorlu durumlarda başarıyı deneyimlemelerine nasıl yardımcı olabileceğini anlatıyor. Sonuç olarak, bu kitap sayesinde, ebeveynler, hem ebeveyn-çocuk etkileşimlerini hem de aile işleyişini iyileştirecek daha sağlıklı şekillerde yanıt vermeyi öğrenecekler.

Sinir sistemi düzenlemesi ve bunun çocukları nasıl etkilediği ile ilgili olarak neden bahsettiğimizi göstermek için kitap boyunca vaka örnekleri paylaşacağız. Gerçek hayattan örnekler kullanmanın, ebeveynlerin tanımladığımız şeyi daha iyi anlamalarına ve bunu çocuklarının davranışlarıyla ilişkilendirmelerine yardımcı olduğunu bulduk. Aşağıdaki örnekte Keesha, duyuşal düzenlemeyle ilgili sorunları olan ama aynı zamanda öğretmenleri, ebeveynleri ve arkadaşları tarafından sıklıkla yanlış yorumlanan bazı alışılmadık davranışlar sergileyen bir çocuğu temsil ediyor. Keesha'da yetersiz tepki veren bir sinir sistemi var, yani olayları diğer çocuklardan daha az yoğun, sönük bir şekilde algılayan bir sinir sistemine sahip. Sonuç olarak, Keesha uyaran arıyor ve duyularıyla keşfederek çevresini öğreniyor.

*Keesha, anaokulu öğretmenin, Keesha'nın alışılmadık davranışlarıyla ilgili endişelerini dile getirmesinin ardından annesi tarafından muayene edilmek üzere getirilen beş*

***Çocuğunuzu benzersiz sinir sistemi nedeniyle farklı duysal tetikleyicilere nasıl aşırı veya yetersiz yanıt verebilecekleri konusunda geliştirin.***

Ebeveynlik, davranışlar öngörülebilir ve yaşa uygun olduğunda bile zorlayıcı olabilir ve bir çocuğun sinir sistemi düzensiz olduğunda, ebeveyn olmak daha da zorlaşabilir.

Duyusal düzenleme sorunu yaşayan bir çocuğunuz varsa, davranışları karşısında kafanız karışabilir. Duyusal bilgiyi işleme ve kontrol etmede zorluk çeken çocukların nasıl kaçınan, endişeli, sabırsız veya sinirli olabileceğini anladığınızda ise işler biraz daha kolaylaşır. ***Çocuğunuza Duyusal Düzenlemede Yardımcı Olmak***, çocuğunuzun davranışlarının ve duysal patlamalarının temel nedenini anlamanıza yardımcı olacak!

Dr. Suzanne Mouton-Odum ve Ruth Goldfinger Golomb, çocuğunuzun duysal hassasiyetinin nasıl hissettirdiğini ve davranışlarını nasıl etkilediğini daha iyi anlayabilmenizi sağlarken çocuğunuzun duygularını yönetmesine aynı zamanda ailesiyle ve arkadaşlarıyla ilişkilerini geliştirmesine yardımcı olacak güçlü duysal düzenleme becerilerini adım adım paylaşıyor.

***Çocuğunuza Duyusal Düzenlemede Yardımcı Olmak*** kitabında çocuğunuzun duygularını ve davranışlarını yönlendiren duysal hassasiyetle başa çıkmak için etkinliği kanıtlanmış ipuçları ve stratejiler bulacak ve çocuğunuzun düzensizliği, karşıt davranışları, yemek yemeyi reddetmesi, yıkıcı davranışları ve anksiyetesinin neden olduğu evinizdeki gerilimi azaltmanın yollarını keşfedeceksiniz.

