



## **Сенсорный контрольный список: Младенцы и малыши (0-3 года)**

Приведённый ниже контрольный список не является диагностическим инструментом; это показатель для выявления недостаточного или чрезмерного сенсорного употребления. Цель этого инструмента оказать поддержку в составлении подходящего плана лечения и/или сенсорной диеты для людей с трудностями сенсорной модуляции.

Чувствительность к некоторым раздражителям является нормальным явлением для всех людей. О нарушении сенсорной обработки или расстройстве сенсорной обработки мы говорим только тогда, когда это оказывает негативное влияние на жизнь человека (например, снижается способность концентрироваться, учиться, играть, взаимодействовать, расслабляться).

Звездочки (\*) после перечисленных описаний означают повышенный сенсорный поиск. Сенсорный поиск - это форма сенсорного дефицита. Страдающие усиливают поиск интенсивных сенсорных ощущений, чтобы компенсировать ослабление реакции нервной системы на эти стимулы.

**В зависимости от возраста Вашего ребёнка некоторые описания (симптомы) могут быть неприменимы. Отметьте только те симптомы, которые Вы наблюдаете на данном этапе развития Вашего ребёнка.**

### **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.***

**ТАКТИЛЬНОСТЬ (Чувство осязания) - TACTILE (TOUCH)**

---

**Симптомы гиперчувствительности**

Symptoms of Over-Responsiveness

- Плачет или извивается, когда его держат на руках или обнимают.  
-> cries/arches back when held/cuddled
- испытывает трудности при переходе на дополнительное питание  
-> difficulty transitioning to solid foods
- избегает пачкать руки, играть с грязью  
или работать с пластилином или красками для рисования пальцами  
-> avoids messy play including finger-painting and Play-Doh
- не любит стричь ногти на руках и ногах, стричь волосы, умываться и расчёсываться, чистить зубы  
-> dislikes nail-trimming/hair-cutting/hair-brushing/tooth-brushing
- ограниченный выбор в еде, чувствительность к определенным консистенциям  
-> limited food preferences, sensitive to food textures
- плачет/плачет при смене подгузника  
-> cries/fusses during diaper change
- страдает при купании  
-> distressed by baths
- легко пугается при неожиданном прикосновении  
-> startles easily when touched unexpectedly

**Симптомы гипочувствительности**

Symptoms of Under-Responsiveness

- \*Индикаторы поиска сенсорных стимулов.  
-> always touching others\*
- всегда хочет быть без одежды или ходить босиком  
-> prefers to be without clothes and barefoot\*
- не воспринимает грязные руки и грязное лицо (после 12 месяцев)  
-> doesn't seem to notice messy hands or face (beyond 12 months)
- не воспринимает лёгкие прикосновения  
-> seems unaware of light touch
- кладёт в рот сразу слишком много еды\*  
-> may stuff too much food in mouth\*
- не воспринимает травмы и почти не реагирует на прививки или анализ крови  
-> doesn't seem to notice cuts and scrapes, doesn't mind shots
- Повышенное слюновыделение, не замечает насморка (после 18 месяцев).  
-> drools, doesn't notice runny nose or food on face (beyond 18 months)
- не воспринимает мокрые и полные

Повышенная чувствительность к мелким травмам или укусам комаров.

-> over-reacts to minor injuries or mosquito bites

Трудности при переходе на твёрдую пищу/отказывается от твёрдой пищи

-> difficulty transitioning to solid foods

подгузники (после 18-го месяца жизни)

-> after 18 months, doesn't appear to notice wet/soiled diaper

Мелкая моторика не развита в соответствии с возрастом

-> delayed fine motor skills

\*Индикаторы поиска сенсорных стимулов.

\*Indicates sensory-seeking behavior.

## ПРОПРИОЦЕПЦИЯ (углублённое восприятие)

PROPRIOCEPTIVE (PRESSURE ON MUSCLES AND JOINTS)

### Симптомы гиперчувствительности

Symptoms of Over-Responsiveness

Сенсорные стимулы проприоцепции всегда ценны для нервной системы, поэтому гиперчувствительность не относится к этой категории.

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

\*Индикаторы поиска сенсорных стимулов.

\*Indicates sensory-seeking behavior.

### Симптомы гипочувствительности

Symptoms of Under-Responsiveness

Спит только на руках или нуждается в дополнительной помощи - колыбель, кресло-качалка, качели, приспособления для укладывания.

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

Любит подпрыгивать, прыгать, лазать и грубить, то есть заниматься деятельностью, которая включает в себя столкновения - сильный физический контакт.

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

ходит на цыпочках или тяжело ступает\*.

-> walks on toes\*, or walks heavily

трудности с мелкой моторикой

-> difficulty with fine motor tasks

предпочитает хрустящую или

---

жевательную (например, жевательные сладости) пищу\*

-> prefers crunchy and chewy foods\*

сосёт палец,

-> sucks thumb or fingers, chews on

грызёт одежду или игрушки (после достижения 18-месячного возраста).

-> clothes and toys (beyond 18 months)

очень зависим от соски (после 1 года)

-> very attached to pacifier (beyond 1 year)

скрежещет зубами\*.

-> grinds teeth\*

любит, когда его крепко обнимают, или ищет занятия или позы, в которых его сжимают или раздавливают\*.

-> loves tight hugs and squishing activities or positions\*

предпочитает толстые и тяжелые одеяла

-> chooses thick or heavy blankets

самоповреждающее поведение: щипать/кусать себя, биться головой об пол или стену\*.

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

## ВЕСТИБУЛЯРНОСТЬ (чувство равновесия) - VESTIBULAR (MOVEMENT)

---

### Симптомы гиперчувствительности

Symptoms of Over-Responsiveness

Не хочет, чтобы его держали далеко от тела или подбрасывали в воздух, очень привязчив.

-> dislikes being held away from adult's body or tossed

### Симптомы гипочувствительности

Symptoms of Under-Responsiveness

Хочет, чтобы его много носили на руках, любит, когда его возят в коляске, качают в люльке\*.

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

in air, may be clingy

избегает качания, катания на горке и любых действий, при которых ноги теряют контакт с землей

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

боится лифтов, эскалаторов и высоты в целом

-> fearful of escalators, elevators, and all heights

не любит откидываться назад, чтобы помыть волосы, или плавать/находиться в воде, лёжа на спине

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

\*Indicates sensory-seeking behavior.

\*Индикаторы поиска сенсорных стимулов.

bouncer\*

избегает чисто сидячих видов деятельности\*.

-> dislikes sedentary tasks\*

постоянно находится в движении, любит крутиться по кругу, качаться на качелях, висеть вверх ногами\*.

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

может быть низкий мышечный тонус (мышцы и суставы кажутся дряблыми).

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

сидит на полу буквой "W";, опирается

на стул, с трудом сидит прямо

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

любит кататься с горки

-> loves spinning

раскачивает своё тело или голову вперёд-назад\*

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

## ИНТЕРОЦЕПЦИЯ (сигналы изнутри организма) - INTEROCEPTION (INTERNAL SENSATIONS)

### Симптомы гиперчувствительности

Symptoms of Over-Responsiveness

Низкая переносимость боли

-> seems to have a low pain tolerance

Исключительное расстройство, когда после купания или выхода на улицу в жаркий день становится слишком холодно

### Симптомы гипочувствительности

Symptoms of Under-Responsiveness

Трудности с отучением от подгузников

-> difficult to toilet-train

почти не чувствует голода или жажды

-> apparent lack of hunger/thirst

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

частое упоминание о различных болях и травмах

-> frequent complaints of various aches and pains

Высокая переносимость боли или неадекватная реакция на боль

-> high pain tolerance or shows inappropriate response to pain

Трудности с засыпанием или ночным сном

-> difficulty falling asleep/staying asleep

не воспринимает симптомы болезни (боль в горле, общее ощущение недомогания)

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

## ИНТЕРОЦЕПЦИЯ (сигналы изнутри организма) - AUDITORY (SOUND)

### Симптомы гиперчувствительности

Symptoms of Over-Responsiveness

Очень пугливый, реагирует на бытовые шумы плачем (пылесос, фен, смыв в туалете).

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

не любит шумное окружение

-> dislikes noisy places

легко отвлекается/отвлекается на посторонние шумы

-> easily distracted and bothered by background noises

начинает плакать при неожиданных и/или громких звуках

-> cries, covers ears with loud or unexpected sounds

спрашивает других, могут ли они вести себя тише

-> asks others to be quiet

### Симптомы гипочувствительности

Symptoms of Under-Responsiveness

не реагирует на свое имя (исключение потери слуха)

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

предпочитает громкую музыку/телевизор\*.

-> prefers TV and music to be loud\*

часто не воспринимает фоновый шум

-> often doesn't notice background noises

часто создает собственные звуки, любит, когда другие издадут смешные звуки\*.

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

часто говорит "Что?";, несмотря на хорошо развитый слух

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

intact

\*Индикаторы поиска сенсорных стимулов.  
\*Indicates sensory-seeking behavior.

с трудом распознаёт звуки, с трудом локализует шумы

-> may appear oblivious to some sounds, has difficulty locating sound

разговаривает сам с собой при выполнении задания (вербализует последовательность действий)

-> may use self-talk to get through a task

## ВИЗУАЛЬНЫЙ (чувство зрения) - VISUAL

### Симптомы гиперчувствительности

Symptoms of Over-Responsiveness

испытывает беспокойство от яркого света или солнечных лучей

-> bothered by bright lights, sun

не любит визуально загроможденные

места (супермаркет, игровые площадки, переполненные комнаты)

-> dislikes visually busy places (stores, playgrounds, cluttered rooms)

избегает зрительного контакта

-> avoids eye contact

предпочитает приглушенный свет, тени

-> prefers dim lighting, shade

часто трёт глаза

-> rubs eyes a lot

\*Индикаторы поиска сенсорных стимулов.

\*Indicates sensory-seeking behavior.

### Симптомы гипочувствительности

Symptoms of Under-Responsiveness

Любит блестящие, движущиеся предметы\*.

-> loves shiny, spinning or moving objects\*

Трудности с занятиями, требующей высокой зрительно-моторной координации (ловля мяча, нанизывание бус)

-> difficulty with eye-hand coordination tasks (catching a ball, stringing beads)

Любит насыщенные действиями и красочные телешоу и игры\*

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

## ГУСТАТОРНЫЙ И ОЛЬФАКТОРИЧЕСКИЙ (чувство вкуса и обоняния)

GUSTATORY AND OLFACTORY (TASTE AND SMELL)

---

### Симптомы гиперчувствительности

Symptoms of Over-Responsiveness

- Часто говорит о запахах, замечает духи или запахи, которые другие не замечают.

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

- зажимает нос, избегает посещать места с сильным запахом (некоторые рестораны)

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

- не любит новую, незнакомую пищу, низкие пищевые предпочтения

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

\*Индикаторы поиска сенсорных стимулов.

\*Indicates sensory-seeking behavior.

### Симптомы гипочувствительности

Symptoms of Under-Responsiveness

- Нюхает и сосёт несъедобные предметы или игрушки, например, пластилин\*.

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

- любит сильные запахи, такие как духи, чистящие средства, бензин, дезинфицирующие средства\*.

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

- Предпочитает сильно приправленную пищу - солёную, острую, сладкую, кислую.

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

## AFFECT

---

### Симптомы гиперчувствительности

Symptoms of Over-Responsiveness

- обычно очень раздражителен, легко возбудим

-> generally fussy, irritable

- очень конкретный; всё должно быть сделано определенным образом

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

- Трудность успокоить себя

-> difficulty self-soothing

### Симптомы гипочувствительности

Symptoms of Under-Responsiveness

- преимущественно весёлый, расслабленный

-> generally happy, laid back

- часто кажется отсутствующим

-> seems tuned out frequently

- Всегда в движении, даже в самом раннем возрасте; физически трудно управляем

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



\*Индикаторы поиска сенсорных стимулов.

\*Indicates sensory-seeking behavior.