

Сенсорный контрольный список:

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.

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.

ТАКТИЛЬНОСТЬ (Чувство осязания) - TACTILE (TOUCH)

Симптомы гиперчувствительности

Symptoms of Over-Responsiveness

- избегает объятий
-> avoids affectionate touch
- Чувствует раздражение от ярлыков, поясов, бирок на одежде
-> bothered by seams in clothing, tags, waistbands, etc.
- 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
- Очень боится щекотки
-> excessively ticklish
- избегает стоять близко к другим - всегда немного отодвигается, когда кто-то стоит или сидит рядом с ним/ней
-> avoids standing close to others
- легко пугается при неожиданном прикосновении
-> startles easily when touched unexpectedly

Симптомы гипочувствительности

Symptoms of Under-Responsiveness

- Часто прикасается к другим*
-> always touching others*
- всегда хочет или хотел быть без одежды или бегать босиком
-> as a young child, may prefer to be without clothes and barefoot
- не воспринимает грязные руки и грязное лицо
-> doesn't seem to notice messy hands or face
- трогает всё, часто берёт в рот предметы и игрушки*
-> touches everything, brings objects and toys to mouth frequently*
- кладёт в рот сразу слишком много еды*
-> may stuff too much food in mouth*
- не воспринимает лёгкие прикосновения
-> seems unaware of light touch
- 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
-> drools, doesn't wipe runny nose
- бессознательно груб к животным или другим детям

Повышенная чувствительность к мелким травмам или укусам комаров.

-> overreacts to minor injuries or mosquito bite

*Индикаторы поиска сенсорных стимулов.

*Indicates sensory-seeking behavior.

-> unintentionally rough on pets or other kids

требует сильно приправленной пищи -

солёной, сладкой, острой, кислой

-> craves intense flavors—salty, sweet, sour, spicy etc.*

Трудности с мелкой моторикой

-> difficulty with fine motor tasks

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

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, грызёт одежду или игрушки

-> *sucks thumb or fingers, chews on clothes & toys*

скрежещет зубами*,

-> *grinds teeth, cracks knuckles**

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

предпочитает толстые и тяжелые одеяла щипать/кусать себя, биться головой об пол или стену*

-> self-abusive behaviors—pinching, biting, head-banging*

предпочитает обтягивающую одежду или постоянно носит уютный джемпер или куртку*

-> prefers tight-fitting clothes or may wear a snug jacket constantly*

прилагает слишком много или слишком мало усилий при обращении с предметами (например, при открывании емкостей с напитками или при рисовании)

-> uses too much or too little force on objects (e.g., juice boxes, crayons)

ВЕСТИБУЛЯРНОСТЬ (чувство равновесия) - VESTIBULAR (MOVEMENT)

Симптомы гиперчувствительности

Symptoms of Over-Responsiveness

не любил, когда его держали далеко от тела или подбрасывали в воздух, привязанный

-> as a baby, dislikes being held away from adult’s body or tossed in air, may be “clingy”

избегает качания, катания на горке и

Симптомы гипочувствительности

Symptoms of Under-Responsiveness

В младенчестве хотел, чтобы его много носили на руках, любит, чтобы его качали в коляске, в люльке/качалке*.

-> as a baby, needs to be rocked a lot, is happiest in stroller, swing, bouncer*

избегает чисто сидячих видов деятельности*.

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

Тошнота при езде на автомобиле или

качании (укачивание)

-> gets motion sick easily

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

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

*Индикаторы поиска сенсорных стимулов.

*Indicates sensory-seeking behavior.

-> 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 крутиться по кругу, любит кататься на американских горках, любит острые ощущения*

-> loves spinning, loves amusement park rides, is a "thrill-seeker"*

раскачивает свое тело или голову вперед- 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

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

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

Высокая переносимость боли или неадекватная реакция на боль

-> extreme fear of medical procedures

- частое упоминание о различных болях и травмах

-> frequent complaints of various aches and pains

-> high pain tolerance or shows inappropriate response to pain

- Трудности с засыпанием или ночным сном

-> difficulty falling asleep/staying asleep

- Не одевается по погоде

-> doesn't dress appropriately for weather

- 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

- младенцем был очень нервным, реагировал на бытовые шумы плачем (пылесос, фен, смыв в туалете)

-> as a baby, 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 издают смешные звуки*.

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

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

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

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

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, may get headaches from reading

*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*

с трудом различает похожие формы и буквы

-> difficulty distinguishing between similar letters and shapes

Трудности с визуальным восприятием предметов или не терять строку при чтении

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

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*