

ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ОПРОСНИК (Л. Миллер, Дж. Айрес)

Тактильные ощущения. Информация от кожных рецепторов о прикосновении, давлении, температуре, боли и движении волосков на коже.

Признаки тактильной дисфункции

1. Гиперчувствительность к прикосновению (защитное поведение по отношению к тактильным стимулам)

- испытывает страх, тревогу или агрессию при лёгком или неожиданном прикосновении;
- в младенческом возрасте не любил/не любит, когда берут на руки или крепко обнимают: может выгибаться, кричать и вырываться;
- болезненно реагирует на смену подгузника/необходимость смены подгузника;
- боится или избегает находиться в непосредственной близости от других людей или детей (особенно в очередях);
- пугается, если до него/неё дотрагивается кто-то/что-то, кого/что он/она не видит (например, сзади или когда находится под одеялом);
- не любит, когда расчёсывают волосы. Может быть крайне придирчив(а) к типу расчески;
- не любит мягкие простыни (т.е. старые, в складках);
- избегает групповых взаимодействий из-за страха чужих неожиданных прикосновений;
- противится дружелюбным или ласковым прикосновениям от кого бы то ни было, кроме родителей и родных братьев/сестёр (а иногда и включая их!);
- не любит чужие поцелуи, вытирает место поцелуя. Предпочитает обниматься;
- воспринимает как пытку капли дождя, воду из душа или дуновение ветра по коже, что приводит к нежелательным реакциям или к попыткам избежать данное воздействие;
- выдаёт гиперреакцию при лёгких порезах, царапинах или укусах животных;
- избегает прикосновения к некоторым видам материалов (одеяла, коврики, чучела животных);
- отказывается носить новую или жёсткую одежду, одежду из грубой ткани (водолазки, джинсы, головные уборы или ремни и т.д.);
- избегает игр с участием рук;
- избегает/не любит/испытывает отвращение к «грязным играм», например, в песок, глину, воду, клей, блеск, пластилин, слизь, крем для бритья/мыльные пузыри и т.д.;
- не любит, когда грязные руки, часто вытирает или моет их;
- чрезмерно боится щекотки;
- раздражают швы на носках, из-за чего может отказываться носить их;
- раздражает трение одежды о кожу, может захотеть носить шорты и футболки круглый год. Маленькие дети могут предпочитать оставаться голыми и всё время стягивают с себя одежду и подгузники;
- носит рубашки с длинными рукавами и длинные брюки круглый год, чтобы не оставлять кожу открытой внешним воздействиям;
- не любит, когда моют лицо;
- не любит, когда стригут волосы или ногти на ногах и на руках;
- сопротивляется чистке зубов и ужасно боится стоматолога;
- капризничает в еде, ест только еду определенного вкуса и консистенции, избегает пищи со смешанной текстурой, избегает приёма холодной и горячей пищи, не любит пробовать новую пищу;
- отказывается ходить босиком по траве или песку;
- ходит только на цыпочках.

2. Пониженная тактильная чувствительность (гипочувствительность):

- стремится дотрагиваться, дотрагивается до всего и всех;
- чувствует чужое прикосновение, только если оно происходит с повышенной силой;

- не реагирует на повреждения (например, порезы или синяки), при этом не боится уколов (даже может говорить, что любит уколы!);
- может не осознавать свои грязные руки или лицо или не чувствовать насморка;
- может проявлять самоагрессию: щипаться, кусаться или биться головой о стену;
- часто берёт разные предметы в рот;
- часто делает больно другим детям или животным во время игры;
- часто трогает успокаивающие себя поверхности или объекты (например, одеяло);
- ищет контакта с поверхностями и материалами, обеспечивающими мощное тактильное взаимодействие;
- очень любит и стремится к играм, подразумевающим возню;
- любит вибрации или мощные сенсорные воздействия;
- предпочитает и просит чересчур острую, сладкую, кислую или солёную пищу.

3. Слабое тактильное восприятие и различение:

- имеет трудности с мелкой моторикой (застегивание пуговиц, молний, застёжек);
- может не уметь определять с закрытыми глазами, до какой части его/её тела дотронулись;
- может бояться темноты;
- неаккуратно одевается: выглядит неопрятным, не замечает, что штаны перекрутились, рубашка вылезла из-под брюк, на ботинках развязались шнурки, одна штанина поднята, а другая – нет и т.д.;
- испытывает трудности при работе с ножницами, карандашами или столовыми приборами;
- продолжает брать предметы в рот для исследования даже в возрасте старше 2 лет;
- с трудом определяет физические характеристики объектов, форму, размер, текстуру, температуру, массу и т.д.;
- не узнаёт объекты на ощупь. Нуждается в зрительном контакте, например, чтобы достать нужную вещь из рюкзака или парты.

Вестибулярный аппарат: информация от среднего уха о равновесии. Гравитационных изменениях, движениях и положении в пространстве.

Признаки вестибулярной дисфункции:

1. Гиперчувствительность к движению (повышенная чувствительность):

- избегает/не любит оборудования детских площадок (например, качелей, лестниц, горок, каруселей);
- предпочитает занятия сидя, двигается медленно и осторожно, избегает рисков, может казаться «увальнем»;
- избегает/не любит лифты и эскалаторы, предпочитает ехать в них/по ним сидя или чувствует дурноту/тошноту при движении в них/по ним;
- в буквальном смысле цепляется за взрослого, которому доверяет;
- испытывает ужас перед падением, даже при отсутствии реального риска;
- боится любой высоты, даже бордюра тротуара или ступеньки;
- боится отрывать ноги от земли;
- боится подниматься/спускаться по лестнице или ходить по неровным поверхностям;
- боится быть опрокинутым вверх ногами, повернутым влево-вправо или назад, не любит мыть волосы над раковиной;
- пугается, если кто-то двигает его/её (например, двигает сидящим на стуле);
- в младенчестве не любил(а) детских качелей или прыгунков;
- боится или испытывает трудности при катании на мотоцикле, прыжках или удержании равновесия на одной ноге (особенно с закрытыми глазами);

- в младенчестве не любит переворачиваний на живот;
- легко теряет равновесие и может выглядеть неуклюжим;
- боится действий, требующих хорошего равновесия;
- избегает быстрых или вращательных движений.

2. Гипочувствительность к движениям (пониженная чувствительность):

- постоянно двигается, никогда не стоит на месте;
- страстно желает быстрого и/или интенсивного движения, кружения;
- обожает, когда подбрасывают вверх;
- может часами кружиться и не испытывать головокружения;
- любит быстрые, интенсивные и/или опасные аттракционы в парках развлечений;
- постоянно прыгает по мебели, на трамплинах, крутится на вращающемся стуле, переворачивается вверх ногами;
- обожает качаться на качелях, раскачиваясь как можно выше и подолгу;
- является «экстремалом», что порой сопряжено с опасностью;
- всегда бежит, прыгает, скачет вместо того, чтобы идти пешком;
- когда сидит, то раскачивается из стороны в сторону, качает ногой или головой;
- любит внезапные или быстрые движения (например, когда машина или велосипед подпрыгивает на кочке).

3. Слабый мышечный тонус и/или координации:

- имеет слабое, «вялое» тело;
- часто сутулится, старается прилечь и/или кладёт голову на руки, работая за столом;
- с трудом отрывает голову, руки и ноги от пола, лежа на животе (положение «супермена»);
- часто сидит в «позе W» на полу для поддержания равновесия тела;
- быстро устаёт;
- компенсирует «слабость», крепко хватая предметы;
- с трудом поворачивает дверные ручки, открывает и закрывает разные полости и ёмкости;
- с трудом удерживает равновесие при начале падения;
- с трудом одевается и застёгивает молнии, застёжки и пуговицы;
- не ползал в младенчестве;
- плохо чувствует своё тело: натывается на предметы и вещи, опрокидывает предметы, спотыкается и/или бывает неловок;
- испытывает трудности с крупной моторикой (плохо прыгает, ловит мяч, поднимается по лестнице и т.д.);
- испытывает трудности с мелкой моторикой, с использованием таких «инструментов» как карандаши, столовые приборы, расчёска, ножницы и т.д.;
- возможно, одинаково владеет обеими руками – часто меняет руки при раскрашивании, вырезании, письме и т.д. Не имеет чёткого предпочтения/доминирования одной руки к возрасту 4-5 лет;
- испытывает трудности при лизании мороженого;
- не уверен в том, какие движения выполнить, например, для перешагивания через препятствие;
- трудно заучивает спортивные упражнения или танцевальные движения.

Проприоцептивные чувства: информация от мышц и суставов о положении тела, массе тела, давлении, растяжении, движении и изменении положения тела в пространстве.

Признаки проприоцептивной дисфункции:

1. Поведение, направленное на поиск сенсорных контактов:

- старается прыгать, сталкиваться, разрушать что-либо;
- топает во время ходьбы;
- стучит ногами по столу или по стулу, сидя за партой/столом;
- кусает или сосёт пальцы и/или часто хрустит костяшками;
- любит быть плотно укутанным в одно или несколько тяжёлых одеял, особенно перед сном;
- предпочитает максимально тесную одежду (максимально сильно затягивает ремни, капюшон, шнурки);
- любит/с энтузиазмом относится к играм, предполагающим хлопающие звуки;
- любит обниматься;
- слишком сильно стучит игрушками или предметами;
- любит «шумные», энергичные игры/возню;
- часто нарочно падает на пол;
- может часами прыгать на батуте;
- в течение дня скрипит зубами;
- любит толкать/тянуть/тащить вещи;
- любит прыгать с мебели или высоких мест;
- часто ударяет, толкает, пихает других детей;
- грызёт ручки, соломинки, рукава рубашки и т.д.

2. Испытывает трудности с «дифференциацией движений»:

- неправильно оценивает степень сокращения и растягивания мышц при выполнении заданий/действий (например, при продевании рук в рукава рубашки или при подъёме);
- не контролирует степень давления при письме/рисовании – получает либо слишком бледный рисунок, либо от усилия ломает карандаш;
- письменные работы делает неопрятно, часто рвёт бумагу до дыр, стирая ластиком ошибки;
- постоянно ломает предметы и игрушки;
- неправильно оценивает массу предмета (например, стакана сока), который поднимает со слишком большим усилием, из-за чего сок проливается, либо со слишком слабым усилием, жалуясь на то, что предмет слишком тяжёлый;
- путает «тяжёлое» и «лёгкое». Держа два предмета, может не понимать, какой из них тяжелее;
- делает всё со слишком большими усилиями: хлопает дверями, слишком сильно нажимает на вещи, захлопывает крышки;
- играет с животными, прилагая слишком большую силу, зачастую причиняя им боль.

Признаки слуховой дисфункции: (при отсутствии диагностированной проблемы со слухом)

1. Гиперчувствительность к звукам (слуховое защитное поведение):

- отвлекается на звуки, которых остальные обычно не замечают (например, гудение холодильника, вентилятора, нагревательного прибора, тиканье часов);
- пугается звука смываемой воды в унитазе (особенно в общественных туалетах), пылесоса, фена, скрипа ботинок, лая собак;
- пугается или отвлекается на громкие или неожиданные звуки;
- беспокоится/отвлекается на фоновые шумы окружающего мира (например, звуки сенокосилки или стройки за окном);
- часто просит людей вести себя потише: не шуметь, прекратить говорить, петь;
- убегает, кричит и/или закрывает уши руками при громких или неожиданных звуках;
- может отказываться посещать кинотеатры, парады, катки, музыкальные концерты и т.д.;

– решает, нравится ли ему тот или иной человек, по звуку его голоса.

2. Ослабленная чувствительность к звукам (пониженная чувствительность):

- часто не отвечает на речевые обращения или не откликается на имя;
- любит очень громко включать музыку или ТВ; – кажется, что «шумит ради шума»;
- с трудом понимает или вспоминает сказанное;
- не замечает некоторых звуков;
- не уверен в том, откуда взялся звук;
- разговаривает сам с собой, выполняя задание, часто вслух;
- в младенчестве произносил мало звуков, отсутствовал лепет;
- вынуждает других часто повторять указания, часто переспрашивает.

Признаки нарушения оральной (связанной со ртом) восприимчивости:

1. Гиперчувствительность к оральным сигналам (оральное защитное поведение):

- капризен в еде, часто имеет экстремальные пищевые предпочтения (например, предпочитает ограниченный набор продуктов, только определенные сорта, наименования, отказывается от проб новой пищи, не ест в гостях);
- ест только «мягкую» пищу в форме пюре после 2-летнего возраста;
- давится твёрдой пищей;
- испытывает трудности с сосанием, жеванием и глотанием, может давиться или испытывать боязнь подавиться;
- не желает/отказывается/очень боится посещения стоматолога или лечения зубов;
- может есть только горячую или только холодную пищу;
- отказывается облизывать конверты, марки или наклейки из-за неприятного вкуса;
- не любит или жалуется на зубную пасту или ополаскиватель для рта;
- избегает приправленных, острых, сладких или солёных блюд, предпочитает простую пищу.

2. Сниженная чувствительность к оральным сигналам (пониженная чувствительность)

- может лизать, пробовать или жевать несъедобные объекты;
- предпочитает пищу с сильным вкусом (например, слишком острую, сладкую, кислую или солёную);
- испытывает избыточное слюноотделение после прорезывания зубов;
- часто жуёт волосы, одежду или пальцы;
- постоянно берёт всё в рот после выхода из младенческого возраста;
- ведёт себя так, будто любая пища имеет одинаковый вкус;
- всегда добавляет к пище слишком много приправ или соусов;
- любит вибрирующие зубные щётки и даже походы к зубному врачу.

Признаки обонятельной дисфункции (запахи):

1. Гиперчувствительность к запахам (повышенная чувствительность):

- отрицательно реагирует или не любит запахи, которые чаще всего не беспокоят или незаметны для других людей;
- говорит другим людям (или разговаривает с ними) о том, как от них плохо или необычно пахнет;

- отказывается принимать какую-либо пищу из-за запаха;
- испытывает отвращение и/или тошноту от запахов в туалете;
- испытывает беспокойство/раздражение от запаха духов или одеколона, бытовых запахов, запахов готовящейся пищи;
- может из-за неприятных запахов отказаться играть в гостях;
- определяет, нравится ли ему/ей новое место или кто-либо по запаху.

2. Пониженная чувствительность к запахам:

- с трудом отличает, не замечает или игнорирует неприятные запахи;
- может выпить или съесть что-либо ядовитое, потому что не замечает неприятного запаха;
- не может определять запахи по тестовым полоскам;
- не замечает запахов, на которые обычно жалуются другие;
- очень внимательно принимает при знакомстве с новыми местами, людьми или предметами.

Признаки дисфункции обработки визуальной информации (в отсутствие диагностированного нарушения зрения):

1. Гиперчувствительность к зрительным сигналам (повышенная чувствительность)

- чувствителен к яркому свету, косит глазами, закрывает глаза рукой, плачет и/или испытывает неудобство от света;
- с трудом удерживает фокусировку взгляда на задаче/действии, над которой работает, в течение необходимого срока;
- легко отвлекается на другие зрительные стимулы в помещении – движение, мебель, игрушки, окна, двери и т.д.;
- с трудом находится в ярких красочных комнатах или в полутёмных помещениях;
- трёт глаза, глаза слезятся, болит голова после чтения или просмотра телепередач;
- избегает контакта с чужим взглядом;
- любит играть в темноте.

2. Пониженная чувствительность к зрительным сигналам (сниженная чувствительность или трудность с отслеживанием, различением или восприятием):

- с трудом различает похожие напечатанные буквы или цифры, например, Л и П, С и О, квадрат и четырёхугольник;
- с трудом видит «полную картинку», т.е. фокусируется на деталях или узорах;
- с трудом находит нужные предметы среди других, т.е. бумаги на столе, вещи в ящике шкафа, продукты на полке магазина, игрушки в корзине;
- часто теряет место, на котором закончил переписывать текст из книги или с доски;
- с трудом контролирует движения глаз при отслеживании движущихся объектов;
- с трудом различает цвета, формы и размеры;
- часто теряет место, на котором закончил чтение или решение математических задач;
- при переписывании меняет местами буквы в словах или читает слова задом наперед, например, «нос» вместо «сон», «он» вместо «но» после первого класса;
- жалуется на «двоение в глазах»;
- с трудом находит различия на картинках, в словах, символах или объектах;
- не выдерживает постоянных интервалов между словами и размер букв при письме и/или выстраивании в ряд цифр при решении математических задач;
- испытывает трудности при решении картинок-загадок, копировании форм и/или вырезании/отслеживании по линии;
- имеет склонность косо располагать текст на странице (строки вниз или вверх);
- путает право и лево;

- легко устаёт от учёбы;
- испытывает трудности с пространственными связями, может наткнуться на объекты/людей или ступить мимо ступенек.

Нарушение функции слуха – обработки языковой информации:

- не может распознать источник звука;
- с трудом узнаёт голоса людей;
- с трудом различает звуки/слова (например, «пол» и «кол»);
- с трудом абстрагируется от других звуков, прислушиваясь к говорящему;
- раздражается громкими внезапными металлическими или высокими звуками;
- с трудом слушает, понимает и вспоминает, что говорится или читается, часто просит повторить указания и может понять или следовать не более чем двум последовательным указаниям одновременно;
- обращается к другим за подтверждением, прежде чем дать ответ;
- с трудом формулирует мысли (устно или на письме);
- часто говорит не вовремя или «не по теме»;
- если бывает не понят, с трудом может переформулировать мысль, при этом может расстроиться, рассердиться или прекратить попытки;
- имеет трудности с чтением, особенно вслух (может также страдать дислексией);
- имеет трудности с артикуляцией и чёткостью произношения;
- зачастую улучшает способность говорить после интенсивной двигательной активности.

Социальные, эмоциональные, игровые нарушения и дисфункция саморегуляции:

I. 1. Социальные трудности:

- испытывает трудности при общении со сверстниками;
- играя с другими людьми предпочитает игры в одиночку с игрушками или предметами;
- трудно взаимодействует со взрослыми, трудно ведёт «осмысленный» диалог;
- испытывает самоагрессию или агрессию по отношению к другим;
- доставляет трудности другим в интерпретации своих сигналов, потребностей и эмоций;
- не стремится к контакту со знакомыми людьми.

I. 2. Эмоциональные трудности:

- с трудом воспринимает изменение сложившегося порядка (вплоть до вспышек гнева);
- легко расстраивается;
- часто действует импульсивно;
- лучше всего ведёт себя в мини-группе или при индивидуальном общении;
- переживает изменчивое настроение, частые истерики и вспышки гнева;
- предпочитает играть в стороне, подальше от группы или просто наблюдать за играми;
- избегает зрительного контакта;
- испытывает трудности с озвучиванием собственных потребностей.

Игровые:

- испытывает трудности с имитирующими играми (после возраста 10 месяцев);
- бесцельно бродит, не занимаясь целенаправленной игрой и не исследуя пространство (старше 15 месяцев);
- испытывает потребность в помощи взрослого для игры. С трудом играет в одиночку (старше 18 месяцев);

– часами занимается одним и тем же делом (например, выстраивает в ряд машинки, кубики, смотрит один и тот же мультфильм много раз и т.д.)

I. 3. Проблемы с саморегуляцией:

- чрезмерная раздражительность, нервозность или колики в младенческом возрасте;
- не успокаивается при помощи соски, успокаивающего объекта или на руках у мамы;
- всё время просыпается в плохом настроении;
- требует много усилий со стороны мамы (или иного лица, осуществляющего уход) для того, чтобы уснуть (например, поглаживание по спине, по голове, укачивание, длинные прогулки, поездки в машине).

Внутренняя регуляция (интероцептивные ощущения):

- ощущает жар или холод быстрее, чем другие в аналогичной обстановке, никогда не жалуется на жару или холод;
- испытывает трудности при экстремальных температурных условиях или при переходе от одной крайности к другой (например, зимой, летом, выход из прохладного помещения на жару, из отапливаемого – на холод);
- слишком быстро или слишком медленно дышит, не может переключиться с одного типа дыхания на другой в случаях, когда это требуется организму;
- слишком быстрое или слишком медленное сердцебиение относительно фактических нагрузок;
- дыхание и сердцебиение успокаиваются во время или после физической нагрузки или испуге медленнее, чем ожидалось;
- резкие/частые перепады настроения (от рассерженного до довольного) в течение дня без видимой причины;
- непредсказуемое состояние возбуждения или неспособность контролировать степень возбуждения (быстрый перепад от чрезмерной возбужденности к вялости, неустойчивость состояния между обоими состояниями, переход от гиперстимуляции к гипостимуляции за несколько часов или дней, в зависимости от вида действий, обстановки и т.д.);
- частые запоры или диарея, смешанный стул в течение одного или нескольких дней;
- трудности при привыкании к горшку, непонимание того, когда хочет в туалет (т.е. не чувствует наполнения мочевого пузыря или позывов к дефекации);
- неспособность регулировать жажду: всегда хочет пить, никогда не хочет пить, ощущения меняются то в одну, то в другую сторону;
- неспособность регулировать голод: всё время ест, никогда не хочет есть, не чувствует насыщения/голода;
- неспособность регулировать аппетит и/или постоянное чувство голода. Но, сделав «два укуса», чувствует, что наелся, а потом опять чувствует голод (склонность к нарушениям питания и /или плохому росту).

Оригинал перевода: <https://www.sensory-processing-disorder.com/sensory-processing-disorder-checklist.html>