**Контрольный список вопросов для проверки наличия нарушений обработки сенсорной информации: признаки и симптомы дисфункции**

Данный список вопросов предназначен помочь родителям и специалистам, взаимодействующим с детьми, в определении конкретных признаков дисфункции обработки сенсорной информации.

**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 мятые 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: натыкается 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, растягивании, 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 новой 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 принюхивается 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 натыкаться на объекты/людей или ступать 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:**

1. **1.Социальные трудности:**

– испытывает трудности при общении со сверстниками;

– играм 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.

1. **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.)

1. 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).