



Questionario di Valutazione della Processazione Sensoriale per Caregiver

Nota Importante sul Copyright e l'Uso del Questionario:

Questo questionario è stato creato da Marijana Jufer come strumento indipendente per scopi educativi o di autovalutazione generale. Le domande e la struttura del questionario sono originali e non sono associate a test standardizzati o validati nel campo della processazione sensoriale.

Questo strumento è destinato a fornire un'indicazione generale delle sensibilità e sfide sensoriali individuali e non deve essere utilizzato per diagnosi cliniche o per sostituire una valutazione professionale. Per una valutazione completa e professionale della processazione sensoriale, si raccomanda di consultare un terapeuta occupazionale qualificato e di utilizzare strumenti di valutazione standardizzati e validati.

Tutti i diritti d'autore per questo questionario appartengono a Marijana Jufer. Ogni utilizzo non autorizzato o riproduzione di questo materiale è proibito.

Istruzioni: Di seguito troverai una serie di affermazioni che descrivono sensazioni, reazioni e comportamenti che potresti sperimentare in diverse situazioni. Per ogni affermazione, metti una crocetta accanto a quelle che ritieni corrispondano alla tua esperienza.

Sezione 1: Sensazioni e Reazioni in Situazioni Sensorialmente Stimolanti

- Sensibilità Sensoriali Generali
- L'individuo sembra disturbato da luci intense o rumori forti.
- Evita luoghi affollati e sembra sovraccaricato in tali situazioni.
- Mostra disagio con certi tessuti o materiali a contatto con la pelle.
- Reagisce fortemente a rumori forti o improvvisi.
- Sembra a disagio in ambienti con luci forti o lampeggianti.
- Sembra sopraffatto da molti stimoli visivi.
- Reagisce negativamente a odori intensi.
- Ha una forte reazione a certi gusti o texture del cibo.
- Cerca un ambiente tranquillo dopo essere stato in un luogo affollato.
- Ha bisogno di muoversi o di stimoli fisici in situazioni stressanti.
-

Sezione 2: Reazioni Emotive e Comportamentali

- Diventa irritabile se esposto a stimoli sensoriali per lunghi periodi.
- Ha reazioni emotive intense in risposta a esperienze sensoriali.
- Si ritira dalle attività sociali in ambienti sensorialmente stimolanti.
- Ha difficoltà a concentrarsi in ambienti rumorosi o disordinati.
- Evita situazioni note per essere sensorialmente stimolanti.
- Sembra ansioso o stressato in ambienti nuovi o non familiari.
- Usa strategie di coping per gestire gli stimoli sensoriali.
- Evita il contatto fisico o è selettivo su chi può toccarlo.
- Reagisce fortemente a cambiamenti inaspettati nell'ambiente.
- È particolarmente sensibile a stimoli come temperature estreme o correnti d'aria.



Sezione 3: Discriminazione Sensoriale

- L'individuo sembra confondere suoni simili, come il rumore del traffico e il fruscio del vento.
- Ha difficoltà a riconoscere differenze tra oggetti simili solo toccandoli.
- Sembra non distinguere bene sapori o odori simili.
- Ha problemi nel determinare la fonte di determinati stimoli sensoriali.
- Mostra confusione o incertezza quando deve interpretare informazioni sensoriali complesse.
- Sembra avere difficoltà a riconoscere piccole variazioni di peso o pressione.
- Ha problemi nel distinguere tra sensazioni di caldo e freddo.
- Mostra incertezza nel valutare la distanza o la posizione di oggetti e persone.
- Ha difficoltà nel percepire cambiamenti nell'ambiente, come variazioni di luminosità o suono.
- Fatica a interpretare segnali visivi o uditivi in ambienti stimolanti.

Sezione 4: Prassie e Coordinazione

- L'individuo mostra difficoltà nell'apprendere nuove sequenze motorie.
- Sembra impacciato o goffo in attività che richiedono coordinazione.
- Ha problemi di equilibrio o di stabilità in situazioni che richiedono controllo motorio.
- Evita attività sportive o giochi che richiedono abilità motorie complesse.
- Mostra incertezza o esitazione in attività che richiedono pianificazione motoria.
- Ha difficoltà a eseguire movimenti che richiedono coordinazione tra diverse parti del corpo.
- Sembra frustrato/a quando deve fare attività che richiedono destrezza manuale.
- Fatica a mantenere l'attenzione in attività che richiedono sequenze motorie complesse.
- Sembra avere difficoltà a stimare la forza necessaria per compiti motori, come sollevare oggetti.
- Ha difficoltà a seguire istruzioni motorie complesse o a ricordare sequenze di movimento.

Sezione 5: Funzionamento Sociale ed Emotivo

- L'individuo sembra sopraffatto emotivamente in ambienti rumorosi o affollati.
- Tende a evitare interazioni sociali a causa di possibili disagi sensoriali.
- Reagisce in modo eccessivo o inaspettato a stimoli sensoriali in contesti sociali.
- Sembra ansioso o stressato in situazioni sociali imprevedibili o nuove.
- Mostra difficoltà nel gestire le emozioni in ambienti stimolanti sensorialmente.
- Evita attività sociali o luoghi che sa essere sensorialmente stimolanti.
- Ha bisogno di tempo per recuperare dopo eventi sociali intensi sensorialmente.
- Sembra influenzato negativamente nel suo umore da stimoli sensoriali intensi.
- Ha difficoltà a esprimere i propri bisogni sensoriali agli altri.
- Sembra ritirarsi o isolarsi in situazioni sociali stressanti.



Sezione 6: Abitudini e Comportamenti Quotidiani

- L'individuo mostra difficoltà in routine quotidiane come vestirsi o mangiare.
- Sceglie abiti o oggetti basandosi su comfort sensoriale piuttosto che sullo stile.
- Mostra stress o disagio con cambiamenti improvvisi nella routine quotidiana.
- Ha bisogno di seguire una routine specifica per gestire i disagi sensoriali.
- Modifica l'ambiente di casa o lavoro per minimizzare il disagio sensoriale.
- Evita specifiche attività quotidiane a causa di sensibilità sensoriali.
- Utilizza strategie specifiche per gestire il disagio sensoriale durante le attività.
- Sembra influenzato nella capacità di svolgere compiti quotidiani da stimoli sensoriali.
- Sceglie cibi basandosi principalmente sulla loro texture o sapore.
- Ha difficoltà a gestire compiti che richiedono un'elevata elaborazione sensoriale.

Sezione 7: Sensibilità Olfattiva e Gustativa

- L'individuo sembra scomodo o irritato da odori specifici, anche lievi.
- Evita certi cibi a causa della loro consistenza o sapore, anche se nutrizionalmente importanti.
- Reagisce negativamente a cambiamenti, anche minori, nei sapori abituali.
- Sembra avere una reazione avversa a odori comuni come profumi o cibi cucinati.
- Ha preferenze molto specifiche e limitate per quanto riguarda cibi e bevande.
- Mostra disagio o rifiuto in presenza di odori intensi, come prodotti chimici o cibo speziato.
- Sembra particolarmente sensibile alle variazioni di gusto, anche minime.
- Si copre il naso o evita ambienti a causa di odori specifici.
- Sceglie gli alimenti basandosi più sulle loro proprietà olfattive che nutrizionali.
- Mostra un'intolleranza evidente verso certi odori o sapori che altri trovano normali.

Sezione 8: Interazione e Socializzazione

- L'individuo evita attivamente situazioni sociali che sa essere stimolanti sensorialmente.
- Sembra ritirarsi o diventare silenzioso/a in ambienti sociali affollati o rumorosi.
- Preferisce attività solitarie o con poche persone a causa di sfide sensoriali.
- Mostra segni di stress o disagio in situazioni sociali con molteplici stimoli.
- Ha difficoltà a stabilire o mantenere rapporti a causa di sensibilità sensoriali.
- Sembra preferire ambienti sociali prevedibili e controllati.
- Evita luoghi come centri commerciali, eventi sportivi o concerti.
- Sembra sovraccaricato/a dopo partecipare a eventi sociali.
- Evita di partecipare a gruppi o attività in cui i livelli sensoriali sono elevati.
- Richiede periodi di isolamento o calma dopo esperienze sociali impegnative.



Sezione 9: Sensibilità Propriocettiva e Vestibolare

- L'individuo sembra disorientato/a o instabile in situazioni che richiedono cambiamenti di posizione.
- Mostra incertezza o disagio in attività che richiedono equilibrio o coordinamento.
- Evita attività come l'arrampicata o il gioco su altalene.
- Sembra disorientato/a o nauseato/a durante viaggi in auto o altri mezzi di trasporto.
- Ha difficoltà con sport o giochi che richiedono movimenti rapidi o coordinati.
- Sembra confuso/a o disorientato/a dopo movimenti veloci o rotazioni.
- Evita situazioni che richiedono il riconoscimento della posizione del corpo nello spazio.
- Mostra insicurezza o esitazione in attività che richiedono un buon controllo motorio.
- Sembra avere difficoltà nel giudicare distanze o forze necessarie in movimento.
- Si aggrappa o cerca supporto in ambienti che richiedono equilibrio o coordinamento.

Sezione 10: Sensibilità Tattile

- L'individuo sembra scomodo o irritato dal contatto fisico non familiare.
- Evita toccare certe superfici o materiali che sembrano sgradevoli.
- Si mostra fastidioso/a con etichette o cuciture nei vestiti.
- Ha preferenze marcate per certi tipi di tessuti o materiali.
- Evita attività che richiedono il contatto con sostanze viscosi o appiccicose.
- Reagisce in modo negativo a contatti fisici inaspettati.
- Sembra preferire tipi specifici di stimolazione tattile.
- Mostra un'intolleranza verso certe sensazioni sulla pelle, come gocce d'acqua o soffi d'aria.
- Evita situazioni in cui potrebbe essere toccato/a da estranei.
- Sembra avere una reazione eccessiva a stimoli tattili leggeri o casuali.



Guida all'Interpretazione dei Risultati

Calcolo del Punteggio

Conta il numero di crocette: Per ogni sezione, conta il numero di affermazioni selezionate.

Punteggio Totale per Sezione: Il punteggio di ogni sezione sarà il numero totale di affermazioni selezionate in quella sezione.

Punteggio Generale: Somma i punteggi di tutte le sezioni per ottenere il punteggio generale.

Interpretazione dei Punteggi

Bassa Sensibilità Sensoriale: Punteggi bassi in molte sezioni possono indicare una bassa sensibilità sensoriale. Questo può significare che l'individuo ha una tolleranza relativamente alta agli stimoli sensoriali.

Moderata Sensibilità Sensoriale: Punteggi moderati suggeriscono una sensibilità sensoriale normale o media. L'individuo può avere alcune sensibilità specifiche, ma in generale gestisce bene gli stimoli sensoriali.

Alta Sensibilità Sensoriale: Punteggi elevati in diverse sezioni indicano una sensibilità sensoriale alta. Questo può suggerire che l'individuo è particolarmente sensibile a stimoli sensoriali specifici e può sperimentare disagio o sovraccarico in certe situazioni.

Considerazioni Specifiche per Sezione

Risposte elevate in sezioni specifiche (es. Sensibilità Tattile, Modulazione Sensoriale): Queste possono indicare aree di sfida particolari per l'individuo. Ad esempio, un punteggio elevato nella sezione "Sensibilità Tattile" può indicare difficoltà nel gestire stimoli tattili.

Note Importanti

Variabilità Individuale: Ogni persona è unica, e le sensibilità sensoriali possono variare notevolmente. Questo questionario fornisce solo un'indicazione generale e non è un sostituto per una valutazione professionale.

Utilizzo dei Risultati: I risultati possono essere usati come punto di partenza per discussioni con professionisti della salute, per lo sviluppo di strategie di coping o per una maggiore consapevolezza personale.

Consigli: Se i risultati indicano sensibilità o sfide significative, può essere utile consultare un terapeuta occupazionale o un altro professionista della salute specializzato nella processazione sensoriale.



Sistema di Punteggio Riformulato per la Processazione Sensoriale

Calcolo del Punteggio

Per Ogni Affermazione Selezionata: Assegna 1 punto.

Punteggio per Sezione: Somma i punti per tutte le affermazioni selezionate in una singola sezione. Il massimo per ogni sezione è 10.

Punteggio Totale: Somma i punteggi di tutte le sezioni. Il punteggio massimo totale è 100 (se sono 10 sezioni).

Interpretazione dei Punteggi per Sezione

0-2 punti: Livello di processazione sensoriale molto basso.

3-5 punti: Livello di processazione sensoriale basso.

6-8 punti: Livello di processazione sensoriale moderato.

9-10 punti: Livello di processazione sensoriale alto.

Punteggio Generale

0-20 punti Totali: Processazione sensoriale complessivamente molto bassa.

21-40 punti Totali: Processazione sensoriale complessivamente bassa.

41-70 punti Totali: Processazione sensoriale complessivamente moderata.

71-100 punti Totali: Processazione sensoriale complessivamente alta.

Considerazioni Aggiuntive

Variazioni Individuali: La processazione sensoriale varia da individuo a individuo. Interpretare i punteggi considerando il contesto personale.

Uso dei Risultati: Questi punteggi possono essere utili per identificare aree di forza e sfida nella processazione sensoriale, utili per discussioni con professionisti.

Consultazione di Esperti: Per un'analisi dettagliata e un supporto mirato, è consigliabile rivolgersi a un professionista qualificato nel campo della processazione sensoriale.

Questo sistema di punteggio fornisce un'indicazione generale della processazione sensoriale dell'individuo e aiuta a identificare aree specifiche che possono necessitare di attenzione o di supporto. Tuttavia, questo è solo un approccio indicativo e non sostituisce una valutazione professionale.



L'interpretazione dei punteggi in un questionario sulla processazione sensoriale può fornire indicazioni su come un individuo percepisce e gestisce gli stimoli sensoriali. Questo può avere un impatto significativo sulla loro vita quotidiana, in particolare sulla capacità di rimanere nella cosiddetta "finestra di tolleranza" sia sensoriale che emotiva. Ecco come i diversi livelli di processazione sensoriale potrebbero influenzare la vita di una persona e le possibili soglie per mantenere l'equilibrio:

Processazione Sensoriale Molto Bassa

Impatto: Gli individui con un livello molto basso di processazione sensoriale potrebbero non notare o reagire adeguatamente agli stimoli sensoriali che altri trovano ovvi o significativi. Questo può portare a sfide nella percezione del pericolo o nella navigazione in ambienti complessi.

Soglie per la Tolleranza: Potrebbe essere utile incrementare la consapevolezza sensoriale attraverso attività mirate o terapie che aumentino la sensibilità agli stimoli sensoriali.

Processazione Sensoriale Bassa

Impatto: Chi ha una processazione sensoriale bassa potrebbe avere difficoltà a distinguere tra stimoli sensoriali simili, il che può influenzare l'apprendimento e l'interazione sociale.

Soglie per la Tolleranza: Attività che incoraggiano la discriminazione e la modulazione sensoriale possono essere utili per ampliare la finestra di tolleranza.

Processazione Sensoriale Moderata

Impatto: Un livello moderato indica una capacità generalmente adeguata di gestire gli stimoli sensoriali. Questi individui possono sperimentare difficoltà in situazioni particolarmente intense o stressanti, ma generalmente si adattano bene.

Soglie per la Tolleranza: Mantenere una routine quotidiana e avere strategie di coping per situazioni sensorialmente impegnative può aiutare a gestire le sfide.

Processazione Sensoriale Alta

Impatto: Chi ha una processazione sensoriale alta può essere rapidamente sopraffatto dagli stimoli sensoriali, portando a stress, ansia o ritiro sociale. Questo può influenzare significativamente la capacità di funzionare in contesti quotidiani.

Soglie per la Tolleranza: È cruciale per queste persone avere ambienti calmi e prevedibili. Tecniche di regolazione sensoriale, come la terapia di integrazione sensoriale, possono essere utili per gestire gli stimoli eccessivi e rimanere nella finestra di tolleranza.

Per ogni individuo, la comprensione della propria processazione sensoriale è un passo fondamentale per sviluppare strategie efficaci di coping e di regolazione. È importante consultare professionisti qualificati per valutazioni dettagliate e per ricevere supporto personalizzato, specialmente se i livelli di processazione sensoriale causano difficoltà significative nella vita quotidiana.

