Консультация для родителей

Тема: *«Как приучать ребенка с аутизмом самостоятельно мыться?»*

Один из наиболее распространенных вопросов от родителей: «Как мне приучить ребенка принимать душ (ванну), самостоятельно намыливаться в душе, запомнить все необходимые шаги, чтобы помыться?»

Облегчить процесс принятия гигиенических процедур ребенком поможет *визуальное расписание* – заламинированный визуальный список шагов, который описывает разные этапы необходимых процедур. Такой список шагов можно составить как из картинок, так и из слов для хорошо читающих детей.

Предлагаем несколько способов:

1. Используйте *мыльные карандаши* - специальные карандаши из мыла, которые легко и быстро смываются, чтобы ребенок вычеркивал тот шаг на ламинированном списке, который он уже сделал.
2. Есть дети, которые очень любят петь, можно придумать специальную песенку для мытья каждой части тела по визуальному списку.

   Также можно включать музыку в ванной, и как только заканчивается песня, ребенок знает, что должен перейти на мытье другой части тела.
3. Можно использовать две водонепроницаемых коробки для туалетных принадлежностей ребенка. Одна коробка будет *«Надо сделать»,* а вторая коробка — *«Уже сделано»*. Задача ребенка использовать данное средство (по назначению), а потом переложить его из первой коробки во вторую. Например, в коробке «Надо сделать» для душа могут лежать мыло, шампунь. Ребенок использует мыло из коробки «Надо сделать» для мытья всех соответствующих частей тела, а потом кладет мыло в коробку «Уже сделано». Далее он использует шампунь.

То же самое можно сделать на полочке над раковиной, наполнив коробки такими предметами, как: зубная щетка, зубная паста, средство для умывания лица, мыло, расческу, дезодорант. После использования одного средства, оно перекладывается в соседнюю коробку, после чего выбирается следующее.

4. Награждайте ребенка сразу после завершения всех шагов, чтобы сформировать у него положительные ассоциации.
5. Перемены трудны для детей с аутизмом. Поэтому всегда надо дополнительно работать над переходом от приема ванны (обычный метод мытья для маленьких детей) к душу (предпочитаемый метод мытья для детей старшего возраста и подростков), поскольку сами они с таким переходом не справятся. Кроме того, если маленький ребенок не принимает ванну ежедневно, то рекомендуем не дожидаться полового созревания (когда в этом действительно возникнет необходимость), а сразу переходить на ежедневное принятие душа. Приучайте ребенка принимать душ каждый день перед сном, либо каждое утро после подъема. Пусть ребенок привыкнет к рутине, которая будет работать всю его жизнь.

Используемая литература:

- Общество помощи аутичным детям "Добро" Аутичный ребенок - проблемы в быту (Методические рекомендации по обучению социально-бытовым навыкам аутичных детей и подростков)

Консультацию подготовил:

социальный педагог Каленцова С.А.