

Консультация для родителей

Тема: «Как научить ребенка с аутизмом самостоятельно одеваться и раздеваться?»

Одна из важнейших задач для родителей, имеющих ребенка с РАС - научить его одеваться и раздеваться без помощи взрослых. Умение самостоятельно обслуживать себя в быту помогает ребенку развиваться, особенно в социальном плане. Поэтому, чем раньше родители помогут освоить навык раздевания и одевания, тем лучше ребенок сможет осваивать другие не менее важные навыки (самостоятельно кушать, убираться в комнате и т.д.).

Детям с РАС трудно освоить данный навык по различным причинам:

- Ребенок чаще всего убегает и его трудно заставить стоять спокойно.
- Ребенку трудны отдельные операции, которые необходимы, чтобы одеться и раздеться (снять футболку, застегнуть молнию и т.д.).
- Ребенок не может запомнить последовательность действий.

Для того чтобы ребенок смог начать обучаться навыку, нужно создать ему определенные условия:

- Продумать распорядок дня, когда он должен переодеваться (после сна, на прогулку и с прогулки, перед сном).
- Организовать место, как для одевания, так и для раздевания (определенная комната и прихожая). Больше не должно быть других мест переодевания, ребенок должен постепенно запоминать и усваивать это правило.
- Одежда ребенка должна быть комфортной и удобной, без кнопок, молний и пуговиц.

Приемы и последовательность обучения ребенка с РАС навыкам раздевания и одевания:

1. Вначале сделайте процесс одевания и раздевания быстрым, чтобы ребенок не успел отвлечься на посторонние предметы.
2. Через некоторое время, когда Вы начали замечать, что ребенок уже не пытается убегать, можно ослабевать контроль над действиями и предоставлять ребенку больше свободы, где будет проявляться его самостоятельность.

3. Далее понаблюдайте за ребенком, какие операции он может выполнять, а какие ему трудно. Не стоит тревожиться по поводу того, что ребенок может сделать что-то не так, надо дать ему проявить самостоятельность, в большинстве случаев ребенок умеет больше, чем казалось бы.
4. После того, как Вы поняли, на что способен ребенок, нужно решить с чего начать обучение. Начинать надо с простых действий: подтягивание штанов, колготок, надеть или снять носки, кофту и т.д.). Постепенно обучение надо усложнять: застегнуть и расстегнуть пуговицы, молнию, вывернуть одежду и т.д.). Например, для того, чтобы научить ребенка застегивать и расстёгивать пуговицы, можно использовать тренажер - ткань с крупными пуговицами и петлями. После успешного обучения на тренажёрах, учите застегивать и расстегивать пуговицы на себе, начинайте с одежды, где есть крупные пуговицы и заканчивайте одеждой, где присутствуют мелкие пуговицы.
5. Научите ребенка надевать куртку с капюшоном в такой последовательности:
 - сначала наденьте на голову ребенка капюшон, куртка при этом свисает сзади;
 - затем обучите ребенка вдевать руки в рукава куртки;
 - когда куртка будет надета, ребенок должен снять капюшон с головы.
6. Не все дети могут запомнить последовательность операций при раздевании и одевании. Это проявляется в том, что ребенок может взять не тот предмет одежды, который нужен прямо сейчас или же снять то, что только что надел. Обучение может происходить так:
 - создать алгоритм в виде схемы операций, которые нужны при одевании и раздевании. Например, алгоритм последовательности одевания летом: носки → футболка → шорты → кепка → туфли;
 - использовать фотографии предметов одежды гардероба ребенка и что нужно ребенку делать с конкретным предметом;
 - постоянная однообразная помощь со стороны взрослого, чтобы у ребенка постепенно вырабатывался навык;
 - если ребенок овладевает навыком раздевания и одевания с помощью алгоритма, то можно уже начать убирать его и понаблюдать за ребенком, что у него получается, что нет, с чем следует помогать, а с чем уже не надо. Далее помогать по необходимости.

Успехов Вам и Вашим детям!

Используемая литература:

Бейкер Б. Л. «Путь к независимости»

