

Домашние обязанности для ребенка с аутизмом

Для детей с РАС обязанности по дому – это способ сформировать или повысить самооценку, и, в конечном итоге, это может сделать ребенка более независимым в будущем. Это также занятия, которые можно разделить с бабушкой и дедушкой, родственниками и друзьями, которые, возможно, не понимают, как им общаться с ребенком с аутизмом. Со временем, ребенок может научиться выполнять некоторые дела полностью самостоятельно, а некоторые дела он всегда будет делить с кем-то из родителей. Ниже перечислены некоторые домашние дела, которые предпочитают мои собственные дети, а также некоторые рекомендации о том, как можно привлечь к ним ребенка с аутизмом или другой инвалидностью.

1. Поливать цветы

Это однозначно самое популярное дело номер один для любого возраста. Кому не понравится лить воду и наблюдать за радостью комнатных цветов? Совет: Для ребенка более старшего возраста или высокофункционального ребенка воткните в каждый горшок палочку от эскимо с цветной линией, обозначающей, сколько воды нужно этому растению. Сделайте лейку из пустой пластиковой бутылки и нанесите на нее различные цветные линии на разных уровнях в соответствии с цветами на палочках.

2. Складывать белье после стирки

Совет: Начинать лучше с маленьких предметов вроде носков или нижнего белья. Иногда проще вовлечь детей, если они складывают поначалу только собственные вещи. Позвольте вашему помощнику самому придумать систему организации сложенных вещей – по размеру, по цвету или по человеку, если вы думаете, что ему это может понравиться.

3. Мытье посуды

Рекомендуется начинать обучение с раскладывания ложек и другой небьющейся посуды по своим местам – за исключением ножей. Сортировка столовых приборов и раскладывание посуды может быть увлекательным занятием, а умение справляться с посудой – это отличный набор навыков для дальнейшей жизни. Освоив ложки и вилки медленно переходите к тарелкам, а когда вы убедитесь, что ничего не бьется, можно и до стеклянной посуды добраться. Главное здесь – добиваться маленьких успехов и постепенно развивать уверенность в себе.

4. Пылесосить

Многие дети, в основном постарше, увлекаются пылесосами. Многим детям в спектре аутизма нравятся машины. К сожалению, нельзя сказать то же самое про шум. Попробуйте определить, может ли ваш ребенок заинтересоваться этим устройством, а потом, для начала, поручите ему пропылесосить маленький участок пола или ковра.

Совет: Чашка пищевой соды, капля эфирного масла, и у вас есть дешевый и безопасный дезодорант для чистки ковра, с помощью которого можно обозначить для ребенка, где именно нужно пылесосить. Некоторым детям сложно понять, ГДЕ нужно пылесосить, но, если посыпать участок натуральным дезодорантом, это служит наглядной подсказкой. Смешайте соду с несколькими каплями эфирных масел, посыпьте ковер смесью с помощью сита, оставьте на ковре на пять минут, и можно приступать к делу! Так проще видеть, где еще надо пропылесосить, и приятнее наблюдать, как с ковра исчезает налет.

5. Заправить кровать

Все дети могут познать радости хорошо заправленной кровати... даже если они просто положили на место подушку. Вы можете использовать визуальную поддержку, показывать сами, как заправлять кровать, или использовать одно из множества видео в Интернете для обучения.

6. Простые действия для приготовления пищи

Степень участия в готовке зависит от ребенка. Некоторых детей можно постепенно научить пользоваться ножом, чтобы чистить картошку или нарезать овощи. Другие могут, например, почистить горох. Неважно, о каком уровне идет речь, большинство детей смогут освоить хотя бы какую-то часть, нужную для приготовления блюда. Более того, вовлечение в процесс приготовления пищи – это отличный способ мотивировать ребенка попробовать еду, от которой он обычно отказывается.

7. Кормление домашнего животного

Проводилось множество исследований о влиянии животных на людей с аутизмом и другими видами инвалидности. Кормление и уход за питомцем – это еще один способ для ребенка с аутизмом установить связь с животным и почувствовать ответственность за него. Если ребенку страшно и некомфортно с животным, то участие в ритуале кормления – это отличный способ наладить отношения, но не подходить слишком близко.

Совет: Используйте отдельную миску, в которой нарисована линия, обозначающая, сколько корма нужно в нее положить. При кормлении собаки убедитесь, что у собаки есть сигнал, после которого она начинает есть, чтобы уменьшить возможный стресс.