

Как обучить детей с ТМН навыкам самообслуживания?

В жизни родителей детей с особыми потребностями несомненно возникает огромное количество вопросов. Один из основных - как научить ребенка хотя бы элементарно обслуживать себя.

Особое внимание хочется обратить на то, что **чем раньше начат процесс обучения**, чем более органично он вписывается в общую картину жизни ребенка, **тем более успешно он пойдет**.

При обучении ребенка какому-либо навыку следует руководствоваться некоторыми **общими правилами**:

- выбирать те виды деятельности, которые ребенок может видеть или слышать,
 - объяснять и разговаривать о том, что делаем,
 - выполнять действия вместе с ребенком,
 - побуждать выполнять самостоятельно.
- Перед тем, как приступить к занятию, нужно очень четко себе представлять **Как ребенок вас понимает?** (понимает ли обращенную речь и достаточно ли ему только словесного инструктирования, нужна ли демонстрация или же совместное действие и т. д.)
 - Обучать ребенка навыкам самообслуживания следует в то время, когда этот навык необходим (есть, одеваться и т. д.)
 - Начинать всегда с того, что легче, причем «легче» в данном случае индивидуально для каждого ребенка.
 - Одновременно эффективно осваивать только один вид деятельности.
 - Занятия должны быть регулярными и ежедневными.
 - Ребенку необходим личный пример родителей, специалистов и других детей. Несмотря на то, что подражательные способности и желание подражать у детей с ТМН, как правило, развиты недостаточно, иногда постоянный пример перед глазами дает удивительные результаты.
 - Очень важное значение имеет **организация места для занятия** - оно должно быть спокойным, с минимальным количеством отвлекающих факторов. Ребенок должен находиться в состоянии общего комфорта - быть чистым, не голодным, с положительным настроением.
 - Двигаться на занятиях следует от простого к сложному, учитывая и личный интерес конкретного ребенка.
 - Обязательно должна происходить смена видов деятельности.
 - Поощрение для каждого ребенка выбирается индивидуально. Это может быть пищевое подкрепление, игрушка, любимый вид деятельности, эмоция.

Выбирать следует то поощрение, которое ребенок хорошо понимает и интерпретирует.

- Вид и размер поощрения должен зависеть от размера действия.
- То, что ребенок может сделать без помощи, следует побуждать выполнять самостоятельно.

▫ **При обучении какому-либо виду деятельности необходимо:**

- Подумать о том, как именно ребенок должен выполнить данный вид деятельности.
- Объяснить эту деятельность ребенку.
- Когда вы помогаете ребенку в каком-либо виде деятельности, скажите ему, чтобы он делал самостоятельно столько, сколько может.
- Всякий раз, когда ребенок заканчивает делать что-то вместе с вами - поощрите его.
- Выполняйте этот вид деятельности вместе с ребенком одним и тем же способом всякий раз, когда ребенку нужно выполнить эту деятельность.
- По мере того, как ребенок учится выполнять все большую часть данной деятельности, предоставляйте ему все меньше помощи и указаний.
- Продолжайте обучать ребенка этим способом до тех пор, пока он не научится полностью выполнять данный вид деятельности без посторонней помощи.

Намечая цель, следует принимать во внимание:

- Что вы в данный момент делаете за ребенка?
 - Определить действия по самообслуживанию, которые делаются за ребенка и которым ребенка хочется обучить.
 - Определить, что ребенок уже умеет и к чему может быть готов.
 - Разбить процесс на отдельные шаги.
- В обучении ребенка должна присутствовать **постепенность и логичность**.

▫ **Инструкции даются ребенку по общим правилам:**

1. Словесные инструкции должны произноситься медленно, только в тот момент, когда ребенок обращает на вас свое внимание.
2. Указание должно быть простое (не более 1-2 слов или предложений в зависимости от того, как ребенок понимает обращенную речь).
3. В указании должны использоваться только те слова, которые ребенок хорошо понимает.
4. Необходимо моделирование - демонстрация, которая производится медленно, с надлежащим преувеличением.

5. Часто требуется физическое руководство - проведение действия вместе с ребенком.

Зачастую на начальном этапе ребенок - пассивный участник процесса обучения, потом - все более и более активный.

▫ Фундаментом для овладения навыками самообслуживания являются подготовительные навыки - браться, сидеть, стоять, выполнять простые инструкции, зрительно-моторная координация.

▫ **Концентрация внимания развивается с помощью следующих действий:**

- Взрослый стоит с ребенком.
- Лицо взрослого находится на уровне лица ребенка.
- Взрослый зовет ребенка по имени.
- Взрослый устанавливает зрительный контакт.
- Взрослый подбирает слова.
- Взрослый использует постоянные слова.
- Взрослый использует постоянные жесты

Навыки, связанные с умением концентрировать внимание:

- Ребенок смотрит, когда его зовут.
- Ребенок подходит, когда его зовут.
- Ребенок узнает предметы.
- Ребенок выполняет простые указания.
- Ребенок имитирует.

▫ При переходе к обучению навыкам самообслуживания необходимо очень четко определить **Чему учить?**

▫ Для этого проводится оценка текущего состояния навыков, имеющихся у ребенка, и выбор навыка, над которым будет вестись работа, причем навык должен быть таким, который ребенок готов освоить.

▫ Далее выбранный навык разделяется на *шаги* и это деление происходит индивидуально для каждого ребенка, в зависимости от его общего состояния количество и наполнение каждого шага будет для него своим.

▫ Очень хорошо работает при пошаговом обучении прием **инверсии**, которая предполагает, что процесс обучения начинается с момента, близкого к завершению работы.

Например:

Мытье рук разбивается на следующие шаги:

- включить воду
- намылить руки
- сполоснуть руки

- выключить воду

Первые три шага производит вместе с ребенком взрослый, четвертый шаг, по предварительно отработанному сигналу, производит ребенок. При каждом повторном мытье рук, взрослому предстоит делать за ребенка чуть меньше.

Это позволяет ребенку «выигрывать» каждый раз, всегда приходить к финишу, дает положительный настрой и важное ощущение «победы».

Таким образом, мы видим, что обучение ребенка с особыми потребностями навыкам самообслуживания столь же возможно, как и обучение тем же навыкам нормально развивающегося малыша, но **в этом процессе необходимо чуть больше терпения, последовательности и постоянства.** Своевременное начало обучения, побуждение, поощрение, комфортные условия занятий помогут сделать процесс освоения каждого нового навыка радостным и успешным и для ребенка, и для родителей. Маленькие победы каждый день приведут к существенному облегчению дальнейшей жизни как человека с ограниченными возможностями, так и его родителей, дадут ребенку и его семье значительно большую степень свободы и существенно упростят его дальнейшее обучение и социализацию.