

Эрготерапевт использует в своей работе следующие приемы, которые помогают детям научиться навыкам заботы о себе:

1. Метод сенсорной интеграции, который помогает научить ребенка понимать сигналы своего тела, сообщать о своих потребностях;
2. Алгоритмы, помогающие понять, с чего начинается и чем заканчивается весь ход любой рутины;
3. Поэтапное освоение небольших шагов, из которых потом складывается весь сложный ход рутины;
4. Изменение и адаптация предметов окружающей среды и личного пользования, чтобы облегчить процесс заботы о себе;
5. Работа с семьей ребенка, чтобы обеспечить комплексный развивающий подход к освоению ребенком новых и важных для него навыков.



По заказу
Министерства образования и молодежной политики
Свердловской области

Координатор
предоставления услуг ранней
помощи в системе образования
по Свердловской области:

ГБУ СО «ЦППМСП «Ресурс»

г. Екатеринбург, ул. Машинная, 31
тел. (343) 221-01-57

центр-ресурс.рф



Эрготерапия
Обучение навыкам
опрятности

Эрготерапевт учит ребенка

понимать потребности своего организма, пользоваться туалетом, одеваться и раздеваться самостоятельно, соблюдать порядок в своих вещах и помогать в бытовых делах по дому.

Умение пользоваться туалетом или ходить на горшок

Обычной частью жизни любого человека является умение заботиться о себе, в том числе ходить в туалет и быть опрятным.

Обычно родители начинают приучать своего ребенка ходить на горшок с 1,5–2 лет, и справляются за пару месяцев с задачей. Даже если и возникают трудности в этом процессе, то они решаются небольшими усилиями со стороны родителей. В таком случае достаточно помочь ребенку наладить режим, научить распознавать сигналы своего тела и просто тренировать регулярно новые навыки.

Если же у ребенка задерживается развитие, то именно навык ходить на горшок перестает быть таким важным, родители закрывают глаза на несамостоятельность ребенка, полностью выигрывая за него все действия.

Родители в этом случае ждут того, что развивающие занятия помогут справиться с задержкой развития умственного или речевого развития, думая, что это даст ребенку ресурсы так же легко и просто освоить горшок, как это происходит у остальных детей.

Важно!

К сожалению, сам по себе ребенок не научится навыкам опрятности. Часто у него нет регулярного образа, как ходить в туалет — ни один из взрослых не пользуется детским горшком.

Также, известно, что у детей часто есть трудности с тем, чтобы применять новые навыки в разных ситуациях (генерализировать их), а также запоминать порядок действий.

Порой это настолько сложно для ребенка, что ему и родителям нужна специальная помощь, чтобы начать пользоваться горшком.

Специалисты рекомендуют родителям не закрывать глаза на эту часть жизни и уделять ей достаточно внимания. В практике бывали такие случаи, когда родители ждали до восьми, десяти или даже двенадцати лет их ребенка, но все равно не могли самостоятельно изменить ситуацию.

Умение самостоятельно одеваться и раздеваться

Так же, как и ходить на горшок, ребенок в раннем возрасте научается одеваться и раздеваться самостоятельно. К трем годам ребенок умеет снять с себя все, кроме обуви, которую надо шнуровать. Трусики, носочки, маечку, штанишки, футболку, тапочки, шапочку, куртку — как много приходится каждый день делать ребенку, и не один раз.

У ребенка с двигательными нарушениями часто затруднено большое количество движений и ему не удается одеваться привычными для остальных способами.

У детей с задержкой развития могут быть трудности с понимаем, как надевать или снимать с себя одежду, а также, когда и что носить.

У детей с нарушением чувствительности могут быть трудности с ношением какой-либо одежды, и соответственно, такой ребенок никогда не будет сам учиться ее надевать.

Работа эрготерапевта

будет заключаться в том, чтобы найти для каждого ребенка его собственные стратегии, способы, вспомогательные приспособления, которые помогут одеваться и раздеваться.

Например, особым способом надевать куртку, используя обе руки одновременно, подобрать обувь с простыми застежками-липучками; использовать приспособление для носков и колготок, позволяющее надевать их без рук, не наклоняясь вниз; использовать специальное приспособление, помогающее одной рукой застегивать пуговицы; подобрать одежду из того материала, который ребенок сможет носить и так далее.

Умение соблюдать порядок в своих вещах и помогать в бытовых делах по дому

Место, где живет человек, нуждается в порядке, организации и структуре. Особенно маленькому ребенку нужна постоянная и понятная ему среда, он сможет гораздо легче ей управлять и чувствовать себя в ней уверенно.

Такое постоянство дает ему возможность проявлять большую самостоятельность в своей жизни. Например, если ребенок знает, где лежат все его игрушки, он сможет их найти и поиграть в них без помощи взрослого, или если он знает, где лежит его одежда, он найдет себе нужную футболку или штанишки без помощи взрослого; а также если он знает, что ждет его ближайшее время, потому что в семье есть режим дня, то он будет готов к перемене событий в течение дня и будет готов к ним.

Эрготерапевт помогает навести порядок в вещах и в режиме дня, использовать те вспомогательные средства, которые помогут ребенку ориентироваться в своем доме и событиях, происходящих вокруг него.

Это может быть визуальное и предметное расписание, помощники-картинки, обозначенные, где какой предмет лежит, а также в каком порядке.

