

ОПРЯТНОСТЬ

Всех детей с отклонениями в развитии независимо от тяжести их состояния следует обучать навыкам опрятности. Но это потребует очень большого терпения и настойчивости. Развитие навыков опрятности у детей с отклонениями в развитии обычно представляет определенные трудности, что связано как со спецификой их заболевания, так нередко и с ошибками воспитания. Многие родители, чрезмерно беспокоясь о будущем своего ребенка, начинают слишком рано прививать ему навыки опрятности, другие, напротив, жалея ребенка, не уделяют этому вопросу в первые годы жизни никакого внимания. В обоих случаях формирование навыков затрудняется.

Чтобы избежать этих ошибок, родителям полезно знать особенности развития навыков опрятности у здорового ребенка; до года у ребенка, как правило, не устанавливается связь между предметом и его назначением (за исключением отдельных редких случаев), почему и не следует стремиться прививать в этом возрасте привычку пользоваться горшком. Эта связь у большинства детей появляется на втором году жизни. Однако на этом возрастном этапе доминирующей формой деятельности является двигательная, и ребенок обычно так бывает ею увлечен, в частности освоением ходьбы, что часто забывает о контроле над функцией мочевого пузыря. Только постепенно, с возрастом этот контроль начинает закрепляться. В 2 года большинство детей имеют частично сформированные навыки опрятности, однако в этом возрасте ребенок может чувствовать беспокойство при пользовании горшком, по нескольку раз вскакивая с него. И только постепенно к 3-3,5 годам навык опрятности становится более прочным.

Родители должны помнить, что процесс воспитания навыков опрятности длительный и у здорового ребенка он легко может быть разрушен при изменении привычной обстановки, под влиянием эмоциональных переживаний, болезни и т.д.

Очень часто родители считают, что им удалось сформировать навык опрятности, как вдруг оказывается, что он утрачен. Эти срывы навыка в период его формирования характерны и для здорового ребенка, тем более они закономерны для ребенка с отклонениями в развитии.

Очень важно, чтобы родители хвалили ребенка, когда он проявил навык опрятности, и совсем не ругали, если этого не случилось. Даже умственно отсталый ребенок чувствует, что он сделал плохо, поэтому грубость родителей вызывает у него беспокойство, не помогает укреплению навыка, а, наоборот, разрушает его за счет эмоционального стресса.

Для воспитания навыка опрятности важно, чтобы родители предлагали ребенку горшок в строго определенные интервалы времени. Важно развивать у

ребенка желание обрадовать родителей, ибо понять, почему надо пользоваться горшком, ему пока трудно.

При воспитании навыка опрятности родители должны учитывать следующие моменты, связанные со спецификой аномального развития: находясь на горшке, ребенок не должен испытывать страха. Чтобы чувствовать себя спокойно, ему надо быть рядом с взрослым; нельзя давать ему игрушки, так как внимание переключается на них; для многих детей трудно удержаться в позе сидения и расслабиться в этой позе для натуживания и опорожнения кишечника.

Последнее значительно затрудняет развитие навыков опрятности у многих детей с отклонениями в развитии. Тут могут быть полезны следующие советы. Если это маленький ребенок, матери можно ставить горшок себе на колени; это позволит поддерживать ноги ребенка в положении отведения, контролировать положение его головы и помогать ему сохранять равновесие. С помощью матери ребенку легче расслабиться. Иногда оказывается полезным применение небольшого куска пористой резины, использованной таким образом, чтобы она находилась вокруг краев горшка и обеспечивала бы более устойчивое и удобное положение ребенка, полезно также использование специальных стульчиков, за перекладины которых ребенок может удерживаться.

Важно подчеркнуть, что мальчики для их правильного психосексуального развития с самого начала воспитания навыка опрятности должны мочиться стоя. Для детей с двигательными нарушениями можно использовать специальный горшок с подъемными сторонами, держась за которые ребенок чувствует себя более устойчиво и преодолевает страх падения, или с этой целью можно укрепить перекладину.

Если у ребенка недостаточно развита реакция равновесия и функция сидения, то горшок можно поместить в деревянный ящик или в основание треугольного стула или табуретки, чтобы ребенок мог держаться за края этого приспособления.

Надо стремиться к тому, чтобы малыш с первых лет жизни учился сам доставать горшок, более старший - самостоятельно пользоваться горшком. Задача родителей - обеспечить возможность выполнения этих функций самим ребенком. Туалетную бумагу располагают на доступной для него высоте. Одежда ребенка должна быть такой, чтобы он мог снять ее самостоятельно.

На первой стадии развития навыка, когда ребенок, используя для этого различные способы, начинает сообщать окружающим о своих нуждах, взрослые должны быть максимально внимательны к этим сигналам - жестам, мимике, речи, выражению взгляда, голоса.

На следующем этапе, когда ребенок сам начинает доставать горшок и снимать одежду, важно создать условия для полной его независимости в этих действиях, о чем уже говорилось выше.

Для того чтобы облегчить формирование навыков опрятности у ребенка, вам следует прежде всего поить и кормить его в одно и то же время. И в соответствии с этим высаживать на горшок. Вначале сажайте малыша на горшок достаточно часто (например, через каждый час), но не оставляйте на горшке долго (не более 5-6 минут).

Еще раз обращаем внимание на то, что при тренировке навыков опрятности следует быть максимально терпеливыми и последовательными в своих действиях. Не следует думать, что только у вашего ребенка возникают большие трудности в приобретении этих навыков. Во всех случаях важно понять причину трудностей, испытываемых ребенком, и направить все усилия на ее преодоление.

Если же, несмотря на все старания родителей, навык опрятности не формируется к 4 годам или же если навык сформировался, а потом под влиянием каких-либо неблагоприятных воздействий был утрачен, вам необходимо обратиться к врачу.

У многих детей с отклонениями в развитии, у которых удалось сформировать навыки опрятности в дневное время, ночью во время сна может наблюдаться неосознанное упускание мочи - энурез. Ночной энурез у детей с отклонениями в развитии часто связан с нарушениями механизмов сна. Поэтому одним из важнейших режимных моментов в этих случаях следует считать строгую организацию режима сна ребенка. Необходимо создать благоприятные условия для отхода ко сну, исключив за 2 часа до сна различные эмоционально возбуждающие воздействия (подвижные игры, просмотры телепередач и т. д.), спать ребенок должен на полужесткой кровати со слегка приподнятым ее ножным концом, в теплой комнате. Важным является соблюдение определенного пищевого и питьевого режима с ограничением во второй половине дня продуктов, содержащих большое количество жидкости. Питьевой режим предусматривает исключение всякого питья за 4-5 часов до сна. Если этих режимных моментов оказывается недостаточно, вам следует обязательно посоветоваться с врачом-психоневрологом