

САМООБСЛУЖИВАНИЕ

Привить ребенку навыки самообслуживания - значит, научить его есть, умываться, одеваться и раздеваться, по возможности пользоваться расческой, мылом, зубной щеткой, туалетной бумагой.

Существуют специальные способы обучения ребенка самостоятельному приему пищи. Прежде всего, кормите его чайной или десертной ложкой. При этом лучше используйте кашеобразные блюда. Содержимое первой ложки попадает в рот ребенку при полной его безучастности. Со второй ложкой следует дождаться того момента, когда ребенок верхними зубами и верхней губой захватывает пищу. Так малыш постепенно приучится брать пищу активными движениями губ. Не сразу, медленно и дозированно, задерживая ложку во рту ребенка, вы научите его такому сложному движению, как отхлебывание.

Со временем движения губ и головы ребенка при кормлении станут активнее: достаточно только поднести ложку ко рту. В ответ на касание ложкой губ малыш наклоняет головку вперед, раскрывает рот и отхлебывает пищу.

Обучая ребенка пользоваться ложкой, вы первоначально управляете его рукой. По мере взросления дети приучаются есть самостоятельно, но многие делают это торопливо и неаккуратно. В таких случаях поступайте следующим образом: не давайте всю порцию еды сразу, а кладите ее на тарелку частями, по мере надобности. Ребенок, быстро справившись с первой порцией, вынужден некоторое время ждать, пока вы дадите вторую, третью и т. д. Тем самым он невольно привыкнет есть медленнее.

Научить ребенка самостоятельно умываться - непросто, это длительный процесс, состоящий из многих этапов. Прежде всего, пусть малыш привыкнет к воде, сначала теплой, а затем холодной. Чтобы подобная привычка возникла и закрепилась, само действие желательно обратить в игру: вы вместе с ребенком купаете куклу, пускаете лодочку, достаете со дна тазика затонувшие предметы и т. п. Настает очередь следующего этапа. Поиграйте с ним в как бы умывание: потрите сухие руки одна об другую, сложите ладони так, как это делается при умывании. Держа руки ребенка в своих, вы потираете его ладошки друг о друга, проводите ими по лицу малыша. Теплая вода, спокойный темп водной процедуры, поощрение каждого самостоятельного движения непременно сделают умывание приятной для него процедурой. Во время умывания (как, впрочем, и в других случаях) обязательно разговаривайте с ним. Показывайте, называйте части тела, предметы туалета и просите ребенка повторить за вами.

Серьезная проблема для ребенка - научиться самостоятельно одеваться. Конечно, вам гораздо проще сделать это самим, чем многократно показывать

одни и те же действия, не видя при этом никакого результата. Тем не менее, будьте терпеливы, систематически проводите эту работу, не меняйте порядок ее выполнения. Вначале, поощряя малейшее самостоятельное движение ребенка, помогайте ему правильно держать ногу, чтобы надеть колготки, поднять руки, когда с него снимают кофточку, вместе с ним снимайте заранее расшнурованные ботинки. Таким образом, действие формируется совместное. Это важнейший этап первоначального обучения. Позднее, по мере овладения элементарными умениями, ребенок будет выполнять многие действия самостоятельно.

Чтобы научить детей застегивать и расстегивать пуговицы, шнуровать ботинки, необходима длительная тренировка. Советуем вам изготовить специальные пособия. На жилете с пуговицами и петлями различной величины покажите ребенку, как застегивать пуговицы, начиная с крупных и постепенно переходя к более мелким. Для тренировки в шнуровании ботинок используйте досочку, в которой сделайте два вертикальных ряда отверстий. На этом пособии, сделанном более крупно, чем соответствующая часть ботинка, научите ребенка шнуровать и завязывать шнурки. Все операции (вдевание шнурка, шнуровка и завязывание) проводите поэтапно, а затем объединяйте, после чего можно перейти и к настоящим ботинкам.

Внимательно наблюдайте за активностью ребенка, словами, жестами поощряйте любую его попытку самостоятельно выполнить то движение, которому обучаете, иначе вы можете погасить те слабые проблески инициативы, которые затем грозят смениться полной пассивностью. Если ребенок научился надевать и снимать одежду, складывать и убирать ее в определенное место, значит, вы воспитали у него привычку к аккуратности и сформировали некоторые положительные навыки поведения.

Очень часто приходится наблюдать, как родители, считая своего больного ребенка заведомо неспособным выполнять даже самую элементарную домашнюю работу, тем самым ставят его в полную зависимость от окружающих, приучают к иждивенчеству. Это глубоко ошибочная точка зрения. Дети, страдающие нарушениями интеллекта, способны выполнять простейшие виды домашних дел. Например, они могут вытирать пыль, убирать со стола и мыть посуду, поливать из детской лейки цветы и т. п. Периодически меняйте эти обязанности, чтобы поддерживать интерес к ним и развивать способность переключаться с одного вида деятельности на другой.

Выработать у ребенка, какие бы то ни было трудовые навыки можно, только многократно показывая все операции. Объясняйте ребенку задания простыми, привычными для него словами и выражениями. Если малыш не справляется, не настаивайте на своем. Предложите ему выполнять более легкие

действия с предметами, но в дальнейшем обязательно вернитесь к заданию, которое ранее оказалось для него трудным.

При обучении аномальных детей используйте такую характерную для них черту, как склонность к подражанию. Повторяя за взрослым те или иные действия, ребенок через некоторое (порой весьма продолжительное) время сам в состоянии справиться с заданием, но вам следует обязательно контролировать все его действия. Всячески поощряйте стремление ребенка правильно выполнять работу. Не упускайте из виду ни крупницы положительного отношения ребенка к заданию: даже небольшие, подчас малозаметные успехи должны быть вами отмечены.

Как только ваш ребенок достигнет определенных результатов (сможет самостоятельно есть, надевать колготки), он станет отказываться от вашей помощи. Очень быстро вы убедитесь в том, что сформировавшийся навык выполнения определенного задания быстро упрочивается и совершенствуется. Но иногда ни с того ни с сего малыш начинает капризничать. Например, не хочет самостоятельно одеваться, протягивает одежду вам. В этом случае не спешите выполнять любую прихоть вашего малыша, вначале проанализируйте, не было ли допущено с вашей стороны какой-нибудь ошибки. Как правило, выясняется, что мать продолжала помогать, например, надевать сыну рубашку, хотя он умел это делать сам. Иногда ребенок протестует без каких-либо видимых причин. Это происходит, если его чрезмерно опекают. Он отказывается мыть руки, одеваться, убирать на место игрушки. Малыш как бы проверяет, не станут ли взрослые опять его обслуживать. В подобных случаях будьте настойчивы, иначе вы можете потерять темп в обучении и развитии вашего ребенка.

Вы замечаете, что малыш не может выполнять какие-то действия с предметами. Не отчаивайтесь, старайтесь разделить занятия на несколько этапов. В начале обучения вам придется все делать самим. Со временем ребенок станет активнее и сможет выполнять простейшие операции самостоятельно. Далее одни действия выполняете вы, другие - ребенок, а некоторые - вы вместе с малышом. В начале обучения активность ребенка минимальна, но главное - он не бездействует, а становится все самостоятельнее. Поощряйте любой порыв сына или дочери, стройте занятия так, чтобы постепенно его (ее) активность увеличивалась.

Каждый раз ставьте перед ребенком не слишком трудную, но и не чересчур легкую задачу. От выполнения сложного задания ребенок откажется, а если задача слишком легка для него, он не обучится ничему новому.

Помните, что вы должны научить ребенка элементарным санитарно-гигиеническим и бытовым навыкам. Для этого вам потребуется немало времени

и сил. Ваш правильный подход к ребенку - не безграничная опека, а постоянная доброжелательная требовательность - поможет достичь определенных результатов в воспитании сына или дочери. Малыш может быть опрятен, хорошо воспитан, в определенной мере самостоятелен в быту.