

- ❖ *Создайте физическую поддержку для ребёнка, который боится упасть с унитаза. Используйте скамеечку, чтобы он мог устойчиво поставить на нее ноги. Это поможет создать у него ощущение безопасности.*
- ❖ *Наклейте на стену полоску скотча, чтобы визуально обозначить длину куска туалетной бумаги, который нужно использовать. Установите правило, что от рулона можно отрывать только пять фрагментов за один раз.*
- ❖ *Проявите терпение и понимание. Не кричите на ребёнка и не наказывайте его, если «туалетные неприятности» происходят часто. Не забывайте, что любой человек хочет добиться успеха.*
- ❖ *Почитайте вместе с ребёнком книгу о том, как научиться пользоваться туалетом. Не забывайте, что каждый ребёнок развивается в своем индивидуальном темпе.*



*По материалам Косински К.
«Эрготерапия для детей с аутизмом...»*



Государственное автономное учреждение Иркутской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

Приемы формирования навыков опрятности у детей с РАС

Информационный буклет

Наш адрес:
664022, г. Иркутск, Пискунова 42
Т. 8(3952)700-940
сайт: www.cpmss-irk.ru
E-mail: gbabyhelp@bk.ru
<https://vk.com/public183768857>

Иркутск, 2022

Специалисты, работающие с детьми с расстройством аутистического спектра (РАС) отмечают, что **чем лучше у ребенка развиты навыки самообслуживания, тем выше шанс, что он будет успешным в различных жизненных ситуациях.**

Чрезмерная продолжительная забота родителей может спровоцировать замедление развития и ухудшить навыки самообслуживания у ребенка.

Дети с РАС как правило имеют трудности с обработкой сенсорной информации, нередко отличаются повышенной или пониженной чувствительностью к раздражителям. Именно поэтому они стараются защитить себя от всего, что так или иначе ассоциируется у них с опасностью. Если предыдущие попытки приучения к горшку ассоциируются у ребёнка с чем-то неприятным и угрожающим, он будет избегать повторения такой ситуации в будущем. Чтобы у ребёнка появилось и сохранялось желание овладеть туалетными навыками, **необходимо создать в доме обстановку, в которой малыш будет чувствовать себя комфортно и безопасно.** К примеру, в небольшом туалете, где находится только унитаз, ребёнок будет чувствовать себя спокойнее и меньше отвлекаться от процесса, чем в большом совмещённом санузле.

Вот некоторые приемы, которые могут помочь в формировании навыков опрятности у детей с РАС:

- ❖ **Составьте наглядное расписание посещений туалета.**
- ❖ **Купите игрушки, которые вы будете выдавать ребёнку для игры только в то время, когда он сидит на горшке.**
- ❖ **Некоторые дети чувствуют себя увереннее, если сидят на унитазе «наоборот», лицом к сливному бачку.**
- ❖ **Пользуйтесь одним и тем же туалетом, если это возможно. Не забывайте, что для ребёнка важно ощущение предсказуемости в повседневной жизни.**
- ❖ **Используйте визуальный таймер или специальную таблицу достижений, чтобы ребёнок видел наглядно, когда задача выполнена.**
- ❖ **Старайтесь в период обучения не водить ребёнка в туалеты в общественных местах, где он может испугаться громких звуков, неприятных запахов или шума, который издаёт сушилка для рук.**

- ❖ **Купите специальную коробку с подарками для ребёнка, который начинает осваивать туалетные навыки. В нее можно положить детские влажные салфетки, книжки для приучения к туалету, поощрительные стикеры и таблицу достижений.**
- ❖ **Дайте ребёнку возможность посидеть в туалете не снимая одежды, чтобы он чувствовал себя более комфортно.**
- ❖ **Купите мягкое сиденье для унитаза. На таком сиденье ребёнку будет удобнее, кроме того, это поможет избежать ощущения холодного прикосновения к коже, которое возникает, когда садишься на обычное сиденье.**
- ❖ **Измените подгузники, сделав разрез в нижней части. Сначала сделайте небольшое отверстие, затем сделайте разрез на 1/4, после этого — на 1/2 и т. д.**

