

Многих детей с расстройствами аутистического спектра (РАС) бывает сложно обучить навыку использования туалета. Существуют множество различных подходов к обучению. Метод, оказавшийся полезным и подходящим в случае одного ребенка, может оказаться неэффективным в случае другого. Для усвоения навыков самостоятельного пользования туалетом любому ребенку требуется время. Родителям стоит набраться терпения, проявить изобретательность и проделать большую подготовительную работу для того, чтобы привить навыки личной гигиены своему ребенку.

Ниже приведены общие рекомендации, которые помогут родителям в обучении ребенка с РАС пользованию туалетом.

1. Понаблюдайте в течение трех «типичных» дней за тем, как ребенок справляет свою нужду. Чтобы правильно внести походы в туалет в распорядок дня, отследите, как много времени проходит с того момента, как ребенок пьет или ест, до того момента, когда он мочится (данные записывайте в дневник). Проверяйте его подгузники (например, каждые 30 минут), это поможет вам запланировать, в какое время лучше водить его в туалет.

Важно! Не стоит чересчур усердствовать, и усаживать ребенка на унитаз через 5-10 минут после того, как он попил или поел - этим можно усугубить положение, и усилить неприязнь к туалету. Очень важно определить натуральные параметры реакции

(частоту мочеиспусканий), исходя из индивидуальных особенностей ребенка.

2. Подумайте о сенсорных потребностях вашего ребенка

1. Потребность в однообразии, сходстве. Многие дети с РАС вырабатывают свои собственные, привычные процедуры мочеиспускания и дефекации. Изучение новых способов может стать для них проблемой.

2. Сигналы тела. Некоторые дети с аутизмом не всегда понимают, что им уже нужно сходить в туалет, или что их штаны намочили или запацкались.

3. Страхи. Некоторые из них боятся сидеть на унитазах или пугаются звука смывания туалета. Приучение к туалету при помощи наглядного расписания и превращение этого в часть привычной рутинной процедуры может несколько снизить этот страх.

4. Речь. Как правило, дети с аутизмом испытывают трудности с пониманием и использованием речи. Не ждите, что ребенок с аутизмом попросит вас отвести его в туалет.



3. Подготовьте побольше нижнего белья для смены. На время приучения детей к использованию туалета очень важно, чтобы они носили обычное нижнее белье в течение дня, так как им необходимо чувствовать, когда оно намокает.

Некоторые родители пытаются приучить ребенка к горшку, но при этом ребенок по-прежнему продолжает носить подгузники.

Для детей с аутизмом характерны сложности с восприятием и пониманием социальных последствий. Ребенку трудно понять в чем разница между «пописать в горшок» или «пописать в подгузник».

Для того, чтобы процесс приучения к горшку был эффективным, следует отказаться от ношения подгузника (можно использовать подгузник только во время сна)

Важно! Некоторые родители предполагают, что процесс отучения от подгузников - это своего рода проба. "Попробуем... Если получится, то хорошо, а если не получится, то вернем подгузник". Это приводит к тому, что родители быстро "сдаются". 2-3 дня попыток, кучи мокрых штанов, и усталость приводят к тому, что подгузник возвращается.

Чем дольше ребенок писает в подгузник, тем больше данное поведение закрепляется, тем больше времени уйдет на обучение.

4. Используйте поощрения. Поощряйте ребенка за проделанную им работу. Необходимо подобрать несколько самых мотивационных (особенных) поощрений и предоставлять их ребенку сразу после того, как у него получится пописать на горшок

или в унитаз. Чем быстрее вы поощряете поведение, тем больше вероятность того, что это поведение в будущем повторится.

Важно! Некоторые родители пытаются научить ребенка пользоваться горшком с помощью наказаний за мокрые штаны.

Чаще всего данные действия не только неэффективны и нездоровы, но и тормозят процесс приучения к горшку, приводят к тому, что ребенок начинает избегать всего, что связано с туалетом.

5. Убедитесь в том, что походы в туалет не причиняют ребенку дискомфорта. Ребенок должен чувствовать себя комфортно, сидя на унитазе или горшке. Необходимо подобрать удобный горшок или детское сидение на унитаз и т.д.

Важно! Некоторые дети с аутистическими расстройствами не понимают назначения горшка или унитаза, и могут даже бояться его. Применение силы для того, чтобы посадить ребенка на горшок, может еще больше напугать ребенка, и ребенок начнет зажиматься, слишком долго терпеть и избегать туалета.

Можно начать с того, чтобы попросить ребенка сесть на горшок, даже в одежде, поощрить за то, что сидит и позволить встать с горшка. Таким образом тренировать до тех пор, пока ребенок не научится спокойно сидеть на горшке. На следующем этапе можно будет учить его сидеть на горшке уже без штанов, а на следующем - писать в горшок.

Чтобы научить ребенка навыкам повседневной жизни нужно время и много терпения.

Удачи в начинаниях!!!



Использован материал сайта «Аутизм/АВА-терапия» Юлии Эрц
Ссылка - <http://autism-aba.blogspot.com/search/label/Самопомощь>

Подготовлено:

Некоммерческим партнерством детских психологов и коррекционных педагогов по оказанию профессиональной помощи детям с особенностями развития «Содействие»

Тула, ул. Тургеневская, 50, оф.416.

Тел 8-915-78-44-000 http://www.sodeystvie_np

E-mail: sodeystvie_np@mail.ru

совместно с Муниципальным учреждением дополнительного образования «Центр психолого-педагогического и социального сопровождения» г.Тула, отделение лечебной педагогики, Тула, ул. Демидовская, 70, корп.2.
Тел. 8-4872-47-31-49

Составитель: психолог О.И.Сенченкова



ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ



Ранняя помощь
детям и семьям

**Некоммерческое партнерство
детских психологов и коррекционных педагогов
по оказанию профессиональной помощи
детям с особенностями развития
«Содействие»**

**ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ С
АУТИСТИЧЕСКИМИ РАССТРОЙСТВАМИ
ПОЛЬЗОВАНИЮ ТУАЛЕТОМ**



Тула, 2018