МКДОУ № 15
«Радуга»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШЕЛЕХОВСКОГО РАЙОНА
«ДЕТСКИЙ САД №15 «РАДУГА

«Воспитание социально-бытовых и культурно-гигиенических навыков у детей с расстройствами аутистического спектра»

Подготовили:

Зимина Г.Б., воспитатель

Вершинина М.В., учитель-логопед

Цель: **Формирование культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей с ОВЗ через различные формы организации режимных моментов.**

Задачи:

- **Формировать и совершенствовать социально-бытовые умения и навыки у детей с РАС.**
- **Прививать навыки культуры поведения, формировать правильное поведение.**
- **Развивать моторные навыки, необходимые для самообслуживания.**
- **Формировать коммуникативные навыки, необходимые для социально-бытовой адаптации.**

Расстройство аутистического спектра (РАС) – это нарушение нервного развития, характеризующееся проблемами социального взаимодействия, двигательными и поведенческими стереотипами.

Принципы работы с детьми РАС

- Четкий план действий взрослого.
- Положительная мотивация.
- Наблюдение за реакцией ребенка на стимулы.
- Объяснение ребенку смысла всех выполненных им действий.
- Закрепление приобретенных навыков.
- Поощрение ребенка за успешное выполнение действий.

Основные навыки и проблемы использования туалета:

- Навык понимания необходимости использовать туалет / унитаз / горшок (соблюдать социальные нормы и правила, считывать и распознавать сигналы своего тела).
- Навык сидения на унитазе (умение управлять мышцами таза, удерживать тело в положении сидя).
- Навыки раздевания / одевания (достаточный уровень развития крупной и мелкой моторики, координации рук – тела - глаз, умение справляться со сложной конструкцией одежды).
- Навыки речи (понимание речи, использование речи, умение пользоваться навыками альтернативной коммуникации при отсутствии речи).
- Навыки пользования туалетной бумаги (достаточный уровень развития крупной и мелкой моторики, адекватная сенсорная чувствительность).
- Навыки санитарии и гигиены (умение смывать за собой в унитазе, мыть руки после туалета, достаточный уровень развития крупной и мелкой моторики, координации рук – тела - глаз).

Основные проблемы самостоятельного использования туалета детьми с аутизмом и РАС, с которыми сталкиваются родители и педагоги:

Энурез - стойкое непроизвольное мочеиспускание (ночное, дневное или сочетанное).

• Энкопрез - недержание кала, неспособность контролировать акт дефекации.

• Проблемы дефекации: запор, понос.

• Физиологические проблемы: неразвитость мышц, непонимание своих потребностей (неумение считывать сигналы тела, различать их и вести себя соответственно ситуации), сенсорная чувствительность.

• Поведенческие проблемы:

– страх перед туалетом,

– потребность в однообразии, сходстве (место, оборудование, ритуалы)

– одевание/раздевание,

– проблемы коммуникации, речи.

• Комплексные проблемы.

Основные подходы к оказанию помощи детям

На начальном этапе следует записывать ежедневно данные в течение двух недель.

Данные для фиксации:

1.Дата и точное время всех мочеиспусканий, дефекаций.

2. Дата и точное время всех приёмов пищи, употребления жидкостей.

3. Если есть проблемы со стулом – что и сколько поел ребёнок.

4. Место, в котором ребёнок помочился, опорожнился.

5. Как вёл себя ребёнок перед, во время и после процесса.

6. Какова консистенция стула.

7. Во что ребёнок был одет.

Наблюдение и анализ для понимания причины имеющихся проблем, планирования режима посещения туалета /высаживания на горшок, других действий по обучению ребёнка проблемным навыкам.

Важно понять, что происходит с ребёнком в ситуации, связанной с туалетом:

– что он умеет?

– что чувствует?

– понимает ли речь?

– понимает ли, что нужно делать?

– считывает ли сигналы тела, когда они появляются перед туалетом?

– готов ли ребёнок к демонстрации определённого навыка?

Нужно оценить готовность / неготовность ребёнка к туалету:

– специфические преграды у ребёнка с РАС,

– осознание ребёнком необходимости воспользоваться туалетом,

– наличие индивидуального расписания «хождения» в туалет,

– умение пользоваться визуальными подсказками,

– соответствие одежды,

– контроль мочевого пузыря, прямой кишки

.

Алгоритм при обучении навыку пользования туалетной бумагой :

1) Дотянуться до туалетной бумаги

2) Взять за кончик туалетной бумаги

3) Потянуть.

4) Оторвать бумагу от рулона.

5) Сложить в несколько слоев.

6) Приложить бумагу к анальному отверстию.

7) Провести бумагой в направлении спереди и назад.

Обычно определяют некоторое количество (например, 2- 4 раза и степень нажима (бумага должна прилегать плотно, но без чрезмерного надавливания). И тут самое сложное – ребёнок должен, посмотрев на бумагу, определить, "грязная" она или "чистая". Далее, в зависимости от того, что он распознал, он должен выполнить следующий шаг или вернуться к первому, повторив всю последовательность снова, пока не будет получен "чистый" результат.

8) Выкинуть бумагу в мусорную корзину

9) Слить воду из бачка

10) Закрыть крышку унитаза

Основные правила общения при обучении ребёнка

пользованием туалетом

- Не спрашивать, а говорить.
- Использовать одни и те же простые слова, знаки или картинки в течение каждого из походов в туалет.
- Не использовать для обозначения туалетных процессов детские слова, чтобы потом не переучивать.
- Не поднимать шума из-за «несчастных случаев».
- Обучать альтернативной коммуникации.

Краткие рекомендации по реализации программы обучения ребёнка умению ходить в туалет

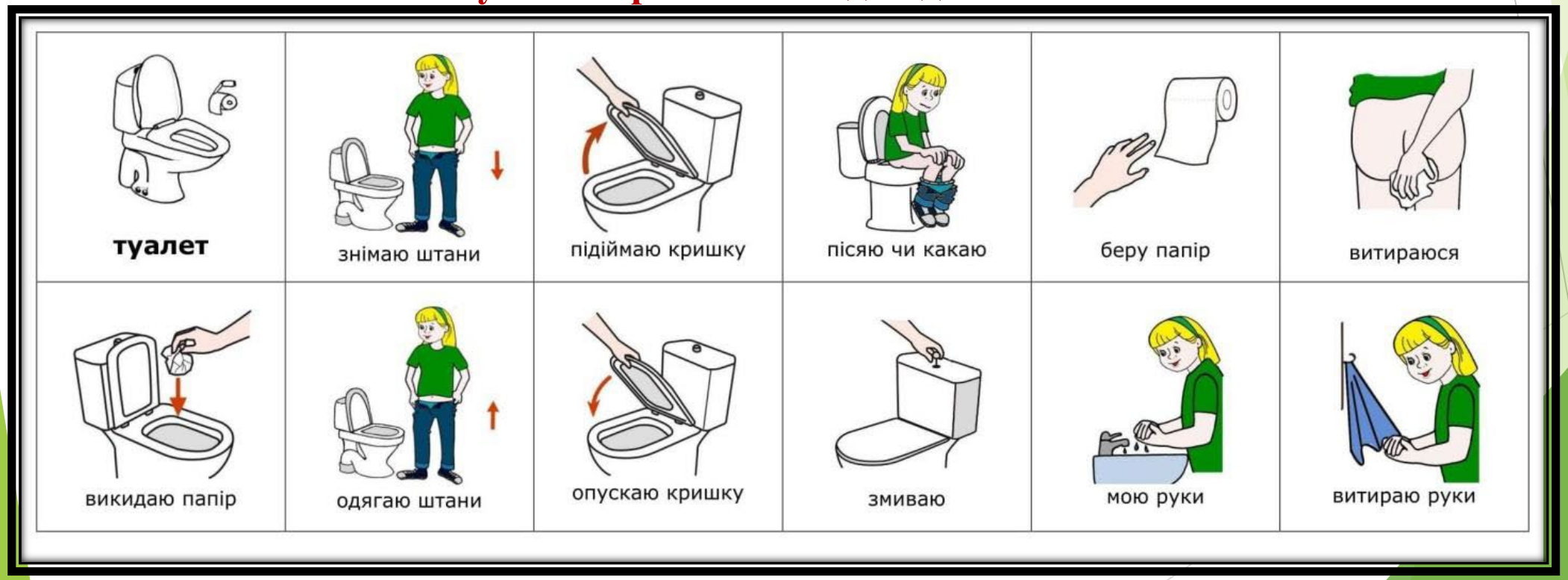
1.Определить цель.

2.Составить график посещения туалета

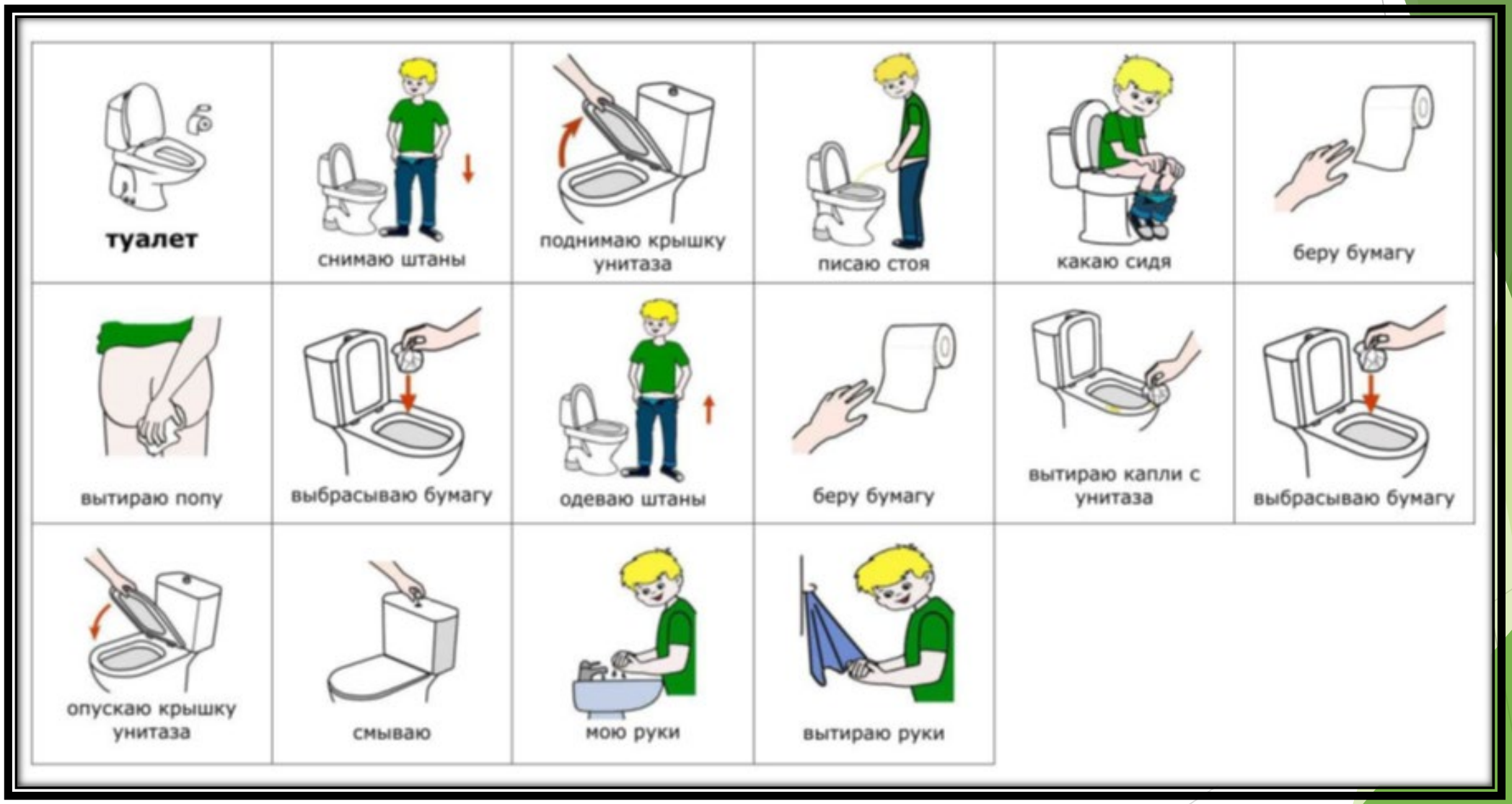
3.Подготовить условия:

- Визуальное расписание(может быть двух видов: режим дня, инструкция)

Визуальное расписание для девочек



Визуальное расписание для мальчиков



- Поддержка окружающих.
- Адаптация туалета, среды.
- Подбор удобной одежды.
- Убирание отвлекающих стимулов (игрушек,
- людей, разговоров).
- Определение поощрений.
- Планирование деятельности по развитию дефицитарных навыков через игру, физическую активность.

4.Решить: продолжать пользоваться подгузниками или нет

5.Распознавать сигналы, подаваемые ребёнком.

6.Выбрать методику высаживания ребёнка на унитаз в определённое время:

- 1.Высаживание по расписанию
- 2.Методика «Посидеть 6 раз»(необходимо установить цель: 6-кратное посещения туалета в день)
- 3.Изменение пищевого рациона и питьевого режима(можно изменить пищевой рацион и питьевой режим так, чтобы спровоцировать
- позывы в туалет в определённое время (например, за 10-15 минут до похода в туалет дать ребёнку попить).

7.Избегать отвлекающих стимулов

8.Продумать мотивационные стимулы

9.Генерализировать (обобщать) навыки (практиковать навык в разных туалетах)

Оставлять ребёнка в туалете одного(начинать оставлять ребёнка в туалете одного, когда он научится сидеть в туалете 5 минут без посторонней помощи или словесных напоминаний)

Развитие навыков раздевания / одевания

- Упражнения на развитие крупной и мелкой моторики.
- Метод «Обучение по цепочке» (обучение последовательно снимать, одевать одежду при посещении туалета).
- Визуальные подсказки (картинки с последовательностью действий).

Успешные методы приучения детей с аутизмом к туалету

- Визуальные подсказки и расписания.
- Видео-моделирование: видео-сюжеты, на которых дети наблюдают всю последовательность действий.
- Таймеры, которые будут подсказывать ребёнку с аутизмом, когда ему нужно сходить в туалет.
- Последовательное и поэтапное применение программы обучения туалету.

(сначала от ребёнка просто требуется заходить в туалет полностью одетым, затем в подгузнике, затем привыкнуть сидеть на горшке или сидении унитаза и только тогда ребёнок сможет спокойно осуществить нужное действие - мочеиспускание или дефекацию).

Примеры визуальных подсказок по использованию туалета для ребенка с аутизмом.

Развитие навыков понимания необходимости использования туалета / унитаза / горшка и сидения на унитазе / горшке

- Адаптированный туалет / горшок.(горшок или унитаз должен быть удобным для ребёнка не только по размеру, но и для продолжительного сидения на нем).
- Развитие внешнего и внутреннего восприятия тела ребёнком (ребёнку может быть трудно распознавать сигналы и ощущения своего тела, а потому они могут не чувствовать потребности сходить в туалет).
- Развитие адекватных реакций на сенсорные стимулы(занятия по сенсорной интеграции помогут преодолеть неадекватные реакции ребёнка на внешние и внутренние раздражители нервной системы).
- Наличие примера у ребёнка(ребёнок должен видеть, как это делают взрослые или другие дети).
- Развитие мышц таза и корпуса, двигательных навыков (слабые мышцы спины мешают удерживать равновесие в положении сидя)

Рекомендации родителям:

6 ПОПЫТОК

Поставьте цель, чтобы ребёнок за сутки посидел в туалете 6 раз.

- Начинайте с коротких «посиделок» (для первых заходов достаточно 5 секунд);
  - Запланируйте один более долгий поход в туалет для испражнения кишечника.
- Каждый раз ставьте таймер;
  - Пока он сидит на унитазе, почитайте с ребёнком книгу, поиграйте в какую-нибудь интересную игру или с любимой игрушкой;
  - Цель не в том, чтобы у ребёнка получилось сходить на унитаз;
  - Цель в том, чтобы хождение в туалет вошло у ребёнка в привычку, чтобы он там чувствовал себя комфортно и чтобы процесс вызывал у него позитивные эмоции.
- Сразу же вознаградите ребёнка, если он воспользовался туалетом по назначению!
  - Можно просто встать с унитаза и помыть руки– не нужно надолго задерживаться.

Гигиенические процедуры (умывание)

- Постепенное ознакомление с предметами личной гигиены.
- Эстетические свойства предметов гигиены.
- Позитивная мотивация.
- Краткий и точный инструктаж.
- Использование игровых приемов.

Игры, направленные на воспитание культурно-гигиенических навыков у детей с РАС

«Мыльные перчатки». «Пузырики»

Цель: учить детей хорошо намыливать руки с внешней и внутренней стороны до образования пузырей. Развитие вдоха и выдоха, целенаправленной воздушной струи.

Купание кукол

Цель: создание эмоционально-положительного настроя и коммуникативного взаимодействия. Предложить детям искупать кукол-голышей в теплой водичке, потереть их мочалкой и мылом, завернуть в полотенце: «А сейчас будем кукол купать. Нальем в ванночку теплой водички – попробуй ручкой водичку, теплая? Отлично. А вот наши куколки. Как их зовут? Это Катя, а это Миша. Кто первый будет купаться? Катя? Хорошо. Давай спросим у Кати, нравится ей водичка? Не горячо?» и т. д.

«Море»

Цель: установление контакта с ребенком, снятие психоэмоционального напряжения

Таз с водой превращаем в «море», по которому плывут кораблики: «Поплыл по морю кораблик и гудит: у-у-у! А кто хочет поплавать на корабле? Зайка хочет! (можно использовать фигурки, вылепленные из пластилина, которые прочно устанавливаются на палубе) от поднялся ветер! Какие сильные волны! Перевернулся наш кораблик – давай скорее спасать пассажиров! А теперь починим кораблик и можно плыть дальше» и т. д.

Привитие культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей с РАС является одной из важных задач воспитания, так как идет непростое усвоение правил, а чрезвычайно важный процесс социализации, «вхождения» его в мир взрослых.

Как приучить ребёнка с аутизмом к туалету? .- Режим доступа: http://outfund.ru/priucheniektualetuiautizmudetejme

5 самых распространенных ошибок при приучении аутичного ребёнка пользоваться туалетом.- Режим доступа: http://autismaba.blogspot.com/2012/07/pottytrainig.html

«Формирование культурно- гигиенических навыков детей с РАС в детском саду».-https://docviewer.yandex.ru/

Благодарим за внимание!