

# Содержание

Пояснительная записка .....	5
Введение .....	8
Начинаем с родителей .....	11
Опыт работы модельной группы ЦЛП .....	16
Шаг 1. Готов ли ребенок освоить горшок? .....	19
Готовы ли родители на подвиг? .....	19
Как подготовить к обучению ребенка и семью .....	24
В какой позе высаживать ребенка .....	30
Как подготовить пространство к туалетному тренингу? .....	32
Как родители будут поощрять ребенка за успехи? ...	36
Использование альтернативной и дополнительной коммуникации (АДК) .....	40
Шаг 2. Учимся сидеть на горшке .....	48
Шаг 3. Туалетный тренинг .....	52
Шаг 4. Главное освоено – что дальше? .....	55
Как распространить туалетные навыки на все ситуации жизни ребенка .....	55
Учимся спать без памперса .....	56
Как научить ребенка вытирать попу .....	56
Мытье рук .....	58
Что делать, если что-то пошло не так .....	61
Часто задаваемые вопросы .....	63

Глоссарий .....	69
Литература .....	71
Приложения .....	73
Приложение 1. Туалетный дневник по часам .....	73
Приложение 2. Туалетный дневник по режиму дня .....	74
Приложение 3. Знаки готовности ребенка .....	75
Приложение 4. График достижений за неделю для тех, кто пользуется унитазом .....	76
График достижений за неделю для тех, кто пользуется горшком .....	77
Приложение 5. Список возможных поощрений .....	78
Приложение 6. Анкета самообслуживания .....	81

# Пояснительная записка

Цель пособия – описать процесс обучения туалетным навыкам детей с РАС в помощь педагогам, воспитателям и тьюторам. Родители тоже могут использовать нашу методику, но эффективнее работать под руководством специалиста, который сможет адаптировать ее под особенности семьи.

## **Актуальность работы**

Обучение навыкам самообслуживания – такая же неотъемлемая часть подготовки любого ребенка с ОВЗ к школе, как и работа над его когнитивным, эмоционально-волевым и социальным развитием.

Ребенок, не умеющий самостоятельно есть, одеваться и пользоваться туалетом, будет стабильно менее успешен в детском саду и особенно в школе, чем его освоившие самообслуживание сверстники, хотя бы в силу того, что будет много времени, сил и внимания тратить на эти бытовые задачи. Более того, школьным учителям некогда заниматься с детьми туалетным тренингом, поэтому, если ребенок ходит в школу больше двух-трех раз в неделю, освоение навыков опрятности отодвигается на месяцы, на годы, а бывает, что и до самого пубертата, когда любые навыки осваиваются детьми с РАС очень тяжело.

Проблемы с туалетом особенно сильно стигматизируют ребенка и семью, ограничивают возможности социализации, диктуют отношение к ребенку как к более маленькому и не самостоятельному. Педагоги в школе и детском саду зачастую хуже относятся к таким детям, потому что они добавляют тяжести к их и так серьезной нагрузке.

Особенно сложно приходится неговорящим детям с РАС: такой ребенок, испытывая серьезный дискомфорт от мокрого или грязного памперса или от неприятных ощущений в кишечнике и мочевом пузыре, часто не может ни сам осознать,

ни объяснить окружающим, что происходит и какая помощь ему нужна.

### **Основная идея педагогической деятельности**

Мы считаем, что каждый особый ребенок должен быть максимально самостоятелен в рамках возможного при его состоянии, должен иметь возможность участвовать во всех важных для себя активностях, в жизни своей семьи, школы, детского сада и социума.

Наша задача – дать ему эту возможность, в том числе помочь ребенку достичь максимальной независимости в быту.

В основе нашей системы работы лежат положения эрготерапии об активности и участии, где участие – это участие в жизни общества, а активность – различные виды деятельности человека, которые наполняют жизнь человека, придают ей смысл<sup>1</sup>. Целенаправленная, имеющая для человека смысл активность помогает улучшить его функциональные возможности. В нашем случае освоение гигиенических процедур очень важно, потому что позволит ребенку полнее участвовать в жизни детского сада, школы и общества.

### **Новизна методической разработки инновационного опыта педагога**

Существующие книги описывают методику приучения к туалету детей с ОВЗ<sup>2</sup>, но практически нет книг, учитывающих особенности детей с РАС. Кроме того, предлагаемая методика уникальна тем, что здесь специалист действует не сам, а руками родителей, поддерживая их и направляя, формируя поведение окружающих ребенка людей. Поэтому мно-

---

<sup>1</sup> Подробнее об активности и участии можно посмотреть в книге: Мальцев С. Б., Ключкова Е. В. Физическая терапия и эрготерапия как новые специальности для Республики Таджикистан. Методическое пособие. Душанбе, 2010.

<sup>2</sup> Как пример методики приучения детей с ОВЗ к туалету можем привести книгу Моржиной Е. В. «Формирование навыков самообслуживания на занятиях и дома».

го внимания направлено на правила диалога с родителями и поддержку семьи.

Вышеизложенное определяет новизну и актуальность разработки.

### **Практическая значимость методической разработки**

Используя нашу методику, педагоги и родители смогут приучать к туалету детей с РАС, избегая традиционных ошибок и пошагово выстраивая стратегию обучения с учетом особенностей каждого ребенка и каждой семьи.

# Введение

Рано или поздно любые родители приходят к осознанию того, что пора учить ребенка пользоваться горшком. Освоение туалетных навыков – огромное достижение для всех. Родители ребенка, освоившего туалетные навыки, воспринимают его более взрослым, это серьезный повод для гордости. Малыш, освоивший туалет и готовый пользоваться туалетом где-то вне дома, становится гораздо мобильнее, его социальные возможности растут: уже не надо бежать домой менять памперс или из последних сил терпеть и чувствовать дискомфорт и т.п., поэтому родители – самые мотивированные участники туалетного тренинга.

С точки зрения ребенка, все не так однозначно. Большинство детей постепенно приходят к пониманию происходящих с ними процессов и стараются как-то к этим процессам приспособиться – как минимум, замирают и прислушиваются к себе в моменты дефекации, стараются уединиться, часто выбирают себе любимое место, где можно, не отвлекаясь, покакать в памперс. Большинство детей реагируют на мокрый или грязный памперс, стараются его сбросить или просят как можно быстрее поменять. У обычных детей это происходит ближе к двум годам, а у особых – по-разному (но тоже, как правило, происходит).

Если пустить обучение туалетным навыкам на самотек, то бывает, что дети с РАС самостоятельно выстраивают себе стереотип дефекации и мочеиспускания, и маме остается только за голову хвататься, находя каждый день кучки рядом с унитазом, лужицы на ковре или наблюдая, как ребенок, который уже вполне способен пользоваться унитазом, каждый день по несколько раз требует надеть на него памперс, потому что туалетом и горшком ему пользоваться неудобно, а удобно все свои дела делать в сухой и уютный памперс в специально выбранном месте квартиры.

Существует огромное количество книг о туалетных навыках для обычных детей, есть несколько и для особых, напри-

мер «Путь к независимости» Б. Бейкер и др., но дети с РАС требуют отдельного подхода. Ребенка важно не только правильно и вовремя усадить – с ним нужно договориться, чаще всего с применением АДК<sup>1</sup>, у таких детей часто уже существует какой-то не очень социально приемлемый стереотип, который нужно изменить; дети с РАС хуже осознают сигналы своего тела, некоторые сенсорные ощущения могут переживать очень остро, другие и вовсе не замечать, и в этой путанице сигналов бывает очень трудно разобраться без посторонней помощи. Наконец, ребенку с РАС бывает сложно без специального обучения усидеть необходимые 2–3 минуты.

Детям с РАС, не имеющим грубых задержек интеллектуального или моторного развития, рекомендуется начать обучение туалетным навыкам до 4 лет. Опыт модельной группы РБОО «Центр лечебной педагогики» (далее – ЦЛП)<sup>2</sup> показывает, что как раз в возрасте 3–4 лет обучение проходит легче всего: ребенок, как правило, уже может сосредоточиться на процессе и не так тяжело усваивает новый стереотип. Хотя 3–4 года – оптимальный возраст, но и более взрослые дети, дошкольники, школьники, даже подростки, успешно осваивают по нашей методике туалетные навыки.

**Обучение туалетным навыкам происходит в четыре этапа.**

1. Самый важный – подготовительный.
2. Учим малыша сидеть на горшке или унитазе.
3. Учим использовать горшок или унитаз по назначению.
4. Переносим освоенный навык на все ситуации жизни ребенка.

---

<sup>1</sup> АДК – альтернативная и дополнительная коммуникация. Альтернативная коммуникация – система коммуникации с помощью различных средств общения (предметов, картинок, жестов, технических средств и пр.) вместо устной речи при ее отсутствии. Если ребенок может в какой-то мере использовать устную речь, говорят о дополнительной коммуникации.

<sup>2</sup> О работе модельной группы ЦЛП можно узнать в разделе «Опыт работы модельной группы ЦЛП».

**Из этой книги вы узнаете:**

- как определить, готов ли ребенок к горшку, и правильно выбрать время для обучения;
- как подготовить к туалетному тренингу взрослых и ребенка;
- как договориться с ребенком и изменить сложившийся стереотип;
- какие сенсорные проблемы могут возникнуть и как их решать;
- как учить;
- какие приспособления и методики могут вам помочь и как решать наиболее часто возникающие проблемы.



Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

[e-Univers.ru](http://e-Univers.ru)