

Навык туалета

Рекомендации по обучению детей с расстройствами аутистического спектра навыку использования туалета:

Обучение ребёнка с расстройством аутистического спектра самостоятельному использованию туалета может оказаться пугающим опытом для родителей. Ниже приведены некоторые рекомендации, которые помогут сделать этот опыт минимально травматичным для всех сторон (как для ребёнка, так и для его родителей). Соблюдая данные рекомендации следует исходить из индивидуальных особенностей конкретного ребёнка с расстройством аутистического спектра и его способности понимать, когда ему что-либо объясняют.

ПОЧЕМУ РЕБЁНКА С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА ТАК ТЯЖЕЛО НАУЧИТЬ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ТУАЛЕТОМ?

- Ребёнок испытывает трудности с пониманием того, что ему нужно сходить в туалет. Порой ребёнка не беспокоит то, что его «штаны намокли».
- Ребёнку не нравятся запахи, звуки и различные материалы в туалетной комнате.
- Ребёнок не осознаёт сигналы тела, и поэтому он не способен реагировать на них и действовать в соответствии с ними.
- Из-за своего уровня развития ребёнок может быть не готов к самостоятельному использованию туалета, ему понадобится больше времени для того, чтобы подойти к этому этапу.
- Отказ от детских подгузников и овладение навыком использования туалета означают отказ от привычной рутины и обучение чему-то новому. Ребёнок может не справиться с обучением новому навыку, так как многие аутичные дети с трудом принимают какие-либо изменения.
- В вопросе обучения ребёнка навыку туалета на родителей оказывается сильное социальное давление, и это может быть для них эмоционально трудно.

- Обучение навыкам использования туалета может стать травмирующим опытом для всех сторон, и требует очень определённого подхода к проблеме, чтобы дать ребёнку возможность стать независимым при посещении туалета.

Ниже приведены некоторые рекомендации, которые можете попробовать использовать, если у вашего ребёнка есть проблемы с обучением самостоятельному использованию туалета.

1. Пообщайтесь с другими родителями, у них можно перенять пережитый опыт и получить советы.
2. При обучении ребёнка навыку использования туалета обратитесь за помощью к педагогам или опорному лицу, ежедневно работающим с ребёнком, у которых также может быть много опыта по формированию навыка туалета у детей с расстройствами аутистического спектра.
3. Следите за тем, подаёт ли ребёнок сигналы готовности перейти от подгузников к использованию туалета? Например, прячется ли ребёнок за диван, когда нужно менять подгузник? Пробует ли ребёнок избавиться от грязного подгузника и т.д.?
4. Тщательно продумайте свой план действий, как избавиться от подгузников. Если вы будете действовать продуманно, учитывая возможные проблемные сферы, это снизит ваш стресс и стресс вашего ребёнка.
5. Продумайте, как мотивировать ребёнка? Часто для мотивирования детей с расстройствами аутистического спектра недостаточно просто похвалить ребёнка, они нуждаются в индивидуальном мотивировании. Для мотивирования можно использовать интересующие ребёнка вещи, занятия и любимые сладости.
6. Осмотрите окружающую среду в туалете и определите, что может вызывать стресс у ребёнка и препятствовать обучению навыку использования туалета. Возможно шум, освещение, различные поверхности предметов и отражение света от этих поверхностей, запахи или что-то другое являются причиной сенсорного раздражения. Насколько защищённо чувствует себя ребёнок в этой среде? Постарайтесь уменьшить количество раздражающих ребёнка факторов.
7. Чтобы помочь ребёнку понять процесс посещения туалета, при необходимости используйте наглядные материалы для поддержки обучения.
8. Обучение ребёнка навыку использования туалета может оказаться нелёгкой задачей. Процесс тренировки навыку туалета может быть продолжительным,

и потребовать от вас терпеливости и систематичности, возможно и «творческого подхода».

Вы знаете своего ребёнка лучше всех, и несмотря на то, что опыт обучения навыку туалета может оказаться большим вызовом для вас, это не означает, что вы никогда с ним не справитесь. Ваша главная цель – на сколько это возможно подготовить ребёнка к самостоятельной жизни, и навык самостоятельного использования туалета является большим шагом на пути к этой цели.