

Развитие самостоятельности и самопомощи

LLP Projekt EC12.0

2013



Этот модуль описывает а) возможности поощрения детей в возрасте от 0 до 3 лет и их родителей б) одновременно учебные материалы для профессионалов.



Настоящий проект был профинансирован при поддержке Европейской Комиссии. Ответственность за содержание настоящей публикации лежит исключительно на составителе, Комиссия не несет ответственность за дальнейшее использование содержащихся в публикации сведений.

Цели:

SH 1: Ваш младенец понимает, что грудь или бутылка означает питание и схватывает её.

SH 2: Ваш младенец умеет сосать грудь или бутылку.

Что уже умеет ваш младенец:

- Он умеет поворачивать голову в сторону звуков, которые его интересуют.
- Он умеет открывать рот и поворачиваться к соску.
- все предметы, которые он может держать, он может поднести ко рту и сосать их
Своим плачем он даёт понять, что голоден.

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца участвовать в процессе кормления?..

Организируйте тихую обстановку (выключайте, например, телевизор)

- Младенец должен быть бодр и готов к кормлению
- Дайте младенцу время, когда он пьёт.

Упражнения, которые вы можете делать с ребенком:

SH 1: Делайте так, чтобы младенец мог увидеть грудь или бутылку. Смотрите на него, когда он рассматривает грудь или бутылку. Держите его так, чтобы он мог их достать.

SH 2: Держите младенца в удобной позиции, чтобы кормить из бутылочки или грудью. Держите его близко к своему телу. Смотрите, чтобы младенец трогал сосок или соску ртом. Ждите того момента, когда он возьмёт её/ его в рот. Кормите его до того момента, пока он сам не отпустит грудь или бутылочку.

Вспомогательные предметы или условия:

- подушки (можно ими пользоваться при кормлении младенца. Например: положить подушку на колени.)

Цели:

SH 3: При виде груди или бутылки, младенец выражает голод с помощью движения рук.

SH 4: Младенец может трогать грудь или держать бутылку руками.

SH 5: Младенец умеет открывать рот, если грудь, бутылка или ложка приближаются.

SH 6: Младенец умеет глотать пищу (Например: пюре или кашу)

Что уже умеет ваш младенец:

- Он умеет поворачивать голову в сторону звуков, которые его интересуют.
- Он умеет открывать рот и смотреть на сосок.
- Выражает голод плачем.
- Все предметы, которые он может держать в руках, он подносит ко рту и сосёт их.

Упражнения, которые вы можете делать с ребенком:

SH 3: Делайте так, чтобы младенец мог увидеть грудь или бутылку. Смотрите на него, когда он рассматривает грудь или бутылку. Держите его так, чтобы он мог их достать

SH 4: Попробуйте чтобы младенец положил свои руки на вашу грудь или на бутылку, когда вы его кормите. Если вы берёте его на колени, двигайте его руки к своей груди или к бутылке. Убедитесь в том, что вы всегда держите его руки. Говорите с ребенком и объясняйте ему, что вы делаете.

SH 5: Когда вы подносите грудь, бутылку или ложку ко рту вашего младенца, обращайте внимание на то, что вы трогаете его подбородок, чтобы он открывал свой рот. Когда он открывает рот, трогайте его рот грудью, бутылкой или ложкой. Убедитесь в том, что он подносит предметы ко рту. Если вы это всегда делаете, вы можете научить младенца самостоятельно открывать рот. Говорите с ним в это время и объясняйте ему, что вы делаете.

SH 6: При кормлении держите младенца в удобном положении. Давайте ему немного пюре или ложку каши и подводите её ближе ко рту младенца. Когда он открывает рот, давайте ему пищу медленно. Старайтесь, чтобы ребенок съедал все, что на ложке, прежде чем давать ему следующую.

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца участвовать в процессе кормления?

- До того как Вы начинаете кормить вашего младенца, создайте для него благоприятную атмосферу. Младенец должен быть бодр и готов к кормлению
- Пользуйтесь некоторыми игрушками, чтобы привлечь внимание младенца.
- удерживайте зрительный контакт и говорите с младенцем, когда вы его кормите.
- Не заставляйте младенца есть.

Вспомогательные предметы или условия:

- подушки (можно ими пользоваться при кормлении младенца. Например: положить подушку на колени.)
- Для привлечения внимания младенца, можно использовать звуковые игрушки
- Используйте при кормлении такую пищу, как бананы и варённые овощи.

Цели:

SH 7: Ваш младенец умеет держать бутылку без помощи и пить из неё.

SH 8: Ваш младенец умеет сосать грудь или бутылочку.

Что уже умеет ваш младенец:

- Он поворачивает голову в сторону интересующих его звуков.
- Он приближает пальцы и руки ко рту.
- Он держит и трясёт игрушки в своих руках.
- Он сунёт еду в рот и глотает её.

Упражнения, которые вы можете делать с ребенком:

SH 7: Поставьте бутылку в поле зрения младенца. Смотрите на него, когда он рассматривает грудь или бутылку. Держите его так, что он мог их достать. Пусть малыш видит или трогает бутылку, перед кормлением. После того как вы поднесли бутылку в поле зрения младенца, подождите, пока он сам её не возьмёт. Если ребенок не делает это сам, помогите ему. Убедитесь в том, что он держит бутылку и подносит её ко рту. Если у ребенка уже есть опыт, предоставьте ему возможность делать это самому. Говорите с ребенком и объясняйте ему, что вы делаете.

SH 9: Ставьте перед ребенком еду так, чтобы он мог самостоятельно достать её. Если он не в состоянии сделать это самостоятельно, то помогите ему. Если ребенок нуждается в помощи, возьмите его руку в свою и осторожно поднесите еду ко рту. Когда помогаете ребенку, объясняйте ему, как это делать. Если у ребенка уже есть опыт, давайте ему это делать самому. Давайте ребенку возможность подносить еду ко рту и жевать её. Используйте для этого хлеб, печенье, фрукты или овощи. Не используйте продукты, которые быстро становятся мягкими. Это может быть опасно для ребенка. Смотрите на ребенка, когда он ест.

Во время кормления ваш ребёнок может засовывать руки в еду. В этом нет ничего страшного. Но в этот момент помогите ребёнку так, чтобы он мог поднести свои руки ко рту и облизать их. Так он научится лучше есть руками.

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца участвовать в процессе кормления?

Младенец должен быть бодр и готов к кормлению.

Пользуйтесь некоторыми игрушками, чтобы привлечь внимание младенца.

- удерживайте зрительный контакт и говорите с младенцем, когда вы его кормите.
- Будьте примером для ребенка, преувеличенно показывая ему, что еда особенно вкусна. (Ой, как вкусно!)
- Дайте младенцу почувствовать, что всё Ваше внимание принадлежит только ему.
- Используйте время еды, чтобы быть в контакте с младенцем.
- Предоставляйте ребенку возможность всё делать самому и давайте ему пробовать что – то новое. Говорите младенцу, что вы сами делаете.
- Наблюдайте за поведением младенца.
- Замечайте предпочтения (например, любимую еду) младенца, и используйте их.
- Хвалите младенца рукоплесканием или словами, когда он сделал что-то правильно.

Вспомогательные предметы или условия:

- Используйте звуковые игрушки, для привлечения внимания младенца.
- При кормлении используйте такую пищу, как картофель и кусочки яблок.

Цели:

SH 9: Младенец умеет пить из стакана с вашей помощью.

Что уже умеет ваш младенец:

- Он умеет поворачивать голову в сторону звуков, которые его интересуют.
- Он двигает пальцы и руки ко рту.
- Он держит и трясет игрушки в его руках.
- Он съёт еду в рот и глотает её

Упражнения , которые вы можете делать с ребенком:

SH 9: Дополнительно к основному блюду, вы можете дать ребенку возможность пить из стакана. Наливайте вначале только небольшое количество воды /сока в стакан.

Не обязательно использовать время, когда ребенок хочет пить. Это помогает ребенку не пить слишком быстро. Ставьте стакан в поле зрения ребенка и убедитесь в том, что вы этим привлекаете его внимание. Помогайте ребенку держать стакан. Мотивируйте его, поднося стакан ко рту.

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца участвовать в процессе кормления?

- Перед кормлением создайте для ребенка благоприятную атмосферу.
- Убедитесь , что Ваш ребенок бодр и готов к кормлению.
- Удерживайте зрительный контакт и говорите с младенцем, когда вы его кормите.
- В случае необходимости, будьте примером для ребенка, преувеличенно показывая ему , что еда особенно вкусна. (Ой, как вкусно!)
- Давайте младенцу почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- Используйте время еды, чтобы быть в контакте с младенцем.
- Предоставляйте ребенку возможность всё делать самому и давайте ему пробовать что – то новое.
- Говорите младенцу, что вы сами делаете.
- Наблюдайте за поведением младенца.
- Замечайте предпочтения (например, любимую еду) младенца, и используйте их.
- Хвалите младенца рукоплесканием или словами, когда он сделал что-то правильно.

Вспомогательные предметы или условия:

- Ложки (небольшие и с закругленными краями).
- Пища, такая как фрукты, варёные овощи, кусочки сыра, печенье и любимая еда ребенка. (SH11)
- Стаканы для питья (Избегайте хрупких стаканов!)
- Вода лучше всего утоляет жажду!
- Избегайте сахаросодержащих соков/ чаёв, так как это может привести в будущем к проблемам с зубами

Цели:

SH 10: Ваш ребенок пытается есть с помощью ложки.

SH 11: Ваш ребенок может сам жевать такую пищу, как хлеб или печенье

SH 12: Ваш ребенок может есть взрослую пищу, разрезанную на мелкие кусочки

Что уже умеет ваш младенец:

- Он умеет поворачивать голову в сторону интересующих его звуков
- Он подносит пальцы и руки ко рту.
- Он держит предметы в руках и играет с ними.
- Он берёт рамельченную еду в рот и глотает её.
- Он держит бутылочку без помощи.
- Он умеет есть руками.
- Он умеет с вашей помощью пить воду из стакана.

Игры, в которые вы можете играть с ребенком:

SH 10: Посадите ребенка так, чтобы его голова и тело находились в прямом положении. Предоставьте ему чувство безопасности и направляйте его руки к тому месту, где находится еда. Перед тем как вы начинаете кормить ребенка, дайте ему посмотреть на ложку и потрогать её. При кормлении предоставьте ребенку возможность самому держать ложку. Дайте ребенку это сделать и ведите ложку ко рту вместе. Объясняйте ребенку при этом, что он делает.

SH11: Попробуйте делать это не только во время основных приёмов пищи. Выставляйте пищу перед ребёнком или давайте ему её держать. Давайте ребёнку возможность взять еду и от неё откусывать. Если ребенок этого не делает самостоятельно, возьмите осторожно его руку в свою и помогите ему. Объясните ребенку, как он может решить эту задачу. Если у ребенка начинает лучше получаться, то больше нет необходимости помогать ему.

Используйте для этого хлеб, печенье, фрукты или овощи. Не берите слишком мягкие продукты, они могут быть опасными для ребенка. Следите за своим ребенком, когда он пытается решить эту задачу.

SH 12: Вы можете дать ребенку размельченную еду, приготовленную дома. Попробуйте сделать это с любимыми блюдами вашего ребенка. Предоставляйте ребенку возможность самому есть и держать ложку. Во время кормления объясняйте ребёнку его действия. В конце кормления улыбнитесь Вашему ребенку, погладьте его по голове и скажите «Молодец!»

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца участвовать в процессе кормления?

- До начала кормления убедитесь, что ваш ребенок находится в спокойном состоянии.
- Убедитесь в том, что ребёнок бодр и готов к кормлению
- Убедитесь в том, что вы сидите напротив ребёнка и находитесь на равной высоте.
- Убедитесь в том, что вы имеете зрительный контакт с ребёнком и говорите с ним.
- Будьте, если нужно, мотивирующим образцом.
- Дайте ребёнку почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- Дайте ребёнку попробовать делать вещи самому и ещё просите его что-то делать, например, держать ложку.
- Объясняйте ребёнку, что вы сами делаете.
- Наблюдайте за поведением ребёнка.
- Замечайте его вкусовые предпочтения и используйте их.
- Хвалите ребёнка рукоплесканием или словами, как «Молодец», когда он сделал что-то правильно. Убедитесь в том, что у Вас есть телесный контакт с ребёнком.

Вспомогательные предметы или условия:

- Собственная ложка (маленькая с округленными углами), которой пользуется только ребёнок.
- Собственный стакан для ребенка
- Фрукты, вареные овощи, сыр, печенье и любимая еда ребенка.
- "Нагрудник", чтобы у вас было меньше работы при стирке

Цели:

SH 13: Ваш ребенок умеет пить воду из стакана. Однако может произойти, что немного воды проливается.

SH 14: Ваш ребенок умеет сам есть ложкой. Однако может произойти, что ребенок допускает оплошность и орокидывает еду.

Что уже умеет ваш ребенок:

- Ваш ребенок умеет пить с вашей помощью воду из стакана.
- Ваш ребенок умеет есть ложкой.
- Ваш ребенок может сам жевать такую пищу, как хлеб или печенье

SH 13: Поддерживайте ребенка пить из стакана самостоятельно. Показывайте ему как, например, брать стакан со стола (возможно, обеими руками), как из него пить и возвращать его на свое место. Когда вы ставите ребёнку стакан с водой, убедитесь в том, что вы привлекаете его внимание. Поставьте стакан на место, с которого ребёнок может легко достать его, и дождитесь того момента, когда он сам сможет взять его. Затем подождите, пока ваш ребенок попьёт и поставит стакан обратно. Если у Вашего ребёнка возникают трудности с возвращением стакана на исходное положение, то в этой ситуации вам необходимо поддержать Вашего ребенка. Если же ребенок самостоятельно попытался всё это сделать, похвалите его словами ("Молодец, хорошо сделал"). Убедитесь в том, что вы наливаете немного воды в стакан. Не ругайтесь, если ребенок проливает воду. Это нормально, ведь он учится пить самостоятельно.

SH 14: Дайте ребенку возможность прямо сидеть. Предоставьте ребенку чувство безопасности и двигайте его руки прямо к столу, где находится пища. Прежде, чем ребенок начинает есть, дайте ему посмотреть на ложку и захватить её. ПРЕДОСТАВЬТЕ РЕБЁНКУ ВОЗМОЖНОСТЬ САМОМУ ДЕРЖАТЬ ЛОЖКУ, НО ПРИ ЭТОМ ВЫ МОЖЕТЕ ПОДДЕРЖИВАТЬ ЕЁ, ДВИГАЯ КО РТУ РЕБЁНКА. Ведите руки ребенка нежно, пока он держит ложку. Помогайте ребенку переносить еду с тарелки на ложку и вести её ко рту. Чем лучше ребёнок справляется, тем меньше ему помогайте. Не ругайтесь, если еда, возможно, падает. Это этап для ребенка, в котором он учится есть самостоятельно. Когда вы упражняетесь с ребенком, объясняйте всегда, что вы делаете. Хвалите ребенка, когда он делает что-то правильно, и особенно, когда он справляется с этим в одиночку. (Например, гладьте его по голове и говорите «Молодец»)

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца участвовать в процессе кормления?

- Убедитесь в том, что ребёнок спокоен и ему хорошо, до того как он кушает.
- Убедитесь в том, что ребёнок бодр и готов к кормлению
- Убедитесь в том, что вы сидите напротив ребёнка и находитесь на равной высоте.
- Убедитесь в том, что вы имеете зрительный контакт с ребёнком и говорите с ним.
- Будьте, если нужно, мотивирующим образцом.
- Дайте ребёнку почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- Давайте ребёнку попробовать делать вещи самому и ещё просите его что-то делать, например, держать ложку.
- Объясняйте ребёнку ваши действия.
- Наблюдайте за поведением ребёнка.
- Замечайте вкусовые предпочтения ребенка и используйте их.
- Хвалите ребёнка рукоплесканием или словами, как «Молодец», когда он сделал что-то правильно. Убедитесь в том, что у Вас есть телесный контакт с ребёнком.

Вспомогательные предметы или условия:

- Собственная бутылка или стакан, который ребёнок может держать обеими руками. Убедитесь в том, что нижняя часть стакана немного тяжелее. Это помогает ребенку держать и ставить стакан.
- Собственная ложка (маленькая, с закругленными углами)
- Пюре из овощей, фруктовое пюре, йогурт или пудинг
- "Нагрудник", чтобы у вас было меньше работы при стирке

Цели:

SH 15: Ваш ребенок умеет есть то, что вы едите, если пища размельчена.

SH 16: Ваш ребенок умеет снимать носки и капюшон

Что уже умеет ваш ребенок:

- Ваш ребенок умеет есть то, что вы едите, если пища размельчена
- Ваш ребенок умеет двигать руками в нужном ему направлении.
- Ваш ребенок умеет держать предметы в своих руках.

SH 15: Вы можете дать ребенку еду, которую вы приготовили дома для себя. Однако сначала размельчайте её ложкой. Делайте это в первый раз с теми продуктами, которые ребенок любит. Пока ребенок не может кусать самостоятельно, используйте мягкую пищу, а позже что-то потвёрже. Ребенок, вероятно, предпочитает брать небольшие куски еды руками. Пусть он это делает, ему так интереснее. Объясняйте ребёнку, что он делает ("Ты сейчас ешь картошку", улыбайтесь ему, гладьте его по голове и говорите: "Молодец".)

SH 16: Учите ребенка самостоятельно одеваться и раздеваться. Когда вы подготавливаете одежду ребенка, говорите ему, чтобы он сам брал носки / капюшон, и ждите того момента, когда он это сделает. Если это трудно для ребенка, помогите ему. Одевайте, если надо, носки/капюшон вместе. Попробуйте выполнять это в образе игры. Ребенку это понравится и потом он это будет делать самостоятельно. Используйте для первых попыток большую по размеру одежду. Это помогает ребенку легко одеваться и раздеваться. Потом вы можете также использовать его носки/капюшон.

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца к совместному действию?

- Убедитесь в том, что вы сидите напротив ребёнка и находитесь на равном уровне.
- Убедитесь в том, что вы имеете зрительный контакт с ребёнком и говорите с ним.
- Будьте, если нужно, мотивирующим образцом.
- Давайте ребёнку почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- включайте в процесс одевания и раздевания весёлые игры для Вас и Вашего ребёнка.
- Давайте ребёнку попробовать делать вещи самому и ещё просите его что-то делать, например, держать ложку.
- Объясняйте ребёнку, что вы сами делаете.
- Наблюдайте за поведением ребёнка.
- Хвалите ребёнка рукоплесканием или словами, как «МОЛОДЕЦ», когда он сделал что-то правильно. Убедитесь в том, что у Вас есть телесный контакт с ребёнком
- Раздевание, как правило, легче, чем одевание для детей. Начинайте, например, со снятия носков или капюшона.
- Позволяйте ребенку, например, также снимать ваш собственный капюшон

Вспомогательные предметы или условия:

- Собственная ложка (маленькая и с закругленными углами)
- Носки, шляпы, шапки, которые немного больше по размеру

Цели:

SH 17: Ваш ребенок, протягивая свои руки и ноги, тем самым поможет Вам одеть его.

SH 18: Ваш ребенок может надеть капюшон.

Что уже умеет ваш ребенок:

- Ваш ребенок умеет двигать руки в нужном ему направлении
- Ваш ребенок умеет держать предметы в своих руках.
- Ваш ребенок может снять свои носки.

SH 17: Предоставляйте ребенку возможность самостоятельно одеваться и раздеваться.

Пример: Попросите ребенка, когда вы снимаете его футболку, чтобы он поднимал руки и говорите ему: "Супер, мы справились". Вы можете сделать то же самое, когда вы снимаете с него штаны. Вы можете и одевать куклу вместе и показывать ребёнку подъемом и растяжкой рук и ног куклы, как это делать.

Одевайте и раздевайте ребёнка после игры. Наблюдайте за ребенком, как он при этом протягивает его руки и ноги. Объясняйте ему, что вы делаете.

SH 18: Как только ребенок научился сам снимать носки/капюшон, научите его самостоятельно надевать капюшон. Готовьте место для этой игры. Используйте разноцветные капюшоны и играйте в игру «Одевать и снимать». Надевайте капюшоны друг другу. Ребенку понравится надевать вам капюшон.

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца к совместному действию?

- Убедитесь в том, что вы сидите напротив ребёнка и находитесь на равном уровне.
- Убедитесь в том, что вы имеете зрительный контакт с ребёнком и говорите с ним.
- Будьте, если нужно, мотивирующим образцом.
- Дайте ребёнку почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- Используйте повседневные ситуации, чтобы учиться вместе с ребенком чему-то новому.
- Включайте в учебные ситуации веселье и развлечение для себя и ребенка.
- Предоставьте ребенку возможность делать все самому и пробовать что – то новое.
- Объясняйте ребёнку, что вы сами делаете.
- Наблюдайте за поведением ребёнка.
- Хвалите ребёнка рукоплесканием или словами, как «МОЛОДЕЦ», когда он сделал что-то правильно. Убедитесь в том, что у Вас есть телесный контакт с ребенком
- Некоторые дети не любят, когда снимают футболку через голову. Делайте это в образе игры и убедитесь в том, что ворот рубашки достаточно широк.

Вспомогательные предметы или условия:

- Одежда ребёнка - особенно мягкая одежда и одежда, которую ребенок любит.
- Шляпы, шапки, которые немного больше по размеру.

Цели:

SH 19: Ваш ребенок умеет пить воду из стакана, при этом ничего не проливая.

SH 20: Ваш ребенок умеет есть ложкой, при этом не роняя еду на пол

Что уже умеет ваш ребенок:

- Ваш ребенок умеет пить воду из стакана. Случается, что немного воды проливается.
- Ваш ребенок умеет сам есть ложкой. Случается, что ребенок допускает оплошности и роняет еду.
- Ваш ребенок умеет есть взрослую размельченную пищу

SH 19: Ставьте стакан на место, с которого ребенок легко может взять его и дождитесь момента, когда он возьмёт его. Наблюдайте за ребенком, как он пьёт и ставит стакан. Поддерживайте, если надо, ребенка. Если ребенок справляется, не проливая ничего, хвалите его ("Молодец, ты выпил, не пролив ничего"). Всегда наливайте немного воды в стакан. Если ребенку трудно, попытайтесь найти стакан, который он сможет лучше держать.

SH 20: Дайте ребенку возможность пользоваться ложкой и самостоятельно кушать. Если ребенок справляется, не роняя ничего, хвалите его ("МОЛОДЕЦ, ты съел, не уронив ничего. Если у ребенка трудности держать полную ложку или вести её в рот, поддерживайте его и нежно ведите руку. Если всё ещё пища падает с ложки, помогите ребенку взять меньше еды на ложку. Будьте, если необходимо, хорошим образцом.

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца к совместному действию?

- Убедитесь в том, что вы сидите напротив ребёнка и находитесь на равном уровне.
- Убедитесь в том, что вы имеете зрительный контакт с ребёнком и говорите с ним.
- Будьте, если нужно, мотивирующим образцом.
- Дайте ребёнку почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- Используйте повседневные ситуации, чтобы учиться вместе с ребенком чему-то новому.
- Включайте в учебные ситуации веселье и развлечение для себя и ребенка.
- Предоставьте ребенку возможность делать все самому и пробовать что – то новое.
- Объясняйте ребёнку, что вы сами делаете.
- Наблюдайте за поведением ребёнка.
- Хвалите ребёнка рукоплесканием или словами, как «МОЛОДЕЦ», когда он сделал что-то правильно. Убедитесь, что у Вас есть телесный контакт с ребенком
- Ваш Ребенок достигнет больших успехов, если Вы будете ставить ему соответствующие нормы. (Например: меньше воды в стакане)

Вспомогательные предметы или условия:

- Стакан, который ребенок может легко держать и подносить ко рту.
- десертная ложка (маленькая с закругленными углами)
- пюре из овощей, фруктовое пюре, йогурт, пудинг

Цели:

SH 21: Ваш ребенок умеет снимать штаны самостоятельно.

SH 22: Ваш ребенок умеет проводить некоторое время в течение дня без подгузников.

Что уже умеет ваш ребенок:

- Ваш ребенок умеет снимать носки и шапку самостоятельно
- Ваш ребенок может помочь вам снять с себя одежду, протягивая его руки и ноги.
- Ваш ребенок умеет надевать капюшон.

SH 21: В процессе одевания используйте время, чтобы воспитать его самостоятельность.

Пример: Хорошим временем для этого станет время купания. Когда снимаете штаны с ребенка, делайте это вместе. Говорите: "Давай, снимем штаны". И при этом когда Вы помогаете ему снимать штаны, объясняйте ему Ваши действия. Со временем Ваш ребенок будет пытаться сделать это самостоятельно и тем самым шаг за шагом уменьшится Ваша поддержка..

SH 22: Прежде, чем вы начинёте приучать ребенка к туалету было бы полезно, чтобы у него уже развилась некоторая регулярность хождения в туалет, например, в выполнении дефекации («какать» или как бы вы это назвали). Также для Вашего ребенка уже должно наступить время, когда он может оставаться чистым и сухим без подгузника. Обращайте внимание на привычки ребенка, в выполнении дефекации (какать в подгузник) и соблюдайте время, когда это обычно происходит. Когда вы меняете его подгузник, говорите ребенку, что вы делаете это потому, что – выражайте это как хотите – он «сделал своё дело» в них. Хвалите ребенка за это. Это помогает ребенку заметить и понять, что ему надо в туалет. Если ребёнок имеет стул по определённым временам и остается впоследствии в течение 2-3 часов "чистым" или сухим, вы можете начать приучать его ходить без подгузника. Часто родители начинают приукаивать ребенка к туалету в возрасте 2 лет и более. Если вы чувствуете, что у ребенка вряд ли развивается некоторая регулярность в туалетных привычках или он вряд ли остаётся чистым и сухим в течении 2-3 часов, то это может быть признаком проблем со

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца к совместному действию?

- Убедитесь в том, что вы имеете зрительный контакт с ребёнком и говорите с ним.
- Хвалите ребенка, когда он имеет стул. Избегайте выражений отвращения к стулу или моче ребенка.
- Давайте ребёнку почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- Соблюдайте повседневную рутину при приучении к туалету.
- Не ругайте ребёнка, если он съёт руки в горшок. Просто терпеливо вымойте его руки.
- Объясняйте ребёнку, что вы делаете.
- Наблюдайте за поведением ребёнка.
- Хвалите ребёнка рукоплесканием или словами, как «Молодец», когда он показывает позитивное или правильное поведение.
- Не ругайте, если ваши попытки давать ребёнку играть без подгузников, порой не получаются и он в какает в штаны

Вспомогательные предметы или условия:

- Используйте штаны с эластичным поясом, так чтобы ребенку было их легче снять.
- Начать приучение к туалету обычно легче летом (потому что ребенок, вероятно, носит меньше одежды), чем зимой
- Будьте образцом для ребенка и объясняйте ему, если вам самому нужно ходить в туалет.

Цели:

SH 23: Ваш ребенок умеет пить воду или сок через соломинку.

SH 24: Ваш ребенок умеет пользоваться вилок

Что уже умеет ваш ребенок:

- Ваш ребенок умеет пить воду из стакана, не проливая ничего
- Ваш ребенок умеет есть ложкой и при этом не роняет еду на пол.

SH 23: Маленькая пачка «Тетра Пак» с молоком или соком может быть полезной, чтобы научиться пить через соломинку. Поначалу пить через соломинку может быть трудно для ребенка. Большинству детей нужна сначала помощь. Когда Ваш ребёнок пьёт сок или молоко, вы необходимо аккуратно сжать упаковку так, чтобы жидкость поступала в соломинку. Предоставьте ребенку возможность становиться более самостоятельным с каждым днём. Не используйте слишком длинные соломинки, а только соломинки, которые ребенок легко может взять в рот. Выбирайте любимый сок вашего ребенка. Ребенку, безусловно, будет нравиться пить через соломинку.

SH 24: Позволяйте ребенку есть вилок. Показывайте ему, как правильно держать вилок, как накалывать пищу и как использовать вилок. Когда помогаете ребенку, вы можете ему точно объяснить, что вы делаете. Кушать вилок будет проще для ребенка, если он слышит и видит вас во время еды. Помогайте ребенку накалывать пищу и ведите, если надо, его руку. Если ребенок "захватывает" кусочки пищи вилок, хвалите его. («Молодец, ты хорошо держал вилок» или «Молодец, ты осторожно наколот свою еду вилок»).

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца к совместному действию?

- Убедитесь в том, что вы сидите напротив ребёнка и находитесь на равном уровне.
- Убедитесь в том, что вы имеете зрительный контакт с ребёнком и говорите с ним.
- Будьте, если нужно, мотивирующим образцом.
- Дайте ребёнку почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- Используйте повседневные ситуации, чтобы учиться вместе с ребенком чему-то новому.
- Объясняйте ребёнку, что вы сами делаете.
- Наблюдайте за поведением ребёнка.
- Хвалите ребёнка рукоплесканием или словами, как «Молодец», когда он показывает позитивное или правильное поведение.
- Размельчайте пищу, чтобы ребёнок мог её хорошо накалывать.
- Мягкая пища (например, картофель, яблоки) лучше подходит, чем очень твёрдая (например, мясо)

Вспомогательные предметы или условия:

- Короткие, пёстрые соломинки.
- Подходящие детские вилки.
- Пища, разрезанная на маленькие куски (фрукты и овощи).
- "Нагрузник", чтобы у вас было меньше работы при стирке

Цели:

SH 25: Ваш ребенок может сам надеть носки.

SH 26: Ваш ребенок может даже надеть свою обувь (без необходимости завязывать шнурки).

Что уже умеет ваш ребенок:

- Ваш ребенок может снять свои штаны.
- Ваш ребенок может снять носки и капюшон.
- Ваш ребенок может надеть капюшон.

SH 25: Используйте время для развития самостоятельности, когда ребёнок одевается. Когда вы надеваете ребенку носки, делайте это сначала вместе с ним. Говорите ему: "Давай наденем носки", пока вы ведете его руку и помогаете ему. При этом объясняйте ребенку, что вы делаете. Делайте это в форме игры. Ребенку будет это нравиться, и он будет пробовать самостоятельно надеть носки. Когда ребенок становится более самостоятельным, уменьшайте свою помощь. С увеличением независимости помогайте ребенку только на последнем шаге. То есть, тяните носки ребёнка только до пяток и просите его, подтянуть носки самому. Затем поддерживайте ребенка только словами. Поначалу надеть носки может оказаться трудно для ребенка. Не волнуйтесь. Всему нужно своё время.

SH 26: Используйте время для развития самостоятельности ребёнка, когда вы, например, гуляете. Когда вы берете обувь ребенка, говорите ему: "Давай, обуемся", и помогайте ребенку. В то же время, Вам необходимо объяснять, что вы делаете. Поддерживайте ребенка в самоэкспериментировании. Когда ребенок надел обувь, надевайте свою обувь и показывайте ребенку шаг за шагом, как вы обуваетесь. Объясняйте ему отдельные шаги. Будьте образцом и говорите: "Посмотри, я протягиваю свою ногу. Давай, повторяй за мной". Предоставьте ребенку возможность становиться шаг за шагом более

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца к совместному действию?

- Убедитесь в том, что вы имеете зрительный контакт с ребёнком и говорите с ним.
- Будьте, если нужно, мотивирующим образцом.
- Дайте ребёнку почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- Используйте повседневные ситуации, чтобы учиться вместе с ребенком чему-то новому.
- Объясняйте ребёнку, что вы сами делаете.
- Наблюдайте за поведением ребёнка.
- Хвалите ребёнка рукоплесканием или словами, как «Молодец», когда он сделал что-то правильно.
- Разрешайте, например, ребенку, надеть вашу обувь, чтобы ходить несколько шагов в квартире.

Вспомогательные предметы или условия:

- Мягкие и эластичные носки (такие легче надевать)
- Носки без пяток.
- Кроссовки или ботинки без шнурков.
- Обувь на липучке

Цели:

SH 27: Ваш ребёнок может надеть и снять свои штаны.

SH 28: Ваш ребёнок может снять свой свитер

Что уже умеет ваш ребенок:

- Ваш ребёнок может снять свои штаны
- Ваш ребёнок может снять свои носки и капюшон.
- Ваш ребёнок может надеть капюшон

SH 27: Используйте время для развития самостоятельности, когда ребёнок одевается.

Когда вы надеваете ребёнку штаны, делайте это вместе. Говорите: "Давай, надеваем твои штаны", пока вы ведёте его руку и помогайте ему. В то же время, Вам необходимо говорить ему, что вы делаете. Начинайте с простейшего: Это означает, вы тянете штаны через пятки до колен. Тогда вы можете попросить ребенка, подтянуть штаны от колен до бедра. Как только он с этим справится, Вы сами ещё тянете штаны через щиколотку. Делайте это в форме игры и просите ребенка, подтянуть штаны, чтобы ноги снова «появились». Помогайте ребенку в конце надевать себе штаны. Поверните ребёнку при этом штаны так, чтобы лицевая сторона была впереди. Позже давайте ребенку самому обнаружить какая сторона передняя и какая задняя.

SH 28: Используйте время для развития самостоятельности, когда ребёнок одевается. Когда вы снимаете с ребёнка свитер, делайте это вместе с ним. Говорите: "Давай, снимем твой свитер", помогайте ему, ведя его руку, чтобы находить правильные «дырки». В то же время, Вам необходимо ему объяснять, что вы делаете. Вначале вы можете выбрать свитера, которые побольше и у которых большой воротник. Это помогает ребенку снять свитер легче. Если у ребенка стало лучше получаться, то вы можете начать использовать его собственную одежду.

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца к совместному действию?

- Убедитесь в том, что вы имеете зрительный контакт с ребёнком и говорите с ним.
- Будьте, если нужно, мотивирующим образцом и дайте ребёнку возможность понаблюдать, как Вы сами надеваете или снимаете штаны и свитер.
- Дайте ребёнку почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- Используйте повседневные ситуации, чтобы учить ребенка чему – то новому.
- Объясняйте ребёнку, что вы сами делаете.
- Наблюдайте за поведением ребёнка.
- Хвалите ребёнка рукоплесканием или словами, как «Молодец», когда он сделал что-то правильно.
- Создавайте совместные костюмированные или ролевые игры ("Теперь мы собираемся на Северный полюс и должны одеться тепло!")

Полезные предметы или условия:

- Широкие штаны на резинке.
- Кроссовки или ботинки без шнурков.
- Большой свитер с широким воротником

Цели:

SH 29: Ваш ребенок может расстегнуть молнию.

SH 30: Ваш ребенок может выразить словами и жестами, когда ему нужно в туалет.

Что уже умеет ваш ребенок:

- Ваш ребёнок может надеть и снять свои штаны
- Ваш ребёнок может надеть и снять свои носки и капюшон.
- Ваш ребёнок может снять капюшон
- Ваш ребёнок чист на более длительный период времени

SH 29: Используйте время для развития самостоятельности, когда ребёнок одевается. Расстёгивайте молнию одежды ребенка вместе с ним. Говорите: "Давай, расстегнём молнию", пока вы ведёте руки ребенка и тянете замок вниз. Снова ведите руку ребенка и тяните молнию обратно вверх. Объясните ребенку, что вы делаете. Сначала проще показывать ребенку, как молния расстёгивается. Закрытие молнии труднее. Чтобы закрывать молнию, многие дети нуждаются до детского возраста в помощи. Начинайте с большой молнии. Если ребенок делает успехи, пробуйте использовать молнии поменьше.

SH 30: Приучение ребенка к туалету можете начать в тот момент, когда ребенок вам сообщает через жесты, мимику, слова или знаки, что ему нужно в туалет. Следите за туалетными привычками ребенка и обратите внимание, как часто ребенок должен ходить "на горшок", чтобы выявить есть ли определенная закономерность. Если ребенок должен сходить в туалет, посадите его на горшок. Делайте это регулярно. Когда ребенок сидит на горшке, оставайтесь с ним и объясняйте ему, почему вы это делаете. Хвалите ребенка, когда он сходил на горшок. Большинство детей скоро начинают говорить вам, когда им нужно в туалет. Если ваш ребенок это сообщает, вы должны посадить его сразу на горшок. Это очень важно для ребенка, так как он этим замечает, что это очень важно для родителей. Если ребенок указывает вам, что он должен «сходить в туалет», обязательно хвалите его.

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца к совместному действию?

- Убедитесь в том, что вы имеете зрительный контакт с ребёнком и говорите с ним.
- Будьте, если нужно, мотивирующим образцом и сообщайте ребенку, когда вы сами должны ходить в туалет.
- Дайте ребёнку почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- Используйте повседневные ситуации, чтобы учить ребенка чему – то новому
- Объясняйте ребёнку, что вы делаете.
- Наблюдайте за поведением ребёнка.
- Хвалите ребёнка рукоплесканием или словами, как «Молодец», когда он показывает позитивное или правильное поведение.
- Избегайте того, что "горшок" используется в качестве игрового материала. "Горшок" служит лишь для дефекации и мочеиспускания.
- Помните, что маленькие дети могут бояться ходить в туалет для взрослых, так как они чаще всего слишком большие. подумайте о возможности специального стульчака.

Вспомогательные предметы или условия:

- Большие молнии, на конце которых закреплены кольцо или шнурок.
- "Горшок"
- Стульчак, который может быть прикреплен к туалету взрослых.

Цели:

SH 31: Ваш ребенок умеет ходить в туалет под присмотром взрослых.

SH 32: Ваш ребенок умеет с Вашей помощью мыть и вытирать лицо и руки.

Что уже умеет ваш ребенок:

- Ваш ребёнок может надеть и снять свои штаны.
- Ваш ребёнок может надеть и снять свою обувь и капюшон.
- Ваш ребёнок остается чистым на более длительный срок
- Ваш ребёнок умеет держать, брать и ставить предметы.

SH 31: Когда вы ходите с ребенком в туалет, помогите ему снять штаны и ждите, пока он сядет на горшок. При этом ребёнку, возможно, нужна помощь. Например, ему может быть трудно садиться на горшок, пока он держит штаны вокруг щиколоток. Вам может понадобиться помочь ребёнку прямо сидеть на горшке. Когда ребёнок сделал дело, вы должны напомнить ему встать, говоря, "Отлично, мы сделали дело". Полезно, если ребенок сообщает вам: "я закончил". До детского сада многие дети будут нуждаться в помощи в обращении с туалетной бумагой. Когда ребенок готов, помогайте ему подтянуть свои штаны. Это занимает некоторое время, прежде чем ребенок сможет это самостоятельно сделать. Не волнуйтесь из-за этого. Давайте ребенку попробовать это в одиночку и помогайте ему, если он не сразу справляется. Если ребенок справляется, хвалите его.

SH 32: Используйте время ухода за телом для развития самостоятельности. (Например, перед завтраком или когда ребенок просыпается утром). Идите с ребёнком в ванную комнату и просите его мыть лицо и руки. Вы можете сказать, что это важно, потому что чистые руки и чистое лицо полезны для здоровья. Предоставьте ребенку возможность сделать это самостоятельно. Помогите ему открутить кран. Покажите ребенку, как это делается. Покажите это шаг за шагом и подбадривайте ребёнка делать это самому.

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца к совместному действию?

- Убедитесь в том, что вы имеете зрительный контакт с ребёнком и говорите с ним.
- Будьте, если нужно, мотивирующим образцом и давайте ребёнку быть рядом, когда вы сами моете руки или лицо.
- Дайте ребёнку почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- Используйте повседневные ситуации, чтобы учить ребенка чему – то новому.
- Включайте в уроки веселье и развлечение для себя и ребенка.
- Предоставляйте ребенку возможность делать все самому и пробовать что – то новое.
- Объясняйте ребёнку, что вы сами делаете.
- Наблюдайте за поведением ребёнка.
- Хвалите ребёнка рукоплесканием или словами, как «Молодец», когда он сделал что-то правильно.
- Поначалу не важно моет ли ребенок на самом деле именно руки или лицо.

Вспомогательные предметы или условия:

- Горшок
- Стульчак для унитаза.
- Жидкое мыло для рук, которое не щипит в глазах
- Мыло (размером с руку ребенка)
- Маленькое полотенце
- Возможно небольшой стул (чтобы ребенок мог достичь раковины - Внимание на опасность опрокидывания)
- Подходящее место для мыла, зубной щетки, зубной пасты, полотенца, так чтобы ребенок мог дотянуться до всего.

Цели:

SH 33: Ваш ребенок может с Вашей помощью чистить зубы.

Что уже умеет ваш ребенок:

- Ваш ребёнок умеет держать, брать и ставить предметы.

SH 33: Используйте обычные повседневные ситуации для того, чтобы научить ребенка чистить зубы.

Ходите после еды с ребенком в ванную. Объясняйте ему, почему надо чистить зубы. Будьте при этом образцом для ребенка и давайте ему чистить зубы самостоятельно. Вы также можете нежно держать и вести его руку, если это необходимо. Говорите с ребенком и объясняйте ему, что вы делаете. Многим детям трудно, аккуратно выдавить зубную пасту. Вы также можете подготовить это для него. Когда ребенок чистит зубы, говорите ему, что он должен смотреть в зеркало, чтобы увидеть свои белые зубы. Говорите ему, что от него действительно хорошо пахнет, когда вы целуете его.

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца к совместному действию?

- Убедитесь в том, что вы сидите напротив ребёнка и находитесь на равном уровне.
- Убедитесь в том, что вы имеете зрительный контакт с ребёнком и говорите с ним.
- Будьте, если нужно, мотивирующим образцом и сами чистите зубы после еды.
- Дайте ребёнку почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- Предоставляйте ребенку возможность делать все самому и пробовать что – то новое.
- Не ругайте, если ребёнок сначала, например, выдавливает слишком много зубной пасты на зубную щётку.
- Объясняйте ребёнку, что вы сами делаете.
- Наблюдайте за поведением ребёнка.
- Хвалите ребёнка рукоплесканием или словами, как «Молодец», когда он сделал что-то правильно.
- Изначально дело не в том, что ребенок должен совершенно правильно чистить зубы. Важно, что ему интересно и что он это регулярно делает.

Вспомогательные предметы или условия:

- Детская зубная щетка и паста
- Маленький стул (чтобы ваш ребенок мог пользоваться ванной комнатой)
- Подходящее место для мыла, зубной щетки, зубной пасты, полотенца, так чтобы ребенок мог всё достать

Цели:

SH 34: Ваш ребенок умеет самостоятельно есть ложкой и вилкой.

SH 35: Ваш ребенок умеет наполнять стакан водой из кувшина, ничего не проливая.

SH 36: Ваш ребенок умеет надевать свитер.

Что уже умеет ваш ребенок:

- Ваш ребенок умеет пить воду из стакана, ничего не проливая.
- Ваш ребенок умеет есть ложкой, ничего не роняя.
- Ваш ребенок умеет есть самостоятельно вилкой.
- Ваш ребенок умеет в одиночку снимать свитер.

SH 34: Воспользуйтесь ежедневным временем приёма пищи, чтобы научить ребенка есть вилкой и ложкой. Ешьте вместе со всей семьей. Дайте ребенку возможность попытаться есть вилкой и ложкой. Помогайте ему, если это необходимо. Если ребенок справляется самостоятельно, хвалите его.

SH 35: Позвольте ребенку самостоятельно наливать воду из кувшина или бутылки в стакан. Вы можете использовать ситуации, в которых он испытывает жажду или готовит напиток. Поставьте стакан и кувшин на место, которое находится в пределах досягаемости ребенка. Затем ждите, пока ваш ребенок нальёт воду. Следите за ребенком, пока он наполняет стакан водой. Говорите ему, что он должен вовремя прекратить, чтобы стакан не был переполненным. Помогайте ребенку, если надо. Если ребенок делает успехи в этом, берите прозрачный кувшин и стакан для вашего ребенка, чтобы он мог видеть количество воды. Оставляйте только небольшое количество воды в кувшине, чтобы облегчить ребенку наполнение.

SH 36: Используйте время для развития самостоятельности, когда ребенок одевается. Когда вы надеваете ребенку свитер, делайте это вместе с ним. Говорите: "Давай, наденем свитер", и помогайте ребенку. При этом Вам необходимо объяснить ребенку, что вы делаете. Выбирайте сначала большую футболку с широким воротником. Это поможет ребенку надеть свитер. Если ребенок с этим хорошо справляется, используйте его собственный свитер. При надевании свитера, важно начать с последнего шага. То есть, вы тянете свитер через голову и руки ребенка, а затем просите его тянуть свитер вниз от груди до живота.

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца к совместному действию?

- Убедитесь в том, что вы сидите напротив ребёнка и находитесь на равном уровне.
- Убедитесь в том, что вы имеете зрительный контакт с ребёнком и говорите с ним.
- Будьте, если нужно, мотивирующим образцом.
- Дайте ребёнку почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- Объясняйте ребёнку, что вы сами делаете.
- Наблюдайте за поведением ребёнка.
- Хвалите ребёнка рукоплесканием или словами, как «Молодец», когда он сделал что-то правильно.
- Некоторые дети не любят надевать одежду через голову.
- Будьте терпеливы и не пытайтесь тянуть свитер через голову с насилием.
- Вы также можете создать игру из этого.

Вспомогательные предметы или условия:

- Ложка, которую ребенок может легко использовать.
- Маленькая и узкая вилка с длинной ручкой.
- Прозрачный кувшин и стакан
- Большая футболка
- Большой свитер

Цели:

SH 37: Ваш ребенок умеет застегивать пуговицы.

SH 38: Ваш ребенок умеет расстегивать пуговицы.

SH 39: Ваш ребенок умеет вешать вещи на крючки.

Что уже умеет ваш ребенок:

- Ваш ребенок умеет надевать и снимать штаны.
- Ваш ребенок умеет надевать и снимать капюшон и носки.
- Ваш ребенок умеет снимать свитер.
- Ваш ребенок умеет расстегивать молнию.

SH 37/38: Начинайте сначала с большими пуговицами, чтобы мотивировать ребенка застегивать и расстегивать. Говорите: "Давай, расстегнем пуговицы", и объясните ребенку отдельные шаги. В то же время, вы стоите за ребенком, и берёте его руку, чтобы её вести. Если ребенок делает успехи, ждите, пока он расстегивает пуговицы и помогите ему, если надо. Как только ваш ребенок успешно расстегивает пуговицы, вы начинаете показать ему как их застегивать. Если ребенок уже чувствует себя в этом уверенно, вы можете начать с маленьких пуговиц.

SH 39: Начинайте с большого крючка для одежды, на который ребенок легко может повесить что-то. Объясняйте ему, как можно что-то повесить. Показывайте ему потом, как что-то обратно достать с крючка. Говорите: "Давай, повесим что-то вместе" и объясняйте ребенку отдельные шаги. Стойте за ребенком и берите его руки, чтобы их вести. Если ребенок делает успехи, ждите пока он все сделает самостоятельно и поддерживайте его, если необходимо. Используйте ту же последовательность, когда вы учите ребенка, как нужно снимать что-то с крючка. Если ваш ребенок справляется самостоятельно с большим крючком, то можете взять крючки

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца к совместному действию?

- Убедитесь в том, что вы сидите напротив ребёнка и находитесь на равном уровне.
- Убедитесь в том, что вы имеете зрительный контакт с ребёнком и говорите с ним.
- Будьте, если нужно, мотивирующим образцом. Вы можете вполне преувеличивать, когда сами застёгиваете пуговицы.
- Дайте ребёнку почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- Предоставляйте ребенку возможность делать все самому и пробовать что – то новое.
- Объясняйте ребёнку, что вы сами делаете.
- Наблюдайте за поведением ребёнка.
- Хвалите ребёнка, если он старается.

Вспомогательные предметы или условия:

- Большая футболка.
- Большой свитер.
- Одежда с большими пуговицами.
- Одежда с большими петлями.

Цели:

SH 40: Ваш ребенок умеет раздеваться самостоятельно.

SH 41: Ваш ребенок умеет одеваться самостоятельно с инструкциями.

SH 42: Ваш ребенок умеет тянуть вниз штаны на унитазе самостоятельно

Что уже умеет ваш ребенок:

- Ваш ребенок умеет надевать и снимать штаны.
- Ваш ребенок умеет надевать и снимать капюшон и носки.
- Ваш ребенок умеет снимать свитер.
- Ваш ребенок умеет расстегивать молнию.
- Ваш ребенок умеет выразить словами и знаками, когда ему нужно в туалет.
- Ваш ребенок умеет ходить в туалет под присмотром взрослых.

SH 40: Используйте время для развития самостоятельности, когда ребёнок одевается. Говорите ему (например, перед купанием), что он должен сам одеваться. Пусть ребенок старается делать все в одиночку. Поддерживаете его, если необходимо. Если ребенок имеет, например, трудности в последовательности раздевания, объясняйте ему, что он должен делать. Хвалите ребенка, когда он справился с этим ("Молодец, тебе удалось снять рубашку самому").

SH 41: Используйте время, когда, например, ребенок хочет с вами погулять, чтобы поощрять самостоятельность при одевании. Говорите ему, что надо одеваться. Поддерживайте его, если это необходимо. Помогайте ребенку правильно раскладывать его одежду. Говорите ему, с какого предмета одежды надо начинать. Объясняйте ему шаги, которым надо следовать, когда он одевается. Хвалите ребенка, когда он полностью готов ("Браво, молодец").

SH 42: Если ребенку необходимо в туалет и он сообщает Вам об этом, то дождитесь того момента, когда он начнет самостоятельно снимать штаны. Если ваш ребенок еще не полностью с этим справляется, вы можете ему помочь, спуская штаны немного вниз, например, до колена. Хвалите ребенка, когда он спускает штаны ещё ниже и садится на горшок. Если вы хвалите ребенка, говорите ему, что именно он сделал правильно. Пример: "Молодец, хорошо, что снял штаны". Хвалите ребенка с большим энтузиазмом, если он умеет снимать штаны в одиночку.

Что я могу сделать, чтобы мотивировать младенца к совместному действию?

- Дайте ребёнку достаточно времени, чтобы самостоятельно одеться и раздеться
- Убедитесь в том, что вы имеете зрительный контакт с ребёнком и говорите с ним.
- Дайте ребёнку почувствовать, что он занимает все ваше внимание.
- Включайте в уроки веселье и развлечение для себя и ребенка.
- Предоставляйте ребенку возможность делать все самому и пробовать что – то новое.
- Вы можете мотивировать ребёнка самостоятельно одеваться, если при этом вы позволяете ему самому выбирать одежду
- Также полезно, если вы, например, разложите одежду в правильном порядке на кровать или диван.

Вспомогательные предметы или условия:

- Вся одежда ребёнка.
- Горшок.
- Стульчак для унитаза.
- Штаны с эластичным поясом.