

Време за туширање

Совети за полесно самоодржување дома



Општи совети за успех

- Извршувајте проприоцептивни „тешки работни“ активности пред непреферираните задачи за неа за да помогнете во смирувањето, негата и учеството на детето.
- Склекови или склекови на сид
- Стискање/прегратки со голема мечка
- Протокол за четка “Вилбаргер”
- Потисок за зглобови
- Прошетки со животни (на пр., скокање со жаба, прошетка со мечка)
- Носење тежок предмет низ просторијата
- Позитивно зајакнете ја изведбата на задачата за неа (т.е. наградете со омилена играчка по учество во утрински рутини или бањање навечер).
- Осигурајте се дека детето точно знае за што е наградено
- Користете јазик „Прво, потоа“ (т.е. „Прво исечете 1 шајка, потоа земете ја играчката“)
- Користете визуелен/сликовен распоред за време на рутините за неа за да го подготвите детето за она што доаѓа (на пр., апликацијата „iDo Hygiene“).
- Сами моделирајте ја задачата за неа за да ја зголемите удобноста на детето со задачата.
- Пуштете тивка, смирувачка музика или пејте со бавен, ритмички тон за да го смириете детето (на пр., „Мравките маршираат“ или омилената музика на вашето дете).
- Пуштете омилено видео или играчка како одвлекување на вниманието ако задачата е премногу одбивна.

Време за туширање

Совети за полесно самоодржување дома



Прво..

- Разговарајте со вашето дете за тоа што ќе се случи пред капењето користејќи смирен глас
- Размислете да ја наполните кадата со вода пред да го внесете вашето дете во бањата, бидејќи звукот на проточна вода може да биде премногу стимулативен за некои деца
- Размислете за личните преференции
- Дозволете му на вашето дете да избере сапун што му мириса добро кога пазарувате во продавницата.
- Дозволете му на вашето дете да ја избере температурата на водата

За време на процесот...

- Обезбедете слабо осветлување за да создадете смирувачка средина
- Користете лимитирана листа „Задачи“ со едноставни слики што ги опишуваат чекорите на капењето
- Користете бавен, смирен глас за да му помогнете да го смири вашето дете
- Вклучете забавни играчки за да го задржите вашето дете ангажирано
(т.е. поставете играчки што ќе се движат низ водата, омилена фигура и преправајте се дека го бањате)
- Понудете му на вашето дете можност самостојно да ја измие косата или да извршува други задачи за капење за да го зголемите чувството на контрола врз ситуацијата
- Размислете да влезете во бањата со него и сами да моделирате активности за капење
- Донесете мерни чаши во кадата за да може вашето дете да контролира колку вода ќе си истури врз себе. Ова може да биде забавно и за полнење, истурање и црпење!
- Донесете кукла во кадата за вашето дете да се искапе за забава.

Време за туширање

Совети за полесно самоодржување дома

Општо земено

- Користете ја апликацијата „iDo Hygiene“, која визуелно ги опишува чекорите вклучени во миењето, како и други задачи за самогрижа.
- За некои деца кои имаат тешкотии со вестибуларната обработка, полнењето на водата на пониско ниво може да обезбеди поголемо чувство на самодоверба
- Ако навалувањето на главата назад додека ја плакнете косата е предизвик...
- Нека вашето дете ја навали главата напред, бидејќи ова може да биде подобро од навалувањето на главата назад.
- Нека вашето дете носи маска или пластични очила и истура вода врз главата
- Охрабрете го вашето дете само да ја користи главата за туширање