

Миенење за би

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.
- Склекови или склекови на сид
- Стискање/прегатки 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.

Миење заби

Совети за полесно самоодржување дома



На почетокот

- Пред миење на забите, десензитивирајте го лицето со цврсто триење топла крпа по образите, усните, страните на носот и брадата.
- Дозволете му на детето да ги мие забите со прст пред да почне со четката за заби
- Дозволете му на детето сама да си ја избере четката за заби
- Исто така, пред миење на забите, нанесете длабок, смирувачки притисок врз рацете и нозете на детето, движејќи се кон лицето.

За време на процесот...

- Обидете се да користите четка со екстра меки или силиконски влакна
- Или, користете паста за заби за деца без мирис, која не создава пена
- Обидете се со електрична Spinbrush, бидејќи вибрациите што ги обезбедува може да бидат смирувачки и регулирачки
- Мијте ги забите еден на друг по ред
- Изложеноста на концептот (на миење заби) му дава на детето чувство на контрола врз задачата
- Мијте пред огледало за да може детето да види што се случува
- Направете го миењето заби игра – (кажете му на детето дека напаѓаме бактерии.)
- Вклучете визуелен тајмер
- Започнете со само неколку секунди и продолжете до 2 минути
- Миењето заби може да помогне и да ги охрабри децата кои бараат орален сензорен влез да мијат за соодветен временски период, а не за долго време
- Броете до одреден број секој пат кога детето ќе мие. Кога ќе се достигне бројот, миењето запира
- Ова може постепено да се зголемува за да се олесни толеранцијата на миењето заби

Миење заби

Совети за полесно самоодржување дома

Општо земено

- Експериментирајте со различни вкусови на паста за заби за да одредите која претпочита вашето дете
- Не користете паста за заби на почетокот за да ја зголемите удобноста на вашето дете со идејата да ги мие забите
- Започнете со мала количина за да спречите вашето дете да се чувствува вознемирено додека ги мие забите.
- Започнете со 1-2 заби дневно, а потоа зголемете го бројот
- Пробајте различни температури на водата за да видите која најдобро ја толерира вашата уста
- Размислете за четка за заби што пее или електрична четка за заби
- Обидете се да ги миете забите додека сте во када за да комбинирате задачи за самогрижа.