



Департамент социального развития
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Сургутский реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями»

Рекомендации специалиста **«Подготовка к самостоятельному проживанию»**

Как подготовить ребенка к самостоятельному проживанию? Это очень важный вопрос и ответ на него совсем не однозначен. Особенно если этот вопрос касается детей с ограниченными возможностями здоровья. Необходимо понимать, что подготавливать детей к самостоятельному проживанию, необходимо поэтапно и учитывая функциональные возможности ребенка. Для этого необходимо определить, что ребенок в силах выполнять самостоятельно и начиная с самого легкого приучать выполнять те или иные задания самостоятельно без помощи взрослого и самое главное ежедневно.

На базе БУ «Сургутский реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями» реализуется проект «Детская тренировочная квартира», где дети учатся навыкам самообслуживания, и получают все навыки, которые им будут необходимы для самостоятельного проживания.

Конечно, не все дети смогут жить без сопровождения, но навыки самообслуживания прививаются всем исходя из функциональных возможностей каждого ребенка.

В условиях проекта «Детская тренировочная квартира», дети осваивают следующие навыки:

- навыки самообслуживания (стирка, уборка, глажка, приготовление элементарной пищи, моют за собой посуду и поддерживают чистоту)

- профессиональные навыки (изучают швейное мастерство, учатся сажать овощи, цветы, изучают художественные направления).

Для родителей важно понимать, что все навыки необходимо закреплять и в домашних условиях. Иногда происходит так, что дети выполняют что-то медленно и родители хотят ускорить процесс начинают выполнять то или иное задание за них, но это не правильно, ведь каждый раз идти на уступки, означает отсрочить автоматизацию того или иного навыка. Родители должны понимать, что навыки самообслуживания приобретенные в детстве, помогут успешно социализироваться и подготовиться к самостоятельному проживанию во взрослом возрасте.

Предлагаем вашему вниманию, виды деятельности, которые ребенок может выполнять самостоятельно для успешной подготовки к самостоятельной жизни.

- Следить за гигиеной: посещать туалет, умываться и следить за внешним видом. Использовать по назначению средства личной гигиены.

- Выбатывать навыки самообслуживания: самостоятельно одеваться, раздеваться, принимать пищу, расчесывать и прибирать волосы.

- Заниматься уборкой помещения: этот вид работы, воспитывает аккуратность, бережность к вещам, к порядку.

- Уход за одеждой: дети следят за гигиеной одежды, стирают сушат, гладят, также ухаживают за обувью, чистят, сушат.

- Сервировка стола: дети сервируют стол, что развивает эстетическое воспитание, и культуру приёма пищи.

- Поход в магазин: учатся самостоятельно посещать магазин, приобретать необходимые продукты питания и средства личной гигиены. Учатся расплачиваться за купленный товар.

- Приготовление еды: дети самостоятельно учатся готовить еду, распределяют продукты питания, знают из каких продуктов приготовить завтрак, обед или ужин.

И главное помнить, что успешно адаптировать ребенка к самостоятельному проживанию можно, но для этого нужно научить его всему.

Материал подготовил:

Психолог

А.А. Енбаева

Согласовано:

Заведующий отделением

Т.Р. Максимова

21.05.2021