**Воспитание социальных навыков**

**Навыки самообслуживания.** Пока ребенок маленький, его по­требности удовлетворяют родители. Взрослый слабовидя­щий учится сам удовлетворять свои потребности в соответствии с тре­бованиями общества условий, в которых он живет и приобретает навыки самообслуживания. Отсутствие возможности зрительного подражания требует от родителей последовательно шаг за шагом учить ребенка каждому действию, основываясь на проприоцептивном подражании, т.е. повторять и запоминать те действия, которые сначала он осуществляет с помощью взрослых, когда роди­тели его рукой выполняют необходимое действие.

При обучении навыкам самообслуживания детей с глубокими на­рушениями зрения взрослым необходимо знать некоторые общие требования и приемы работы с слабовидящим ребенком. **При обучении его какому-либо новому действию родитель встает сзади ребенка, укладывает свои руки на руки ребенка и его руками производит те движения, которыми должен овладеть ребенок.** Все действия необходимо называть, объяснять их назначение и порядок выполнения. **Каждое действие выполняется в строго определенной последовательности, которая сохраняется в течение всего времени обучения до усвоения ребенком этого действия и его автоматизации.**

Вторым важным условием формирования навыков по самообслу­живанию является **постепенное уменьшение помощи ребенку при выполнении действий.** Можно начать осуществление действия, закон­чить или выполнить наиболее трудную часть, но основное — это пре­доставление ему все большей самостоятельности при постоянном контроле за правильностью выполнения действий.

Третье условие состоит в том, чтобы **добиться от ребенка с нару­шением зрения точного и правильного выполнения навыков самооб­служивания.** Необходимо быть с ребенком терпеливым, **не делать того, что он уже может сам, не опережать событий и не подгонять его.** Вы­держка и доброжелательное отношение к ребенку, для которого овладение всеми этими навыками без контроля зрением очень труд­но, обеспечат положительный результат в воспитании.

Заинтересованность в успехе своей работы у детей служит хоро­шим мотивом для преодоления трудностей их деятельности по само­обслуживанию, поэтому так **важно замечать их малейшие продвиже­ния в овладении навыками, поддерживать, поощрять и хвалить за каждое новое, хотя и небольшое продвижение.**

Среди условий успешного овладения детьми с нарушением зрения простейшими социальными навыками большое место занимают овладение детьми **навыками гигиены.** Для этого необходимо познакомить не только с предметами ухода за телом, ртом, но, самое главное, следует показать детям необходимость выполнения гигиенических навыков для здоровья. Дети с нарушением зрения должны усвоить, как следует обращаться с кранами холодной и горячей воды, смесителями: слабовидящий должен запомнить их расположение (напри­мер, горячая — слева, холодная — справа), научиться различать кра­ны на ощупь. Для смешивания горячей и холодной воды всегда следует сначала открывать холодную, чтобы избежать ожогов. Как и при зна­комстве с вещами во всей квартире, при обследовании ванной комна­ты необходимо познакомить ребенка со всем, что в ней находится, а также отвести ему постоянное место для его полотенца, зубной щет­ки, пасты, мыла. При обучении ребенка навыкам самообслуживания важно опираться на его мышечную память, температурную чувствитель­ность при выполнении действий вместе с родителями.

Один из важных гигиенических навыков — пользование туалетом. Появление самоконтроля за действием кишечника и мочевого пузыря во многом зависит от родителей, от того, на­сколько они внимательно следят за временными интервалами выделе­ний у ребенка и как их используют для своевременного удовлетворения его потребности, обучая социально приемлемым способам их выполне­ния, сопровождая речевыми пояснениями и приучая просить помощи у родителей, когда ребенок сам еще не может выполнить все действия.

Ребенок должен знать и представлять современный туалет, на­учиться пользоваться унитазом, спускать воду. Дошкольник должен научиться садиться на него и слезать. Для детей с глубокими наруше­ниями зрения важно держаться за что-нибудь: край ванны, умываль­ник или специально прикрепленную на стене ручку. Поскольку слабовидящие дети в основном пользуются унитазами для взрослых, следует приобрести специальную детскую приставку. Са­мостоятельное владение слабовидящим ребенком туале­том - это не просто формирование гигиенического навыка и приоб­щение к социальным способам удовлетворения своих физических потребностей. Овладение им позволяет ребенку с глубоким наруше­нием зрения расширить круг своей самостоятельности, создает у него чувство уверенности в себе, меньшей зависимости от взрослых.

В период дошкольного детства ребенок овладевает умением одеваться и раздеваться без посторонней помо­щи. При этом ему легче научиться раздеваться, чем одеваться, посколь­ку при одевании он должен не только уметь натягивать на себя одеж­ду, но определять и различать целый ряд признаков, относящихся к культуре одежды: лицевую и изнаночную стороны, переднюю и заднюю ее части. Особое внимание следует обратить на процесс раз­девания, соблюдение его строгой последовательности, сопровождая свои действия словесным описанием одежды. Следует знакомить с частями одежды: воротник, рукава, молния, пуговицы, карманы и т.д.

В процессе одевания важно использовать так называемое разде­ленное действие: часть выполняется взрослым, часть ребенком. При этом доля взрослого постепенно уменьшается. Например, мама помогает просунуть ноги в брючки, а ребенок сам натягивает их.

Очень важно, чтобы ребенок был одет аккуратно, для этого слабовидящего обучают определению изнаночной и лицевой сто­роны одежды, ее передней и задней частей, отыскивать такие детали, как пуговицы, швы, карманы, бантики и т.д. С этой целью на началь­ном этапе обучения можно делать нашитые метки, но важно, чтобы дети научились определять вещи без специальных меток, так как не всегда их можно использовать. Так, различать правый или левый бо­тинок дети учатся сначала по чувству удобства или неудобства ноги, апозже по сопоставлению их формы, сравнению двух поставленных рядом туфель.

Большое затруднение вызывает у слабовидящих овладение застегива­нием пуговиц, шнуровкой ботинок. Эти навыки они также постепенно приобретают, но целесообразнее использовать одежду и обувь с мол­ниями, липучками. Важно выработать у ребенка привычку самостоя­тельно убирать на выделенное ему место в шкафу свою одежду и обувь, четко соблюдать это правило, что позволит ему быть более самостоя­тельным в их нахождении и выборе.

**Участие в домашних делах** для слабовидящего ребен­ка является важной частью его воспитания **в** семье, поскольку ему предстоит жить в мире зрячих и во многих бытовых ситуациях пола­гаться только на себя. Необходимо определить для слабовидящего ребенка некоторые домашние обязанности, выполнение которых позволит ему почувствовать себя полноправным членом семьи, свою значимость в ее жизни. Следует привлекать его к уборке квартиры (комнаты, кух­ни); ему доступны вытирание пыли с мебели, сервировка стола, поли­вка цветов. Для дошкольника с нарушением зрения нет мелочей в овладении эле­ментарными навыками бытовой деятельности. Только его участие в каждодневной жизни семьи подготовит его переход к жизни в школе, снимет трудности адаптации на новом месте и поможет приспо­собиться к новым условиям жизни.

**Из книги «Психология воспитания детей**

**с нарушением зрения»** **под редакцией**

**Л.И. Солнцевой и В.З. Денискиной**