

Планиране на ежедневието на детето – за детето, с детето

Работни моменти от ежедневието на детето:

- *Среща - разговор*

Срещата разговор е важен елемент от работата с децата в Малката група. Всички деца/младежи, присъстващи в групата, заедно с професионалиста, който е на смяна, присъстват на срещата – разговор в неформална обстановка. Може да бъде Среща на чаша чай или Среща на чаша сок или просто Среща-разговор.

Срещата подходящ вариант за провеждане на разговора, защото предполага някои от децата да направят чая, да подредят чашите, а това, освен че създава една по-приятна и уютна атмосфера, дава възможност за развитие и практикуване на определени умения – правене на чай, подреждане на маса, измиване на чашите след срещата и т.н. Тази среща не е просто 30-минутен разговор, а целенасочен процес на работа, който трябва да се управлява и води от професионалиста, който е на работа. По време на срещата се обсъждат различни страни от живота в групата, изпълнението на дежурствата, организирането на предстоящи събития, обсъждат се по подходящ начин възникнали проблеми. Освен това, на срещата се планират предстоящите дейности, изпълнението на индивидуалните задачи и се планира свободното време. Този разговор наподобява разговорите в семейството на ежедневни теми, само че за повече от 2 деца. Участието на децата е много важно, защото дори и да не могат да говорят или да имат слухови проблеми, те ще присъстват, т.е. ще участват, а ние сме тези, които трябва да осигурят подходящ начин за изразяване, показване и предаване на информация. По време на тази среща могат да се използват пиктограми, картинки, снимки и т.н., а планирането да се извършва чрез закачане на определените дейности на въже от простор по продължение на дневната и др.

- *Индивидуален (личен) разговор с дете*

Индивидуалните разговори дават възможност на детето да споделя по подходящ начин своите мисли, чувства или усещания със своя ключов отговорник (доверен възрастен). Важно е тези разговори да бъдат периодични, а не само след Оценката на потребностите и преди приемането на Плана за грижа. Тези разговори носят на детето възможности за споделяне, и могат да играят терапевтична роля при определени стретови за детето ситуации, каквото например е преместването или настаняването в резидентна услуга, раздялата, постъпването в училище или услуга, как да бъде обзаведена стаята му, или как да подредим заедно шкафчето с личните му вещи и т.н. Няма теми, по които децата да не могат да говорят, има теми, които възрастните не обясняваме по подходящ начин!

Резултатите от разговорите трябва да бъдат документирани и да станат част от индивидуалното досие на детето, защото са важен източник на информация, както за неговото развитие, така и за работа с неговото семейство.

Методът на интензивното общуване

Какво представлява интензивното общуване?

1. Наблюдаване на лицето и запознаване с начина, по който използва времето си, включително и забелязване на комуникативни сигнали, които може да са били пропуснати преди.
2. Прекарване на време с лицето в общуване, в което и двамата души участват еднакво.
3. Практикът размишлява върху сесията, за да може да подобри уменията си и да идентифицира сигнали и доказателства за напредъка на другия участник.
4. Продължителни общувания и разсъждения на практика в дълъг период от време (за някои хора това ще бъде завинаги) с постоянна оценка на практиката и напредъка.

Интензивното общуване е един естествен подход, който повечето служители наистина обичат да използват, веднъж щом са уверени, че се справят добре – и това да се справят добре е за щастие не много трудно.

Интензивното общуване разчита на много умения, които вече имаме и използваме ежедневно – този метод на работа е естествен, спонтанен и интуитивен. Тогава сигурно бихте попитали защо трябва да преминавате обучителен курс, за да го практикувате? Има три отговора на този въпрос:

На първо място, в миналото, от родителите и служителите в услуги за хора с интелектуални затруднения се е изисквало да изпълняват най-различни роли, например - обгрижващо лице, учител, стимулатор, забавляващо лице, наставник на поведението. Тези роли са варирали с политическите и клиничните очаквания на времето и съществува общо неразбиране за това какви сега са нашите роли във време на услуги за индивидуално планиране. Често разбираме, че нашите естествени, спонтанни и интуитивни умения са били погребани под други очаквания.

Интензивното общуване се опитва да спаси тези умения и да им позволи отново да излязат на преден план на работното място.

На второ място, естественият, спонтанен и интуитивен начин на поведение просто се случва, за да постигне положителни резултати в общуването на другото лице, и в когнитивните и социалните му умения и сякаш подкрепя емоционалното благосъстояние на лицето. Това са неща, за които сме се старали толкова много да постигнем в миналото, че сме изпуснали очевидното. Ако искаме да продължаваме да се държим така на работа, ще трябва да валидизираме най-добрата практика като измерваме напредъка на отделното лице.

Системите за записване на информация при интензивното общуване не изискват прекалено много – може би, използването на видео ще бъде първото ви предизвикателство.

На трето място, в натоварените услуги, с недостатъчен персонал, на индивидуалното, качествено време, прекарано с отделното лице, не винаги се гледа като на важно използвано време. Интензивното общуване може погрешно да бъде разбрано като „правене на нищо” от незапознатия наблюдател. Всъщност, това, което се случва по време на една от тези сесии е една съществена и сложна възможност за играждане на уменията на лицето, с което работите. Дори когато служителите знаят, че имат подкрепата на тяхната организация, за тях е трудно да оправдаят интензивното общуване като приоритет, заедно с всички други техни задачи.

Интензивното общуване е създадено така, че да посрещне обучителните, емоционалните и социалните нужди на хората, които са все още в ранните етапи на комуникативното развитие. Същността на този метод е да се настроите на честотата на лицето като слушате и наблюдавате как и кога той/тя се опитва да комуникира и отговаряте на тяхното ниво на разбиране. Понякога това включва и копиране на някои от поведението на лицето.

Целите на интензивното общуване са:

- Да се наслаждаваме на чудото, радостта и удовлетворението от общуването и взаимоотношенията.
- Да подсигуририм среда, където ученето на основните принципи на общуването е възможно
- Да отворим възможности за разнообразие от други преживявания.

Един от ефектите на използването на интензивното общуване е, че лицата все повече показват положителни поведения. По тази причина много хора виждат този подход като метод, който има за цел да намали трудното поведение. Всъщност, намаляване на трудното поведение е една щастлива последица от това, че лицето има възможност да бъде изслушано, уважавано и да води по-интересен начин на живот.

Формиране на умения за самостоятелен живот

Подходи за формиране на умения:

1. *Малки стъпки*

Разбиването на уменията на малки последователни стъпки е пътят да се успее във всяка обучителна ситуация. Най-често срещаните грешки са свързани с големите изисквания към детето. Обучението трябва да бъде постепенно, пристъпвайки към следващата стъпка само тогава, когато е готово. Професионалистът трябва да раздели на малки стъпки уменията.

Пример: Закопчаване на блуза/риза - Държане на илика отворен - Вкарване на копчето - Щипване на копчето, за да бъде промушено - Нанизване на ръбовете на илика на блузата/ризата върху копчето

2. Обратно подреждане

Този метод за обучение се основава на факта, че последната стъпка на уменията води до успех и приключване на задачата с даване на награда. Едно поведение, следвано от нещо приятно, е вероятно да бъде повторено. Следователно, когато бъдат подготвени стъпките, последната стъпка се преподава първа. След нейното усвояване, следва предпоследната и т.н., докато детето бъде в състояние да извърши цялото умение. В примера по-горе се започва със стъпка 4, след това стъпки 3 и 4, след това стъпки 2, 3, и 4 и накрая стъпки 1, 2, 3, 4. Повечето умения за самообслужване могат да бъдат преподадени по този много ефективен метод.

3. Подготовка на мястото за действие

Подготовка на мястото за действие означава намиране на начини да се опрости задачата, за да стане тя по-лесна за едно дете. Подготовката е от съществено значение и е важно професионалистът да е приготвил всички материали, преди да започне работата с детето, както и, че са отстранени всички странични дразнителни фактори. Материалите трябва да са лесни за боравене - например при закопчаването иликът да се направи по-голям.

4. Физическа помощ

За децата с увреждания често имитацията е трудна и не е достатъчно само да се покаже на детето как да направи нещо, често е необходимо и физическо ръководство. Това помага на детето да разбере какво се иска от него да направи, а това ръководене дава на детето смелост да извърши работата самостоятелно. Например: възрастният ще трябва да стои зад детето и поставяйки ръка върху ръка да премине през стъпките, които трябва да бъдат извършени. След като е постигнат напредък, ръководенето може да бъде намалено, за да се позволи на детето да успее, това отново трябва да бъде направено постепенно, като последователно се преминава от ръка върху ръка към подкрепяне на китките, просто придържане за лакътя, докато упражнението бъде извършено така, както се изисква. Това може да отнеме дни или седмици, или може да не е необходимо изобщо в зависимост от извършения напредък. Важно е да се запомни, че някои деца с аутизъм намират докосването за неприятно или дори за болезнено и това трябва да се има предвид при този подход.

5. Местоположение

Местоположението на възрастния зависи от детето, тъй като някои деца с аутизъм няма да могат да се справят с присъствието на възрастен близо до или директно срещу тях. Заставането зад детето се разглежда като по-малко заплашително, а физическото ръководене се извършва по-лесно от това положение. Използването на огледало е също идея, тъй като детето ще може да вижда какво точно прави и това също е по-малко заплашително за детето. За деца с физически увреждания е по-подходящо да застане отстрани.

6. Разговаряне

Разговарянето по време на всяка стъпка е понякога от помощ за подсилване на значението. Това трябва да се прави на нивото на детето, тъй като твърде многото реч само ще го обърка. Важно е да се говори с ясен глас, да се използват една или две думи, да не се смесват наставления с разговора. Използването първо на името на детето ще помогне да привлечете неговото внимание, например: „Влади, погледни, хвани копчето.”

7. Използване на нагледни материали

Често за децата с увреждания не е достатъчно само даване на словесни наставления. Те се нуждаят от нагледно представяне на това, което трябва да направят, както и къде да отидат. Картини,

фотографии или символи могат да помогнат на детето да разбере словесните инструкции. Фотографиите на истинските материали, помещения или завършени изделия имат особено голямо значение. Добре е да бъде представен колкото се може повече материал в нагледна форма и тревожността ще бъде облекчена.

Някои деца са способни да имитират и показването на действието при тях ще помогне.

8. Постоянство

Професионалистите трябва да са постоянни през цялото време. При ученето и формирането на умения за самообслужване, времето и мястото за обучаване обикновено се определят от дневния режим, например обличане и миене сутрин.

Постоянството в тези ритуали спомага да се изяснят неяснотите и да се осмисли какво се изисква от детето. Не е добре веднъж уменията да бъдат преподадени, а следващият път – възрастният да го свърши вместо детето, защото бърза например всеки път трябва да се следва една и съща порцедурата и всички членове на екипа да правят едно и също.

9. Ритуали

Деца могат да учат чрез ритуали, тъй като те им дават сигурност на познатата последователност от събития. Уменията за самообслужване могат да се превърнат в ритуали и, както беше споменато, твърде често се случват на едни и същи места, по едно и също време, което подсилва тяхното значение. Често страхът и фобиите се облекчават при използването на ритуали за лягане, къпане и т.н. Ако един ритуал е установен от детето, е важно той да бъде постоянен. Може и професионалистът да въведе свой собствен ритуал, но отново е важно целият екип да го следва и прави.

Промяната на ритуалите при децата с аутизъм може да бъде травмираща за вички, затова е добре да се прави единствено ако се налага. Ако се изискват промени, те трябва да се извършват постепенно и да се позволи на детето да се почувства спокойно с една промяна, преди да бъде въведена следваща.

Ако ритуалът е започнал, прекъсванията и промените могат да предизвикат объркване и разстройване.

10. Подбиране на подходящото време

Изборът на подходящо време за обучаване е много важен. Детето не трябва да е уморено или да иска да гледа любимото си телевизионно предаване. Преподаването трябва да се ограничи до продължителността на задържане на вниманието на детето – това може да бъдат 5 минути или 20 минути. Детето учи по малко и често.

11. Награди

Поведения, последвани от награди, е по-вероятно да се случат отново. Наградите, които са подбрани трябва да са значими за детето - могат да бъдат храна, пиене, музика, игра с определена играчка, филм, както и подходяща похвала. Това е изключително индивидуално и професионалистът е важно да знае каква обича и радва детето. Добре предварително да бъде изготвен списък с възможни награди за бъдещо използване. Някои деца с аутизъм не могат да се справят с толкова много награди и внимание.

Наградите трябва да се дават веднага след поведението, на което се набляга, както и само за това поведение. Професионалистът трябва да е предварително подготвил наградата, иначе детето може да извърши нещо друго (по-нежелано поведение), преди да получи наградата.

Наградите трябва да са награждаващи за детето!

12. Водене на записки

Воденето на записки кога започва и как напредва едно дете дава възможност да бъде направляван целия процес. Времето, необходимо на детето, за да усвои уменията, е неизвестно, а схематизирането на процеса е полезно за всички участващи.

13. Когато нещата вървят в грешна посока...

Професионалистът не бива да се отчайва. Трябва да се опита да погледне на това, което прави и се случва, от друг ъгъл или гледна точка. Въпроси, на които да си даде отговор:

- Дали детето наистина разбира какво се иска от него да направи?
- Дали вниманието на детето е привлечено?
- Може ли да му се кажат и представят нещата по различен начин?
- Дали стъпката не е много трудна за детето?
- На още по-малки и по-лесно изпълними стъпки?
- Дали наградата е все още награждаваща?
- Важно е да се започне с умение, което е лесно за преподаване на професионалиста, както и такова, което детето е готово да усвои.

Хранене на децата с тежки и множествени увреждания

Колко са важни социалните аспекти на храненето ...

При децата/ младежите с тежки и множествени увреждания, живеещи в специализирани институции често се наблюдава драстично ниско тегло, макар че децата се хранят четири или пет пъти на ден и количеството и качеството на храната отговаря на съответните норми, предписания и стандарти.

Наличието на различни медицински проблеми свързани със сученето, гълтането, дъвченето, проблеми със зъбите и устната кухина, както и цялостното състояние на детето и степента на неговото увреждане са довели до акцентирание предимно на медицинските аспекти около храненето и развитието на детето.

Храненето не е процес само на приемане на хранителни вещества, поддържащи живота, а е време и за социално общуване, взаимодействие и контакт с друго човешко същество, съчетано с приятните усещания от говора, милването и докосването.

Социалните аспекти на храненето имат изключително влияние върху развитието на детето и тяхното отсъствие може да се разглежда като форма на вторично увреждане за тези деца.

Доказано е, че отделянето на индивидуално време и внимание на детето, вмъкването на деликатни коментари и поощрения, общуването, както и наличието на приятна атмосфера по време на храненето оказват положително въздействие върху развитието на едно дете.

- ***Позициониране***
 - Консултирайте се с рехабилитатора от съпътстващите услуги при определяне на подходящото позициониране на детето.
 - Правилното позициониране влияе на поддържане на дихателния статус, начина на дишане, безопасността при преглъщане и цялостното функциониране на детето.
 - Позиционирането е много важно по време на хранене, за да се предотврати аспирация и възпаление на ушите.
 - Постигането на стабилно седнало положение позволява мускулите на устата да функционират оптимално.
 - При по-големите деца, застанете на нивото на детето или по-ниско когато извършвате храненето, за да може вратът на детето да не е опънат, а леко издаден напред.
 - Бебетата обикновено могат да бъдат хранени във всякаква позиция до тримесечна възраст. След това децата трябва да са седнали възможно по-изправени.

- Детето трябва да бъде подкрепено за да заеме по-удобна седнала позиция, ако не може да направи това само. Тази подкрепа може да се окаже от хранещия или чрез поставяне в определена подходяща поза.
- **Церебрална парализа и хранене**
- Необичайни движения при хранене, които могат да се наблюдават: прибиране на устните, присвиване на устните, издаване на челюстта напред, липса на дъвчене с челюстите, свиване на мускулите при захапка, отдръпване на езика, изплъзване на езика.
- **Причини за проблеми при храненето**
- Страх
- Невъзможност за контрол
- Повръщане, което може да предизвика болка и дискомфорт
- Проблеми в сърдечната дейност, които може да причинят умора
- Странични ефекти от лекарства, които влияят на апетита или променят вкусовите усещания
- Лигавене
- **Аутизъм и хранене**

33 – 74 % от децата с разстройство в аутистичния спектър имат проблеми с храненето. Тези проблеми могат да включват: отказ от хранене, задавяне, отказ от различни храни или промяна в използваните прибори, ограничено по вид меню, ограничени умения за хранене, поглъщане на неща, които не се ядат и повръщане. Отвращението към храненето може да е свързано и с вида, съдържанието или количеството храна, която е поднесена на детето. То може също да е свързано с предпочитанията на детето, трудности при храненето, лоша организация на храненето, несръчен човек, който храни, както и лошо общуване по време на храненето.

- Използване на табла с картинки
- Използване на конкретни и съдържателни думи
- Спазване на подходяща последователност при приготвяне за хранене (измиване на ръцете, помощ при нареждане на масата)
- Детето ще опознава храната, като първо я докосва
- Следване на часове на хранене
- Съобразяване с външния вид на храната - как мирише, каква е на вкус, какъв звук издава когато детето я яде
- Детето само определя скоростта, с която да се храни

Развиване на умения за хранене

- **Хранене с биберон**

Когато детето се храни с биберон, този който извършва храненето трябва да поддържа детето с частта под лакътя на ръката си. Да не е в легнала по гръб позиция, а да се използват позиции в седнало положение с придържане.

- **Хранене с лъжица**

Започнете храненето с лъжица като предложите храната намачкана или под формата на пюре. Когато се храним с лъжица ние използваме устните си, езика и челюстите. Детето ще трябва да премине от хранене чрез смучене към хранене чрез движение на езика от едната страна на челюстта към другата. Важно е детето да бъде окуражавано да поема цялата храна от лъжицата, като използва горната си устна. Може да е по-лесно да храненето да започне с по-плитка лъжица, а

по-късно да се смени с по-дълбока, когато детето вече ще може да поема цялата храна от лъжицата само.

- *Хранене с пръсти*

Детето трябва да опипва различни храни с ръцете си преди да се научи да се храни с пръсти. В началото е добре да започне да се учи с меки кубчета, например сирене нарязано на кубчета, авокадо на кубчета, варени картофи и др. Кубчетата трябва да са достатъчно твърди, за да може детето да захапне и достатъчно меки за да ги дъвчи лесно. Тези кубчета трябва да се поставят между страничните зъби.

Само когато детето се е справило с меките кубчета можете да предложите по-твърди храни, например морков, пиле и др.

Деца, които вече имат зъби, могат да преминат от кубчета към парчета храна, например зеленчуци, нарязани на пръчки, парчета месо, печени пилешки сандвичи, парчета вафла, резенчета ябълка, зелен боб, солети, моркови на пара, нарязани по дължина.

- *Пиене от чаша*

Пиенето от чаша може да се усвоява от 12-15 месечна възраст. Важно е да се избере подходяща чаша. Започнете като използвате малко количество гъста течност в чашата (нектар) и после постепенно разреждайте течността, докато детето развие уменията.

Започнете като използвате малка изрязана чаша. Това ще предотврати протегането на врата и този, който извършва храненето ще може по-добре да контролира количеството течност. Чашата също може да се наклони като я стиснете за да я наместите по формата ѝ.

Позволете на детето да отпие веднъж и после да преглътне, а след това отдръпнете чашата. После пак я приближете, когато детето е готово за следващата глътка.

- *Пиене със сламка*

Пиенето със сламка окуражава независимостта. То също изисква прецизни смукателни умения и способност да се затворят плътно устните. За някои деца е по-лесно да пият със сламка, отколкото от чаша.

ВАЖНО!!!

- Запознайте се с медицинската история на детето!
- Обменяйте информация с другите членове от екипа!
- Движете се със скоростта на детето!
- Въвеждайте промените постепенно!
- Правилното позициониране е много важно!
- Внимателно наблюдавайте и си изяснете реакциите на детето при хранене!
- Научете сигналите за общуване, които ви показва детето!
- Храненето е важно да се извършва от едни и същи, постоянни хора!
- Намалете до минимум околните дразнителни!

Играта

Една от първите асоциации, които изникват в ума, когато чуем думата „дете“, е „игра“. Двете заедно вървят толкова естествено и нормално. Освен, че доставя радост и удоволствие на детето, играта е начин, по който то се самоутвърждава и заявява своето малко присъствие в нашия голям свят. Играта дава възможност на детето да влезе в различни роли, да опита и усети различни неща, да опознае емоциите си, да даде полет на въображението и фантазията си. А измислянето и

спазването на правила упражнява способности, необходими в един по-късен етап за самостоятел живот на големите. *Детето учи уроците на живота, докато играе...*

Играта е важна част от обучението на деца с увреждания. Тя е добър начин за освобождаване от чувство на гняв, безсилие и тревога. Тя е свободно избрана, спонтанна дейност, естествено допринасяща за емоционалното, физическо и социално развитие на детето.

Игрите:

- Привличат вниманието на детето и стимулират сетивата му;
- Са награда и носят чувство на задоволство и удовлетворение;
- Стимулират умения за свързване и разделяне;
- Могат да стимулират възпроизвеждане на събитие в някаква последователност;
- Могат да служат като инструмент за преживяване и преодоляване на драматични случки;
- Могат да подготвят детето за предстоящи събития (например среща с родител, преместване на ново място за живеене, приемане на нов член на екипа или раздяла);
- Развиват умения, необходими за социализацията на децата (например общуване).

Чрез играта детето научава много за междуличностните отношения и придобива собствен опит – играта предизвиква спонтанни реакции, развива емоционални, социални и личностни умения и навици. Детето се научава адекватно как да възприема себе си и как да реагира на другите, да разпознава чувствата си и на какво се дължат, открива начин как да ги изразява по добър начин. Играта е прекрасен метод за общуване между хората. Играта е основно средство за научаване при децата и продължава да има важна роля в живота и на възрастния човек.