



Всемирная Организация Здравоохранения

---

Обучение в обществе для людей  
с умственными и физическими  
ограничениями

# 20

---

**Обучающий пакет для членов семьи  
человека со странностями в поведении**  
Как научить такого человека самого  
себя обслуживать

**Для чего предназначен этот пакет?**

Инструкции, приведенные в этом пакете, помогут вам обучать человека со странностями в поведении самого себя обслуживать. Обучать его есть, пить, умываться, стирать одежду, чистить зубы, ухаживать за волосами, одеваться, пользоваться туалетом и деньгами без посторонней помощи.

Институт раннего вмешательства  
Санкт-Петербург  
2003

Русская версия «Обучение в обществе для людей с умственными и физическими ограничениями» издается при поддержке Восточно-Европейского Комитета (Швеция).

Перевод — Белорусская ассоциация помощи детям-инвалидам при участии Санкт-Петербургского Института раннего вмешательства.

Издание второе, исправленное и дополненное.  
Опробовано и протестировано в условиях России.

Под редакцией Е. В. Ключковой

Корректор, редактор	Ю. В. Князькина
Верстка	И. П. Лукин

ISBN 5-8049-0050-1

---

---

## 20. Обучающий пакет для членов семьи человека со странностями в поведении

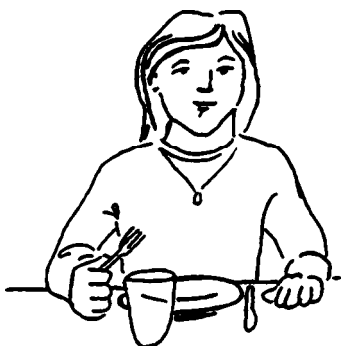
Как научить такого человека самого себя обслуживать

п Из-за болезни поведение человека, которого вы обучаете, изменилось. Возможно, он уже долгое время не обслуживает себя сам.

### Виды деятельности, которые необходимо выполнять человеку

---

#### Еда и питье



п Человек, которого вы обучаете, может быть, ест нерегулярно или не ест полноценную пищу, необходимую для сохранения здоровья. Ему может быть безразлично то, как он ест или пьет, и то, что он проливает питье или роняет еду на свою одежду.

В этом случае вы должны учить такого человека есть правильно — так же, как он ел до болезни. Поощряйте его есть вместе с семьей. Тогда человек, которого вы обучаете, почувствует, что семья заботится о нем. Он будет чувствовать, что является частью своей семьи и разделяет ее жизнь.

---

#### Поддержание чистоты



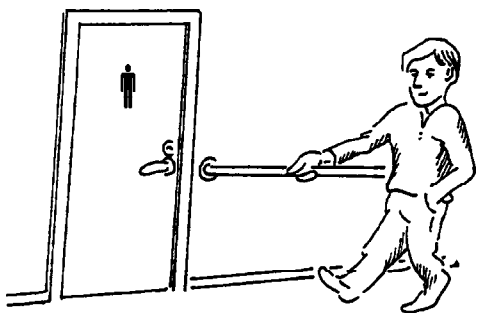
п Мытье



п Чистка зубов



п Расчесывание волос

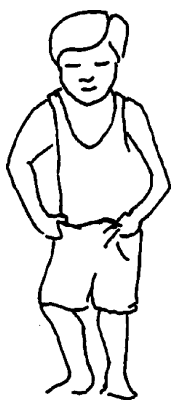


п Пользование туалетом



п Мытье рук с мылом до и после каждого приема пищи, а также после посещения туалета.

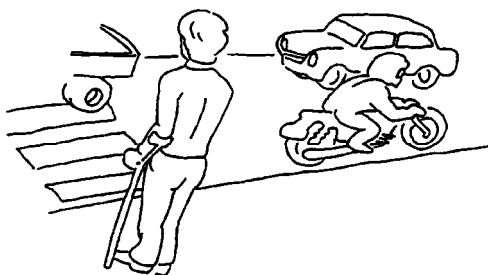
## Одевание



п Человек, которого вы обучаете, может долгое время не заботиться о чистоте своей одежды. Он может носить странную одежду и вещи, которые выделяют его.

Если это так, учите его одеваться в чистую одежду, как он это делал до болезни.

## Самостоятельные прогулки



п Возможно, такой человек не покидал свой дом с тех пор, как заболел. Если это так, то теперь вы должны поощрять его начать самостоятельно передвигаться вне дома. Берите этого человека с собой, когда вы куда-нибудь идете. Например, на службу в церковь, на рынок и другие общественные места. Попросите человека, которого вы обучаете, сходить на рынок и купить что-нибудь для вас. Поощряйте его ходить самостоятельно в разные места.

## Прием лекарств



п Человеку, которого вы обучаете, может быть необходимо каждый день дома принимать лекарства. Или же ему нужно ходить за лекарствами к медицинскому работнику. Позаботьтесь о том, чтобы такой человек принимал лекарства в нужное время или вовремя ходил за ними.

## Как учить человека выполнять эти виды деятельности

п Некоторое время человек, которого вы обучаете, не заботился о себе из-за своей болезни. Возможно, вы или кто-нибудь еще заботился о нем.

Теперь пришло время снова начать учить этого человека заботиться о себе. Так он станет более независимым. И не всегда будет нуждаться в вашей помощи.

п Вспомните, что человек, которого вы обучаете, мог выполнять эти виды деятельности до того, как он заболел. Он не хочет сейчас делать этого, потому что он болен.

п Поощряйте человека опять начинать выполнять эти виды деятельности. Начните с того, что поощряйте его выполнять что-нибудь легкое или что-то такое, что ему нравится делать. Если человек, которого вы обучаете, не приступает к выполнению этого вида деятельности, начните делать это вместе с ним.

п Пусть человек делает без посторонней помощи как можно больше. Помогайте ему только тогда, когда это необходимо, чтобы поощрить его завершить выполнение этого вида деятельности.



п Когда человек выполнит часть какой-либо деятельности самостоятельно, похвалите его, пусть он увидит, что вы довольны. Затем в следующий раз поощряйте человека сделать следующую часть этого вида деятельности.

Так вы будете постепенно учить человека выполнять этот вид деятельности полностью самостоятельно.

п Даже после того как человек, которого вы обучаете, научится выполнять какой-либо вид деятельности, например, самостоятельно мыться, убедитесь в том, что он продолжает делать это.

## Другие виды деятельности, которые необходимо выполнять человеку

**п** Человеку, которого вы обучаете, нужно иметь какие-либо интересы в жизни. Ему нужно быть полезным самому себе и другим. Он должен делать все то же самое, что делают другие люди. Поощряйте его самостоятельно подыскивать полезные занятия.



**п** Человек может помогать в домашних делах.

**п** Он может работать, чтобы зарабатывать деньги.



**п** Возможно, что человек, которого вы обучаете, не может сейчас выполнять все те сложные действия, которые он выполнял до болезни. Но он может делать некоторые из ранее доступных ему дел. Или же он может научиться делать какие-то дела, которых он никогда не делал раньше. Например, он может научиться выращивать овощи, заботиться о животных или ухаживать за домашней птицей.

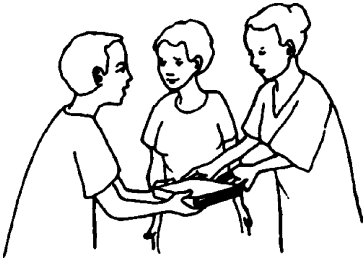
**п** Подумайте, каким видам деятельности может научиться человек, которого вы обучаете. Делайте какие-либо дела вместе с ним и наблюдайте за тем, что этот человек уже может делать. Затем решите, каким именно видам деятельности он готов учиться. Учите его выполнять эти виды деятельности.



**п** Если человек, которого вы обучаете, никогда не учился в школе, помогите ему заинтересоваться чтением, письмом, счетом, чтобы он захотел этому учиться. Учите его считать, читать и писать.



п Если человек, которого вы обучаете, захочет принимать в чем-то участие, поощряйте его делать это. Помогите ему принимать участие в таких видах деятельности, как спорт, в религиозных праздниках и других мероприятиях.



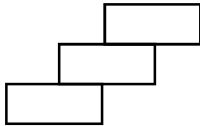
п Если человеку необходимо учиться другим видам деятельности, попросите у вашего Координатора другие обучающие пакеты. Существуют пакеты, в которых рассказывается о том, как выполнять работу по дому, как найти работу и как принимать участие в общественной жизни.

## Результаты

После того как вы в течение некоторого времени использовали данный пакет, ответьте на приведенные ниже вопросы.

Начните с наблюдения за человеком, которого вы обучаете. Затем ответьте на вопросы, пометчая прямоугольник рядом с каждым вопросом. Пометьте прямоугольник рядом с «Самостоятельно», если обучаемый всегда выполняет данный вид деятельности без посторонней помощи. Пометьте прямоугольник рядом с «С некоторой помощью или иногда», если ему требуется помощь в выполнении части данной деятельности или иногда требуется помощь в выполнении всей деятельности. Пометьте прямоугольник рядом с «Совсем нет», если он не может выполнить ни одну из частей данной деятельности без посторонней помощи.

<p>Питается сам? (включая еду и питье)</p>	<p>Самостоятельно С некоторой помощью или иногда Совсем нет</p>	
<p>Соблюдает личную гигиену? (включая умывание, мытье и чистку зубов)</p>	<p>Самостоятельно С некоторой помощью или иногда Совсем нет</p>	
<p>Пользуется туалетом?</p>	<p>Самостоятельно С некоторой помощью или иногда Совсем нет</p>	

Одевается и раздевается?	Самостоятельно	
	С некоторой помощью или иногда	
	Совсем нет	

Если все ваши ответы — «Самостоятельно», это значит, что и вы, и человек, которого вы обучаете, хорошо поработали. Вы можете прекратить использование данного пакета.

Если хотя бы один из ответов — «С некоторой помощью и иногда» или «Совсем нет», значит, тому есть одна из причин, приведенных ниже. Просмотрите этот список, чтобы выяснить возможную причину для каждого из таких ответов, и посмотрите, что в этом случае можно сделать.

ПРИЧИНА	ЧТО С ЭТИМ МОЖНО СДЕЛАТЬ
1. Вы не даете человеку, которого вы обучаете, возможность делать все то, что он может делать.	Давайте ему возможность выполнять эти виды деятельности с меньшей помощью с вашей стороны. Повторяйте обучение до тех пор, пока он не сможет выполнять каждый вид деятельности. Затем прекратите использование данного пакета.
2. Человек, которого вы обучаете, не пытается делать все то, что он может, чтобы самого себя обслуживать.	Поощряйте его попытки делать больше. Повторяйте обучение до тех пор, пока он не сможет выполнять каждый вид деятельности. Затем прекратите использование данного пакета.
3. Вы не занимались с человеком, которого вы обучаете, достаточно длительное время.	Продолжайте его обучать. Если у вас не будет никаких результатов в течение шести месяцев, обратитесь за советом к вашему Координатору.
4. Вы не следовали правильно всем инструкциям.	Перечитайте данный пакет. Если вы думаете, что вы чего-то не поняли, поговорите с вашим Координатором. Затем повторяйте обучение до тех пор, пока человек, которого вы обучаете, не сможет выполнять каждый вид деятельности. После этого прекратите использование данного пакета.



5. Человек, которого вы обучаете, не может научиться выполнять данный вид деятельности из-за имеющихся у него ограничений.

Он по-прежнему будет нуждаться в помощи каждый раз при выполнении данной деятельности. Обсудите с вашим Координатором, нужно ли вам прекратить использование этого пакета.

Если вы продолжаете использовать данный пакет, обучайте человека еще некоторое время. Затем вновь ответьте на все вопросы, чтобы определить, может ли он выполнять больше различных видов деятельности.

# **Обучающие пакеты**

## **Для членов семьи человека с нарушением зрения**

1. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
2. Как научить такого человека самого себя обслуживать.
3. Как учить такого человека передвигаться.

## **Для членов семьи человека с нарушением слуха или речи**

4. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
5. Ребенок с нарушением слуха, который не умеет говорить, — как обучать такого ребенка общаться.
6. Человек с нарушением слуха, который может говорить, — как обучать такого человека общаться.
7. Ребенок с нарушением речи и движений, который может слышать, — как обучать такого ребенка общаться.

## **Для членов семьи человека с нарушением движений**

8. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
9. Как предотвратить возникновение деформации конечностей.
10. Как предотвратить появление пролежней на коже.
11. Как обучать человека переворачиваться и садиться.
12. Как обучать человека вставать из положения сидя.
13. Как обучать такого человека передвигаться.
14. Как обучать такого человека самого себя обслуживать.
15. Как обучать человека, страдающего болями в суставах, выполнять повседневные дела.
16. Упражнения для укрепления слабых конечностей и уменьшения боли.

## **Для членов семьи человека, который не чувствует свои руки или ноги**

17. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
18. Как предотвратить повреждение и деформацию рук и ног.

## **Для членов семьи человека со странностями в поведении**

19. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
20. Как обучать такого человека самого себя обслуживать.

## **Для членов семьи человека, у которого бывают судорожные припадки**

21. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.

## **Для членов семьи человека с трудностями в обучении**

22. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
23. Как обучать ребенка самого себя обслуживать.
24. Как обучать взрослого человека самого себя обслуживать.

## **Общие**

25. Грудное вскармливание.
26. Игра.
27. Школьное обучение.
28. Социальная активность.
29. Домашние обязанности.
30. Трудоустройство.