

AUTONOMÍA

<http://elsonidodelahierbaelcrecer.blogspot.com.es/2009/05/yo-solito-o-como-aprender-actividades.html?m=1>

Los niños aprenden al principio sobre todo por medio de:

- la imitación, es decir, imitan los “modelos” que tienen a su alrededor, bien sean adultos u otros niños. De esta forma van desarrollando el lenguaje, los gestos, la mímica, el juego, actividades de autosuficiencia, etc.
- del ensayo y error: un niño suele repetir entre 5.000 y 7.000 veces una acción hasta que consigue dominarla. Por ejemplo, quitarse un pantalón, ponerse los zapatos, comer con la cuchara o lavarse las manos.

En el caso de muchos niños con autismo, faltan estas “habilidades naturales”. Y todavía se complica más si el contacto visual o la atención son muy escasos.

Es muy importante trabajar con ellos la imitación, saber captar su atención, ayudarles a tener iniciativa o ensayar conjuntamente las actividades más comunes de la vida cotidiana. Y en esto último me gustaría centrarme hoy.



Tarjeta de Un día con Flo, de Schubi

Durante meses fuimos practicando con Erik “desvestirse”, “vestirse”, “lavarse las manos”, “cepillarse los dientes” o “coger la cuchara”, por ejemplo. Fueron muchísimas horas –meses- de “ensayo y error” trabajadas de forma estructurada y divididas siempre en pequeños objetivos que realizábamos en sesión de terapia. Conforme Erik iba dominando, las generalizábamos después en el día a día.



Desvestirse:

La idea es trabajar no sólo cada una de las prendas por separado: calcetines, pantalón, camiseta, chaqueta, zapatillas, zapatos, etc., sino también dividir cada una de las acciones en pasos.

En el caso de los calcetines, por ejemplo: el niño ensayará primero el poder coger con una mano la punta del calcetín. Una vez que sabe hacer este movimiento, se le enseñará después a tirar del calcetín para poderse quitar. Cada una de estas acciones irá acompañada de orden verbal: “cógete la punta del calcetín”, “tira de la punta del calcetín”, etc. Como al principio el niño no sabrá hacerlo por sí mismo, pues le ayudaremos cogiendo sus manitas con las nuestras. Tanto si lo hace solito como con ayuda, le elogiaremos siempre: “Bravo, has cogido la punta del calcetín”.



Les Pictogrammes

Un pantalón: es conveniente comenzar con un pantalón de pijama o de chandal, es decir, sin botones ni cremalleras. El primer paso sería enseñarle al niño a deslizarse el pantalón hacia abajo. Después, que se siente en el suelo. A continuación, que aprenda cogerse el bajo de una de las perneras del pantalón con una mano y a tirar hasta sacársela. Lo mismo con la otra pernera. Y repetir una y otra vez cada paso hasta que aprenda a hacerlo.



Camiseta: ensayar coger con la mano derecha el final de la manga izquierda. Aprender a doblar el codo, para que la manga salga al tirar de ella. Luego la otra manga, y al final sacar la camiseta por la cabeza.

Etc.

Siempre ensayar cada uno de los movimientos hasta que el niño lo sepa hacer. Después pasar al siguiente.



**Se pasará a una nueva prenda cuando el niño sepa quitarse la anterior.
Al final del programa, se pedirá al niño que se desvista solito. Y se le puede**

motivar con un reloj: “venga, a ver qué rápido te quitas la camiseta”. Hoy en día, hacemos pequeñas competiciones para ver quién es más rápido: papá, mamá o Erik.

La motivación y los elogios son muy importantes. Hay que intentar por todos los medios que el niño esté estimulado y se lo pase bien. Es un trabajo costoso y repetitivo, por eso habrá que tener juegos alrededor que sirvan como recompensa.

Lavarse las manos:



Gracias Isidro y Amaya

Una tarea tan sencilla con ésta, la dividiremos también en pasos pequeños:

- Abrir el grifo.
- Colocar las manos bajo el agua.
- Coger el jabón.
- Frotarse las manos con el jabón.
- Dejar el jabón.
- Aclarar las manos.
- Cerrar el grifo.
- Ir hacia la toalla.
- Secarse las manos.

Practicad siempre uno de los pasos hasta que el niño lo domine. Después pasad al siguiente y hacer los dos pasos, etc.

En ocasiones, el apoyo visual con tarjetas es de gran ayuda.

Aquí dejo algunas tarjetas que usamos nosotros:

<http://picasaweb.google.es/estherb.25/Higiene#>



Y no olvidéis pasarlo siempre muy bien.

Materiales de Amaya Padilla adaptados por Isidro Romero (besotes a los dos):

HACER CACA



HACER PIPÍ



DUCHAR b.



DUCHAR a.



DUCHAR



LAVAR LOS DIENTES b.



LAVAR LOS DIENTES a.



LAVAR LOS DIENTES



LAVAR LA CARA

