

# 自闭儿生活自理能力训练法：01

## 一、用手拿着食物吃(吃固体食物)

功能领域及年龄：生活自理：吃饭 0-1岁

精细运动：抓握 0-1岁

模仿：运动 0-1岁

目的：发展独立的吃饭技能

目标：不需要辅助，自己拿着固体食物吃。

材料：固体食物、例如面包、饼干、馒头。切成小片，比较容易拿。



操作过程：让孩子坐在比他高一点的椅子上，把一些你知道他比较喜欢的固体食物放到他的面前。

确保他正在观察你，拿起一个食品，把它放到你的嘴里。用夸张的手势言语表示这个食物非常非常好。

向孩子说明他也就应该这样做。如果他没有模仿你，或者他玩这些食物，那么在你用一只手把食物放到嘴里给他示范的同时，用你的另外一只手引导他的手。

记住使你所有动作都是有条不紊的，在你示范的时候，尽量使他的注意力集中到你的手上。每次他吃了，就表扬他，虽然是在你的辅助下完成的。

尽量找到他喜欢吃的固体食物，以及他始终拒绝吃的。如果食物是他比较喜欢吃的，那么任务就将是比較容易的，随着他精细运动的增加，逐渐缩小食物的体积。