

自闭儿生活自理能力训练法：04

四、正确地使用勺子

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

精细运动：操作 0-1岁

社会性： 独立 1-2岁

目的：提高独立地吃饭能力和进餐习惯。

目标：独立地和正确地使用勺子吃饭。

材料：勺子。



操作过程：在吃每顿饭的时候，保证只有一种食物，是不能用手抓的。让孩子坐在桌子旁。坐下来，吸引他的注意力，说“孩子，我们用

勺子吃!”。

拿着你的勺子，用夸张的动作，慢慢地把你的勺子放到饭里，舀起一勺子饭，把饭送到嘴里，重复说：“我们用勺子吃饭！”这时把碗放到他的面前，把勺子给他，让他拿着勺子，引导他吃几口饭。

逐渐地减少你对他的手的控制，直到他真正地控制他的勺子。如果他还是要使用他的手拿着食物，把饭碗移到桌子的中间，说：“我们用勺子吃饭。”

再次给他示范：慢慢地把勺子放到饭里，舀起食物，放到嘴里。如果他使用勺子，微笑着说：“孩子，吃得好！”

如果他还是用手抓，就再次把他的饭碗拿开。每次他用手抓的时候，都把饭碗拿开一分钟，向他示范怎样用勺子，再把碗放回去，把勺子放到他的手里。

这样做是让他明白如果他想吃，就必须用勺子吃。因此重要的是使用的食物必须是他喜欢吃的。

最好的办法是，在两顿饭之间不要给他吃零食，除非他已经学会使用勺子。这个过程必须始终坚持不懈地做。

如果允许他这次用手抓，下一次不允许，这样做，他就会变得比较糊涂。

在整个吃饭的过程中，必须始终坚持用勺子吃饭。