

自闭儿生活自理能力训练法：16

十六、刷牙

功能领域及年龄：生活自理：洗漱 3-4 岁

精细运动：操作 3-4 岁

目的：发展良好的个人保健。

目标：独立地刷牙。

材料：牙刷(有柔软的毛)，牙膏。



操作过程：让孩子站在镜子前面，观看你刷牙时镜子里的像。确保使他观察你在镜子里的像，而不是你自己的脸。你把牙膏给他弄好，然后把牙刷给他。站在他的身后，面对着镜子，慢慢地引导他的手，把牙刷放到嘴里。平静地说话，尽量使他消除疑虑。用你的另外一只手固定他的下巴，帮助他上下刷他前面的牙齿。当你感觉他开始上下运动的时候，逐渐地减少你对他的手控制。开始的时候一个比较好的主意是在你

的手指尖上放一点牙膏，轻轻地按摩牙床，降低它的敏感性，使他习惯于牙膏的味道。一定使他的牙刷比较柔软，阻止他非常快的刷牙。开始的时候，他大概只能忍耐一两下，但是逐渐增加刷的次数和刷的部位。如果他用力咬牙刷，就把他的头稍微往后仰，这样他就会自己把嘴巴张开。