

自闭儿生活自理能力训练法：09

九、穿着—1

功能领域及年龄：生活自理：穿着 2-3 岁

目的：独立地穿衣服。

目标：不需要辅助，穿上一件外衣或衬衫。

材料：外衣或衬衫。

操作过程：每次你帮助孩子穿衬衫或外套的时候，都完整地重复下面的过程。



把他的左胳膊放到衣服的左袖子里，把衣服的右袖子搭在他右肩膀上。

说：“孩子，穿衣服”，引导他的右胳膊伸进袖子里。立即给予奖励。

多次重复这个过程，直到他把一只胳膊伸到袖子里的时候，也能把另外一只胳膊伸进适当的袖子里。

只有当他不需要你的帮助，独立完成这一步骤以后，你才应该进行下一步。

向他演示怎样打开他的外套，把一只胳膊伸进适当的袖子里。确保你每次打开外套都是使用相同的方式。

然后把一只袖子搭在他的肩膀上，让他按照上面的过程完成动作。

当他已经熟练地完成这两步，能把两只袖子都穿上的时候，在把第二条袖子放到肩膀上之前，停顿一下，看一看他是否自己把袖子穿上。记住每次都要说：“穿上衣服”。逐渐减少你的辅助。