

自闭儿生活自理能力训练法：17

十七、迅速地穿着

功能领域及年龄：生活自理：穿着 4-5岁

社会性： 独立 4-5岁

目的：迅速地、独立地穿衣服。

目标：早晨闹钟响了，在规定的时间里独立完整地穿上衣服。

材料：闹钟。



操作过程：在孩子上床睡觉之前，把他第二天将要穿的衣服给他准备好。把所有的他需要的衣服放到一个特定的地方，他可以很容易找到

这些衣服。给他看闹钟，向他解释现在他“将要有一个自己的闹钟，就像妈妈和爸爸”。

向他演示怎样把响着的闹钟停掉，多次练习停掉闹钟。在开始的几个早晨，帮助他下床，在完成其他的任务之前先把闹钟停掉。当你确信他已经会了怎样把闹钟停掉，给他看定时器。

向他解释如果他能够在定时器到达某一个时刻以前(给他指着这个时刻)他能够完全地把衣服穿上。

他将得到一个特别令他惊讶的奖励。给他标记出定时器，这样他可以容易地看到他要在什么时间完成。开始的时候，你应该把时间定得长一点，这样他有足够的时间可以穿上衣服。

当闹钟响的时候，看一看他是否起床把闹钟停掉，然后定下时间。你自己在他的周围做些事情，但是偷偷地留意他，看一看他是否变得慌慌张张或注意力分散。要准备好，他需要的时候，给予帮助。

如果他努力抓紧时间自己穿衣服，就慷慨地给予表扬。如果他在规定的时间内穿好衣服，就给予他喜欢的十分特别的东西作为奖励。