

# РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ РОДИТЕЛЕЙ

## 9 УРОКОВ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА



### *Учимся развивать ребенка*

Разработано совместно НПЦРСР МТСЗН РК, РНПЦПЗ МЗ РК и ЮНИСЕФ в рамках адаптации Программы ВОЗ «Caregiver Skills Training» (обучение навыкам ухода за детьми) для Республики Казахстан

<b>РАСПИСАНИЕ ВСЕЙ ПРОГРАММЫ</b>		<b>Дата, время, место</b>
<b>Домашний визит 1</b>		
Регистрация по телефону		
<b>Занятие 1</b>	<b>Как привлечь ребенка к совместной деятельности</b>	
Регистрация по телефону		
<b>Занятие 2</b>	<b>Как поддержать вовлеченность ребенка в совместную деятельность</b>	
Регистрация по телефону		
<b>Занятие 3</b>	<b>Как помочь участию ребенка в совместных играх и повседневных домашних делах</b>	
СМС или WhatsApp напоминание о следующем занятии		
<b>Занятие 4</b>	<b>Как понимать общение ребенка</b>	
СМС или WhatsApp напоминание о следующем занятии		
<b>Занятие 5</b>	<b>Как развивать у ребенка навыки общения</b>	
<b>Домашний визит 2 (между 5 и 6 занятиями)</b>		
<b>Занятие 6</b>	<b>Как предупредить нежелательное поведение ребенка и помочь ему оставаться вовлеченным и регулируемым</b>	
Регистрация по телефону		
<b>Занятие 7</b>	<b>Как обучить ребенка альтернативам нежелательному поведению</b>	
СМС или WhatsApp напоминание о следующем занятии		
<b>Занятие 8</b>	<b>Как обучать ребенка новым навыкам с помощью маленьких шагов и с минимальной помощью взрослого</b>	
СМС или WhatsApp напоминание о следующем занятии		
<b>Занятие 9</b>	<b>Как решать проблемы, не забывая заботиться о себе</b>	
<b>Домашний визит 3</b>		
<b>Дополнительные занятия:</b>		

## ЗАНЯТИЕ 1

### ВВЕДЕНИЕ В ПРОГРАММУ.

### КАК ПРИВЛЕЧЬ РЕБЕНКА К СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### ЗНАКОМСТВО И КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Специалист 1	
Телефон	
Специалист 2	
Телефон	
Наши занятия будут проходить (адрес и телефон)	
ПОЖАЛУЙСТА, ПОЗВОНИТЕ ИЛИ ПРИШЛИТЕ СМС НА НОМЕР +7 _____ ЕСЛИ ВЫ ОПАЗДЫВАЕТЕ ИЛИ ПРОПУСКАЕТЕ ЗАНЯТИЕ Или напишите в WhatsApp _____	

## ЛИЧНЫЕ ЦЕЛИ

Что я ожидаю получить от этой программы (для себя, для своего ребенка, для моей семьи)

- 1) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Что я могу сделать, чтобы получить от этой программы то, что мне нужно (например, тренироваться дома, общаться с другими родителями, привлекать к занятиям других членов семьи)

- 1) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## ДОМАШНЕЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

- Выберите 2 повседневных занятия, которые вы вместе с ребенком будете практиковать до следующего занятия. Выберите виды деятельности, которые будут мотивировать вашего ребенка и которые происходят чаще всего
- Планируйте проводить с ребенком не менее 5 минут во время каждого занятия. Старайтесь практиковать эти действия каждый день.

Практикуйте советы из этого занятия:

1. Подготовьте пространство: удалите отвлекающие факторы и выберите место, где вам никто не мешает
2. Предложите 2-3 варианта, которые интересуют и мотивируют вашего ребенка и следуйте его выбору
3. Расположитесь перед ребенком лицом к лицу, на уровне его глаз и расположите предметы между вами

## ЗАНЯТИЕ 2

### КАК ПОДДЕРЖАТЬ ВОВЛЕЧЕННОСТЬ РЕБЕНКА В СОВМЕСТНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

#### ОБЗОР ДОМАШНЕГО ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАДАНИЯ

Повседневные занятия, которые мы пробовали:

---

---

---

Наши достижения:

1) 

---

---

2) 

---

---

3) 

---

---

Что я могу попробовать в следующий раз:

1) 

---

---

2) 

---

---

3) 

---

---

## ИДЕИ ДЛЯ ПОХВАЛЫ

**КАК Я МОГУ ПОХВАЛИТЬ РЕБЁНКА**

**КОГДА Я МОГУ ПОХВАЛИТЬ РЕБЕНКА**

## ДОМАШНЕЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

- Выберите 2 повседневных занятия, которые вы вместе с ребенком будете практиковать до следующего занятия. Выберите виды деятельности, которые будут мотивировать вашего ребенка и которые происходят чаще всего
- Планируйте проводить с ребенком не менее 5 минут во время каждого занятия. Старайтесь практиковать эти действия каждый день.

Повседневные дела и игры:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

Если не получится, я попробую:

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Постарайтесь вовлечь ребенка в совместное участие и практикуйте рекомендации, которые мы изучили до сих пор:

- Подготовьте пространство: удалите отвлекающие факторы и выберите место, где вам никто не мешает.
- Начните с 2-3 вариантов, которые интересуют и мотивируют вашего ребенка и следуйте его выбору.
- Расположитесь перед ребенком лицом к лицу, на уровне его глаз и расположите предметы между вами
- СМОТРИТЕ И СЛУШАЙТЕ – замечайте, что мотивирует и заинтересовало вашего ребенка
- СМОТРИТЕ И СЛУШАЙТЕ – уловите, когда ваш ребенок ведет себя хорошо и похвалите его

## ЗАНЯТИЕ 3

### КАК ПОМОЧЬ УЧАСТИЮ РЕБЕНКА В СОВМЕСТНЫХ ИГРАХ И ПОВСЕДНЕВНЫХ ДОМАШНИХ ДЕЛАХ

#### ОБЗОР ДОМАШНЕГО ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАДАНИЯ

Повседневные занятия, которые мы пробовали:

---

---

---

Наши достижения:

1) \_\_\_\_\_

---

2) \_\_\_\_\_

---

3) \_\_\_\_\_

---

Что я могу попробовать в следующий раз:

1) \_\_\_\_\_

---

2) \_\_\_\_\_

---

3) \_\_\_\_\_

---

## ИДЕИ ДЛЯ ПОВСЕДНЕВНЫХ ДОМАШНИХ ДЕЛ

Примеры повседневных домашних дел, в которые можно вовлечь детей: мытье посуды, распаковка продуктов, сервировка стола, развешивание одежды для просушки и др.

---

---

---

---

---

## ИДЕИ ДЛЯ ПОВСЕДНЕВНЫХ ИГР

Целевой уровень игры моего ребёнка (обведите в кружок)

Простая игра

Игра на составление

Ролевая игра

Сложная ролевая игра

Идеи для повседневных игр

-

-

### **ДОМАШНЕЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

- **Выберите 2 повседневных действия (1 – из ежедневных домашних дел, 1 – из игры), чтобы практиковаться до следующего занятия**
- **Выбирайте то, что нравится ребенку и то, что обычно делаете ежедневно. Можете выбрать из того, что уже ребенок делает или новое занятие.**
- **Планируйте проводить с ребенком не менее 5 минут во время каждого занятия. Практикуйте эти действия каждый день.**
- **Не забудьте использовать сегодняшние рекомендации:**
  - **ИМИТИРУЙТЕ**, подражайте и копируйте, чтобы присоединиться к игре
  - **МОДЕЛИРУЙТЕ**, Покажите и скажите новые шаги
  - **ПОВТОРЯЙТЕ**, начните сначала, чтобы дольше быть во взаимодействии с ребенком

## **ЗАНЯТИЕ 4**

### **КАК ПОНИМАТЬ ОБЩЕНИЕ РЕБЕНКА**

#### **ОБЗОР ДОМАШНЕГО ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАДАНИЯ**

**Повседневные занятия и игра, которые мы пробовали:**

---

---

---

**Наши достижения:**

1) \_\_\_\_\_

---

2) \_\_\_\_\_

---

3) \_\_\_\_\_

---

**Что я могу попробовать в следующий раз:**

1) \_\_\_\_\_

---

2) \_\_\_\_\_

---

3) \_\_\_\_\_

---

## **ЛИЧНЫЕ ЦЕЛИ**

### **ЦЕЛИ ОБЩЕНИЯ МОЕГО РЕБЕНКА**

1)

---

---

2)

---

---

### **ЧТО Я СДЕЛАЮ ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ СВОИХ ЦЕЛЕЙ**

1)

---

---

2)

---

---

3)

---

---

## ДОМАШНЕЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

- Выберите 1 игру или домашнее занятие, которыми вы будете заниматься со своим ребенком или в которые будете вовлекать его (например, игра, мытье рук, перекус и т. д.). Это могут быть те же занятия, которыми вы занимались раньше, или что-то другое. Выбирайте то, что вы делаете почти каждый день
- Выполняя задания, планируйте потратить не менее 5 минут на общение с ребенком и попытаться увлечь его

Практикуйте рекомендации этого занятия:

- Смотрите, слушайте и отвечайте словами и жестами на все разговоры вашего ребенка, даже если они неясны
- Используйте слова и жесты, соответствующие уровню общения вашего ребенка
- Говорите о том, на чем сконцентрирован ребенок, чем он заинтересовался и о его действиях
- Ждите, чтобы дать ребенку возможность вступить в общение

## **ЗАНЯТИЕ 5**

### **КАК РАЗВИВАТЬ У РЕБЕНКА НАВЫКИ ОБЩЕНИЯ**

#### **ОБЗОР ДОМАШНЕГО ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАДАНИЯ**

**Повседневные занятия, которые мы пробовали:**

1) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Способы общения, которыми пользовался мой ребенок:**

1) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Что я могу попробовать в следующий раз:**

1) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**ЛИЧНЫЕ ЦЕЛИ**

**ЦЕЛИ ОБЩЕНИЯ МОЕГО РЕБЕНКА**

1)

---

---

2)

---

---

3)

---

---

**ЧТО Я СДЕЛАЮ ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ СВОИХ ЦЕЛЕЙ**

1)

---

---

2)

---

---

3)

---

---

## ДОМАШНЕЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

- Выберите 1 повседневное занятие, которым вы будете заниматься со своим ребенком или в который будете вовлекать его (например, игра, мытье рук, перекус и т. д.). Это могут быть те же занятия, которыми вы занимались раньше, или что-то другое.  
Выбирайте то, что вы делаете почти каждый день
- Выполняя задания, планируйте потратить не менее 5 минут, чтобы заметить, когда ваш ребенок общается, чтобы поделиться, а когда, – чтобы попросить
- Вы можете создать возможности для вашего ребенка поделиться:
  - попробуйте сделать что-нибудь неожиданное или забавное и посмотрите, поделится ли с вами ребенок случившимся
  - ждите, покажите и скажите слова и жесты, которые он может использовать для общения
  - снова ждите, чтобы увидеть, попытается ли он их использовать
- Вы можете создать для своего ребенка возможность попросить:
  - держите предметы, которые заинтересовали вашего ребенка, вне досягаемости, но в пределах видимости
  - дайте ребенку выбор между двумя вещами
  - дайте предметы, которые хочет ребенок, по одному или маленькими частями

## ЗАНЯТИЕ 6

### КАК ПРЕДУПРЕДИТЬ НЕЖЕЛАТЕЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ РЕБЕНКА И ПОМОЧЬ ЕМУ ОСТАВАТЬСЯ ВОВЛЕЧЕННЫМ И РЕГУЛИРУЕМЫМ

#### ОБЗОР ДОМАШНЕГО ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАДАНИЯ

Повседневные занятия, которые мы пробовали:

1) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Я создавал моменты, когда ребенок смог попросить и когда смог поделиться:

1) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Способы общения, которыми пользовался мой ребенок:

1) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Что я могу попробовать в следующий раз:

1) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**ЛИЧНЫЕ ЦЕЛИ**

**Два повседневных дела, которые я поставил своей целью**

1)

---

---

2)

---

---

**НЕЖЕЛАТЕЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ, КОТОРОЕ Я ХОЧУ РЕЖЕ ВИДЕТЬ У РЕБЕНКА:**

**В цели 1**

---

---

---

---

**В цели 2**

---

---

---

---

## ДОМАШНЕЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Выберите 2 игровых или домашних занятия, которыми вы будете заниматься со своим ребенком или в которые будете вовлекать его (например, игра, мытье рук, перекус и т. д.). Это могут быть те же занятия, которыми вы занимались раньше, или что-то другое.

Выбирайте то, что вы делаете почти каждый день. Выполняя распорядок дня, планируйте потратить не менее 5 минут на то, чтобы замечать и реагировать на общение вашего ребенка, а также:

1) Выполняя задания, **СМОТРИТЕ И СЛУШАЙТЕ**, чтобы заметить проявления нежелательного поведения и предупреждающие сигналы.

Подумайте, что происходит **ДО** возникновения проявлений нежелательного поведения. Используйте графики поведения вашего ребенка **ДО, ВОВРЕМЯ И ПОСЛЕ** нежелательного поведения в качестве напоминания

2) Выберите 1 навык или поведение, которое вы хотите у своего ребенка видеть чаще. Запланируйте **КАЖДЫЙ ДЕНЬ** замечать, когда ваш ребенок ведет себя именно так. Составьте план, как вы будете хвалить и поощрять ребенка своим вниманием, улыбкой и добрыми словами

3) **СМОТРИТЕ И СЛУШАЙТЕ** во время трудного для ребенка перехода от одного занятия к другому. Тренируйтесь применять одну из тех рекомендаций, которые мы рассмотрели сегодня.

Не забывайте практиковать советы из этого занятия:

- Отвечайте на навыки и соответствующее поведение похвалой и воодушевлением.
- Ищите и прислушивайтесь к сигналам, возникающим до нежелательного поведения
- Чтобы помочь ребенку сохранять спокойствие, организуйте окружение и делайте предупреждения, прежде чем менять занятия.

## **ЗАНЯТИЕ 7**

### **КАК ОБУЧИТЬ РЕБЕНКА АЛЬТЕРНАТИВАМ НЕЖЕЛАТЕЛЬНОМУ ПОВЕДЕНИЮ**

#### **ОБЗОР ДОМАШНЕГО ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАДАНИЯ**

**Повседневные занятия, которые мы пробовали:**

- 1) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Нежелательное поведение, которое мы поставили своей целью:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Чтобы уменьшить или остановить нежелательное поведение, я пытался:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Я думаю, что такое поведение произошло, потому что:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## **ЛИЧНЫЕ ЦЕЛИ ПО НЕЖЕЛАТЕЛЬНОМУ ПОВЕДЕНИЮ МОЕГО РЕБЕНКА**

**На этой неделе я планирую выполнять вместе с ребенком 2 повседневных дела:**

**1)**

---

---

**2)**

---

---

**Нежелательное поведение моего ребенка, которое я хочу уменьшить при выполнении повседневных дел:**

---

---

---

---

**Сегодня мы спланируем, как реагировать на это нежелательное поведение**

## ДОМАШНЕЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

- Выберите 2 игровых или домашних занятия, которыми вы будете заниматься со своим ребенком или в которые будете вовлекать его (например, игра, мытье рук, перекус и т. д.). Это могут быть те же занятия, которыми вы занимались раньше, или что-то другое. Выбирайте то, что вы делаете почти каждый день. Выполняя распорядок дня, планируйте потратить не менее 5 минут на то, чтобы замечать и реагировать на общение вашего ребенка, а также:
- Выполняя задания, **СМОТРИТЕ И СЛУШАЙТЕ**, чтобы заметить проявления нежелательного поведения и предупреждающие сигналы. Подумайте, что происходит **ДО** возникновения проявлений нежелательного поведения. Используйте графики поведения вашего ребенка **ДО, ВОВРЕМЯ И ПОСЛЕ** нежелательного поведения в качестве напоминания

Используйте составленный вами план реагирования на нежелательное поведение моего ребенка

22

**МОИ ЦЕЛИ по РАБОТЕ С НЕЖЕЛАТЕЛНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ РЕБЕНКА:**

### ЦЕЛЬ 1

Поведение: \_\_\_\_\_

Причина поведения: \_\_\_\_\_

Мой план реакции на поведение: \_\_\_\_\_

### ЦЕЛЬ 2

Поведение: \_\_\_\_\_

Причина поведения: \_\_\_\_\_

Мой план реакции на поведение: \_\_\_\_\_

## ЗАНЯТИЕ 8

### КАК ОБУЧАТЬ РЕБЕНКА НОВЫМ НАВЫКАМ С ПОМОЩЬЮ МАЛЕНЬКИХ ШАГОВ И С МИНИМАЛЬНОЙ ПОМОЩЬЮ ВЗРОСЛОГО

#### ОБЗОР ДОМАШНЕГО ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАДАНИЯ

На прошлой неделе вы практиковали дома свой план по снижению или прекращению нежелательного поведения ребенка

##### ЦЕЛЬ 1

- Нежелательное поведение:

\_\_\_\_\_

- Причина поведения (обвести в кружок):

1) Получить доступ

2) Получить внимание

3) Избежать или остановить

4) Получить ощущение

- Рекомендация, которая сработала: \_\_\_\_\_

- В следующий раз я могу попробовать:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

##### ЦЕЛЬ 2

- Нежелательное поведение:

\_\_\_\_\_

- Причина поведения (обвести в кружок):

1) Получить доступ

2) Получить внимание

3) Избежать или остановить

4) Получить ощущение

- Рекомендация, которая сработала: \_\_\_\_\_

- В следующий раз я могу попробовать:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## ЛИЧНЫЕ ЦЕЛИ

Я выберу себе цель обучить ребенка одному повседневному делу, которое я хочу, чтобы мой ребенок успешно выполнял:

- \_\_\_\_\_

Сегодня мы сосредоточимся на том, чтобы разбить задачу выполнения этого повседневного дела на маленькие шаги. Мы выберем один шаг, с которого начнем обучать ребенка.

Маленькие шаги, из которых состоит повседневное дело	Шаги, которые ребенок может выполнять самостоятельно
1) _____	<input type="checkbox"/>
2) _____	<input type="checkbox"/>
3) _____	<input type="checkbox"/>
4) _____	<input type="checkbox"/>
5) _____	<input type="checkbox"/>
6) _____	<input type="checkbox"/>
7) _____	<input type="checkbox"/>
8) _____	<input type="checkbox"/>

24

Обведите шаг, которому вы будете учить в первую очередь

## ДОМАШНЕЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

- **Выберите 2 домашних занятия, которые вы будете выполнять со своим ребенком или в которые будете вовлекать своего ребенка.** Это могут быть те же занятия, которые вы выполняли раньше, или что-то другое. Выберите то, чем вы будете заниматься каждый день. Запланируйте проводить с ребёнком не меньше пяти минут каждый раз, когда приступаете к заданию.
- **Выберите один маленький шаг из того действия, которые вы хотите, чтобы ваш ребенок выучил.** Попробуйте выполнять это задание хотя бы 3 раза в неделю.
- **Спланируйте уровень помощи, с которого вы начнете.**  
Три уровня:
  - 1) «Показать и рассказать»/«Рассказать еще раз»
  - 2) «Оказать небольшую помощь»
  - 3) «Оказать полноценную помощь».

### План домашней практики

1. **Цель (повседневное действие):** \_\_\_\_\_
2. **Шаг, с которого я начну:** \_\_\_\_\_
3. **Уровень помощи, с которого начну (подчеркнуть):**

*Покажу и расскажу*

*Окажу небольшую  
помощь*

*Окажу полноценную  
помощь*

### НЕ ЗАБЫВАЙТЕ использовать рекомендации из этого занятия:

- Разбейте любой из навыков на маленькие шаги и обучайте ребёнка одному шагу за раз
- Пусть учится ваш ребенок! Оказывайте минимальную помощь, необходимую вашему ребенку для достижения успеха
- Давайте ясные, последовательные инструкции и хвалите ребенка за попытку
- Спросите себя: могу ли я начать обучение следующему шагу?

## ЗАНЯТИЕ 9

### КАК РЕШАТЬ ПРОБЛЕМЫ, НЕ ЗАБЫВАЯ ЗАБОТИТЬСЯ О СЕБЕ

#### ОБЗОР ДОМАШНЕГО ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАДАНИЯ

На прошлой неделе вы практиковали дома разделение любого повседневного дела на маленькие шаги и оказание ребенку минимальной помощи, чтобы он мог выучить этот шаг

1-ое ПОВСЕДНЕВНОЕ ДЕЛО ИЛИ ИГРА, КОТОРОЕ МЫ ПРОБОВАЛИ:

---

Маленький шаг, который был моей целью:

---

Какие уровни помощи я использовал (обведите):

Покажи и Скажи	Небольшую помощь	Большую помощь
Скажи снова	(Давай помогу)	(Давай сделаем вместе)

Каков наш успех: \_\_\_\_\_

В следующий раз я могу попробовать:

---

2-ое ПОВСЕДНЕВНОЕ ДЕЛО ИЛИ ИГРА, КОТОРОЕ МЫ ПРОБОВАЛИ:

---

Маленький шаг, который был моей целью:

---

Какие уровни помощи я использовал (обведите):

Покажи и Скажи	Небольшую помощь	Большую помощь
Скажи снова	(Давай помогу)	(Давай сделаем вместе)

Каков наш успех: \_\_\_\_\_

В следующий раз я могу попробовать:

---

## ОБЗОР ЦЕЛЕВЫХ НАВЫКОВ

1) **Моя цель по НАВЫКУ ОБЩЕНИЯ ребенка сейчас:**

---

**Надо ли мне поменять мою цель? Да Нет (обведите в кружок)**

**Если ДА, то моя новая цель по навыку общения:**

---

2) **Наша цель по ИГРЕ И ПОВСЕДНЕВНЫМ ДЕЛАМ:**

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

**Другие игры и повседневные дела, над которыми я буду работать:**

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

27

3) **Какое НЕЖЕЛАТЕЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ребенка является моей целью:**

---

4) **Наша БОЛЬШАЯ ЗАДАЧА 1:**

---

**Маленький шаг, над которым мы работаем сейчас**

---

**Следующий маленький шаг, над которым мы будем работать**

---

**Наша БОЛЬШАЯ ЗАДАЧА 2:**

**Маленький шаг, над которым мы работаем сейчас**

---

**Следующий маленький шаг, над которым мы будем работать**

---

5) **Что-то одно, что я буду делать для улучшения СВОЕГО БЛАГОПОЛУЧИЯ:**

---

## ПЛАНИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ ЦЕЛЕЙ НАВЫКОВ ОБЩЕНИЯ РЕБЕНКА

Эта таблица поможет вам определить следующую цель для общения вашего ребенка.

Найдите в таблице строчку, которая соответствует уровню общения ребенка, чтобы попросить, и чтобы поделиться

Обведите следующий за ним пункт. Это будет ваша следующая цель навыка общения.

Например, если ребенок еще никак не просит, его следующая цель общения – использование зрительного контакта (взгляда), чтобы попросить.

<b>Общение, чтобы попросить:</b>	<b>Общение, чтобы поделиться:</b>
Нет общения	Нет общения
Зрительный контакт (взгляд) или телодвижение	Зрительный контакт (взгляд) или телодвижение
Жест: - тянется к предмету, чтобы дали ему - тянет вас за руку, чтобы предмет дали ему - указывает на предмет, чтобы ему дали	Жест: - показывает, чтобы поделиться - указывает, чтобы поделиться, - дает, чтобы поделиться
Использует 1 слово за раз, чтобы попросить	Использует 1 слово за раз, чтобы поделиться
Использует 2 слова за раз, чтобы попросить	Использует 2 слова за раз, чтобы поделиться
Использует 3 слова за раз, чтобы попросить	Использует 3 слова за раз, чтобы поделиться
Сочетает много слов, жестов и взгляд, чтобы попросить	Сочетает много слов, жестов и взгляд, чтобы поделиться

## ДОМАШНЕЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

### Развитие навыков детей:

- Для каждого повседневного дела, над которым вы работаете, придумайте по 2-3 новых шага. Спланируйте начать обучать своего ребенка хотя бы одному из этих шагов в течение следующей недели

### Повседневное дело 1

- Шаги, которые я попробую добавить:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

### Повседневное дело 2

- Шаги, которые я попробую добавить:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

29

### Уход за собой:

- Выберите лично для себя одно приятное занятие и запланируйте уделять этому занятию не менее 5 минут хотя бы через день

Это могут быть очень простые действия, такие как, разговор с близким вам человеком, пение, выполнение чего-либо для других или побыть в одиночестве и посидеть 5 минут в тишине и т. д.

### Не забывайте практиковать рекомендации из этого занятия:

- Увеличивайте количество шагов в ваших повседневных делах: используйте подход «Покажите и скажите», чтобы добавлять новые шаги
- Объедините два повседневных дела, чтобы расширить возможности ребёнка

## ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

### **Что делать, если мой ребёнок заболел?**

Телефон и адрес поликлиники \_\_\_\_\_

В экстренных случаях \_\_\_\_\_

Ваш участковый врач (или фельдшер) \_\_\_\_\_

Ваша патронажная сестра \_\_\_\_\_

### **Что делать, если мне кажется, что мой ребёнок подвергся насилию?**

Телефон и адрес поликлиники \_\_\_\_\_

Телефон доверия \_\_\_\_\_

Ваш участковый врач (или фельдшер) \_\_\_\_\_

Ваша патронажная сестра \_\_\_\_\_

Ответственный социальный работник вашей поликлиники \_\_\_\_\_

### **Что делать, если моя семья оказалась в тяжелой ситуации нехватки средств на еду, одежду и другие жизненно важные средства?**

Телефон и адрес поликлиники \_\_\_\_\_

Ответственный социальный работник вашей поликлиники \_\_\_\_\_

Телефоны неправительственных организаций \_\_\_\_\_

### **Что делать, если в моей семье возникла проблема жестокого обращения?**

Телефон и адрес поликлиники \_\_\_\_\_

Телефон и адрес других ответственных организаций \_\_\_\_\_

Телефоны неправительственных организаций \_\_\_\_\_

Кризисный центр \_\_\_\_\_

Телефон доверия \_\_\_\_\_

Ответственный социальный работник вашей поликлиники \_\_\_\_\_

В экстренных случаях \_\_\_\_\_

**Что делать, если я чувствую, что не справляюсь?**

Телефон и адрес поликлиники \_\_\_\_\_

Ответственный психолог вашей поликлиники \_\_\_\_\_

Телефоны организаций, оказывающих помощь детям с особенностями развития \_\_\_\_\_

Телефоны организаций, оказывающих правовую помощь \_\_\_\_\_

Телефоны неправительственных организаций \_\_\_\_\_

Телефон доверия \_\_\_\_\_

Ваша патронажная сестра

**Здесь также можно привести и другую необходимую информацию.**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---