

मानसिक विकलांग व्यक्तियों के लिए कौशल संबंधी प्रशिक्षण

स्नान करना

प्रशिक्षकों के लिए पैकेज



स्वावलम्बन श्रृंखला-6



राष्ट्रीय मानसिक विकलांग
संस्थान

स्वावलम्बन की ओर श्रृंखला-6

मानसिक विकलांग व्यक्तियों के लिए कौशल संबंधी प्रशिक्षण
प्रशिक्षकों के लिए पैकेज

स्नान करना

(यूनीसेफ द्वारा वित्तीय सहायता प्राप्त)

राष्ट्रीय मानसिक विकलांग संस्थान

(कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार)

मनोविकास नगर

सिकन्दराबाद-500 009

प्रकाशनाधिकार © राष्ट्रीय मानसिक विकलांग संस्थान, 1990
सर्वाधिकार सुरक्षित (रचना स्वत्व)

सहयोगी

जयन्ती नारायण

एम एस (स्पे.एजु.) पी एच डी, डी एस एजु.
परियोजना समन्वयक

ए टी श्रेसिया कुट्टी

एम.ए., बी.एड., डी.एस.एजु.
अनुसंधान अधिकारी

कला की अन्य विषयों पर पुस्तकें

- ※ समग्र प्रेरणा कौशल
- ※ उत्तम प्रेरणा कौशल
- ※ भोजन करने संबंधी कौशल
- ※ शौचनिवृत्ति प्रशिक्षण
- ※ ब्रश से दांत साफ करना
- ※ कपड़े पहनना
- ※ वनना-सवरना
- ※ सामाजिक कौशल

चित्रकार : के. नागेश्वर राव

मुद्रक : जी.ए. ग्राफिक्स हैदराबाद-4, फोन:3312202, 226681

पुस्तिका के संबंध में दो शब्द

यह पुस्तक मानसिक रूप से अशक्त और उन बच्चों के माता-पिता और प्रशिक्षकों की सहायता के लिए जिनका बौद्धिक विकास देर से होता है तैयार की गई पुस्तकों की श्रृंखला में एक कड़ी है। वे क्रियाकलाप जिनमें इन बच्चों को स्वावलम्बी जीवन जीने के लिए प्रशिक्षित किया जाना है, बहुत अधिक है इनके अतर्गत भोजन करना, टॉयलेट जाना, ब्रुश करना, वनना-संवरना, स्नान करना, कपड़े पहनना, समग्र तथा उत्कृष्ट क्रियाकलाप तथा सामाजिक आचार-व्यवहार का निर्वाह करना आदि कुछ मूलभूत और महत्वपूर्ण कौशल आते हैं। पुस्तकों की इस श्रृंखला में बच्चों के विकास में हुई देरी या कमी का पता लगाने की प्रक्रिया और उन्हें आचार-व्यवहार में प्रशिक्षित करने के सोपान-दर-सोपान तरीके दिए गए हैं। इसमें सरल भाषा और उपयुक्त चित्रों का प्रयोग किया गया है ताकि, माता-पिता और अन्य प्रशिक्षक आसानी से उन सोपानों को समझ सकें। इस बात को भी ध्यान में रखा जाना चाहिए कि, सूचीबद्ध किए गए कार्यकलाप मूलभूत, क्रियाकलापों में केवल कुछ ही हैं। बच्चे के कौशल को बढ़ाने में प्रशिक्षकों की सामान्य समझ और उनकी कल्पनाशक्ति अत्यधिक सहायक सिद्ध होगी। हम आशा करते हैं कि, ये पुस्तिकाएं प्रशिक्षकों के लिए उपयोगी सिद्ध होंगी।

आभार

इस परियोजना के टीम इस परियोजना के लिए निधि प्रदान करने के लिए "यूनीसेफ" का हार्दिक धन्यवाद करती है। परियोजना कार्यक्रम के दौरान परियोजना सलाहकार समिति के निम्नलिखित सदस्यों द्वारा समय पर जो सलाह दी गई और मार्गदर्शन किया गया उसके लिए हम उनके विशेष आभारी हैं ।

परियोजना सलाहकार समिति

डॉ वी कुमारेय्या
सहयोगी प्रोफेसर (बाल मनो.)
नीमहंस बैंगलूर

श्रीमती बी विमला
उप प्रधानाचार्य
बाल विहार प्रशिक्षण विद्यालय
मद्रास

प्रो.के.सी. पाण्डा
प्रधानाचार्य
क्षेत्रीय शैक्षणिक महाविद्यालय
भुवनेश्वर

डॉ. एन.के. जागीरा
प्रोफेसर (विशेष शिक्षा)
एन.सी.ई.आर.टी.नई दिल्ली.

श्रीमती गिरिजा देवी
सहायक सम्प्रेषण विकास अधिकारी
युनीसेफ हैदराबाद

संस्थान के सदस्य

डॉ डी.के.मेनन
निदेशक

डॉ.टी. माधवन
सहायक प्रोफेसर

श्री टी.ए. सुब्बाराव
प्राध्यापक वाक् रोग विज्ञान
तथा श्रवण विज्ञान

श्रीमती रीता पेशावरिया
प्राध्यापक, बाल मनोविज्ञान

डॉ.डी.के.मेनन, निर्देशक, एन आई एम एच को मार्गदर्शन और सुझावों के लिए हम विशेष रूप से आभारी हैं । हम श्री ए. वेंकटेश्वर राव द्वारा परियोजना अवधि के दौरान प्रारूपों के टंकण में की गई कुशल सचिवीय सहायता का विशेष उल्लेख करते हैं और उनके प्रति अत्यधिक आभार व्यक्त करते हैं । श्री टी. पिचैया, श्री वी.राम मोहन राव और श्री के.एस.आर.सी. मूर्ति द्वारा दिया गया प्रशासनिक सहयोग वास्तव में प्रशंसनीय है । अंत में, हम मंदबुद्धि बच्चों के उन माता-पिता के भी इतने ही आभारी हैं जिन्होंने कौशल-प्रशिक्षण पैकेजों के क्षेत्रीय परीक्षण के लिए हमारे साथ सहयोग किया तथा उसमें संशोधन के लिए सुझाव दिए जिन्हें समुचित रूप से पुस्तिका में सम्मिलित कर लिया गया है ।

विषय-सूची	पृष्ठ
परिचय ...	1
प्रशिक्षण की आवश्यकता ...	2
प्रशिक्षण लेने की तत्परता ...	4
समस्याएं ...	5
कब प्रशिक्षित करें ? ...	7
कैसे प्रशिक्षित करें ? ...	8
सोपान-दर-सोपान प्रशिक्षण ...	11
फुहारे और नल के पानी से बाथरूम में स्नान करना ...	12
बाल्टी से पानी लेकर स्नान करना ...	24



परिचय

माता-पिता की यह सामान्य प्रवृत्ति होती है कि, वे अपने बच्चों को सही ढंग से स्नान कराने में सहायता करते हैं । समय बीतने के साथ सामान्य बच्चा आत्मनिर्भर हो जाता है जबकि, मंदबुद्धि बच्चे दूसरों पर ही निर्भर रहते हैं । इसलिए इस बात की जिम्मेदारी माता-पिता पर होती है कि, वे अपने मंदबुद्धि बच्चों को स्वतंत्र रूप से अपना काम करना सीखने के अवसर प्रदान करके स्वावलम्बी बनाएं ।

इस पुस्तिका में यह बताया गया है कि, मंदबुद्धि बच्चों को सही पद्धति का प्रयोग करके जैसे ठीक काम करने पर प्रशंसा करके और पुरस्कार देकर किस प्रकार से स्नान करने के कार्य में स्ववलम्बी बनाया जा सकता है ।

प्रशिक्षण की आवश्यकता

मंदबुद्धि व्यक्तियों को स्नान करने में स्वावलम्बी बनने से निम्न बातों की अनुभूति होती है



एकान्त का बोध



आत्म सतुष्टि



स्वच्छता की भावना



सफलता की भावना



व्यक्तिगत स्वावलम्बन

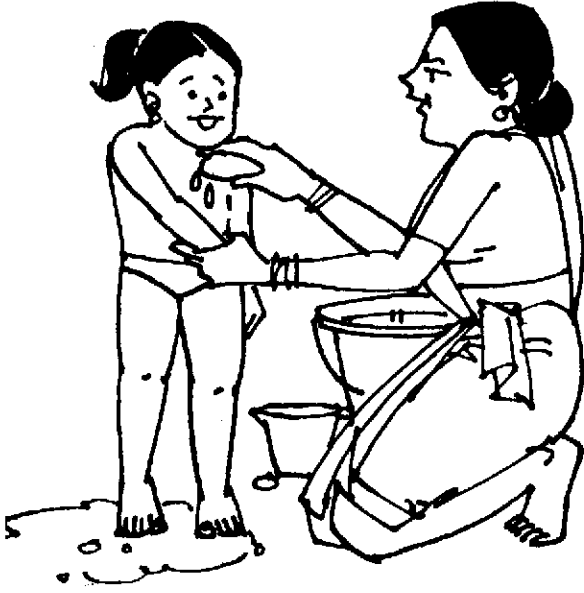
स्नान करना भी एक स्वावलम्बन कौशल है जिसे मंदबुद्धि व्यक्तियों को सिखाया जाना चाहिए । इसमें निम्नलिखित कार्य सम्मिलित है :

- बालों में तेल लगाना
- कपड़े उतारना
- बाल धोना
- साबुन/शैम्पू लगाना
- मलना/रगड़ना
- शरीर से साबुन उतारना
- बाल सूखाना
- सम्पूर्ण शरीर पोछना
- कपड़े पहनना

एक सामान्य बच्चा थोड़ी सी देख-रेख में 6 साल की उम्र से स्वयं स्नान करने लगता है ।

प्रशिक्षण लेने की तत्परता

प्रशिक्षार्थी निर्देश समझने की स्थिति में होना चाहिए



तेल और साबुन लगाने के लिए



पानी डालने के लिए



और शरीर के सभी अंगों को पोछने के लिए आंख और हाथ का सही तालमेल होना आवश्यक है ।

समस्याएं

- समय पर नियमित रूप से स्नान करने की पहल न करना।
- हाथों के तालमेल की कमी ।
- बच्चे को स्वयं स्नान करने देने के बजाय अभिभावक/देखभाल करने वाले द्वारा उसे स्नान कराना पसंद करना ।
- साबुन लगाने, मलने और सम्पूर्ण शरीर पोछने में असमर्थता ।
- जब बच्चा सहयोग और प्रयास करता है तो बड़ों के द्वारा उसकी प्रशंसा न करना ।
- माता-पिता द्वारा यह अपेक्षा करना कि, बच्चा प्रारंभिक स्थिति से ही स्नान करने के कौशल में निपूण हो जाए।

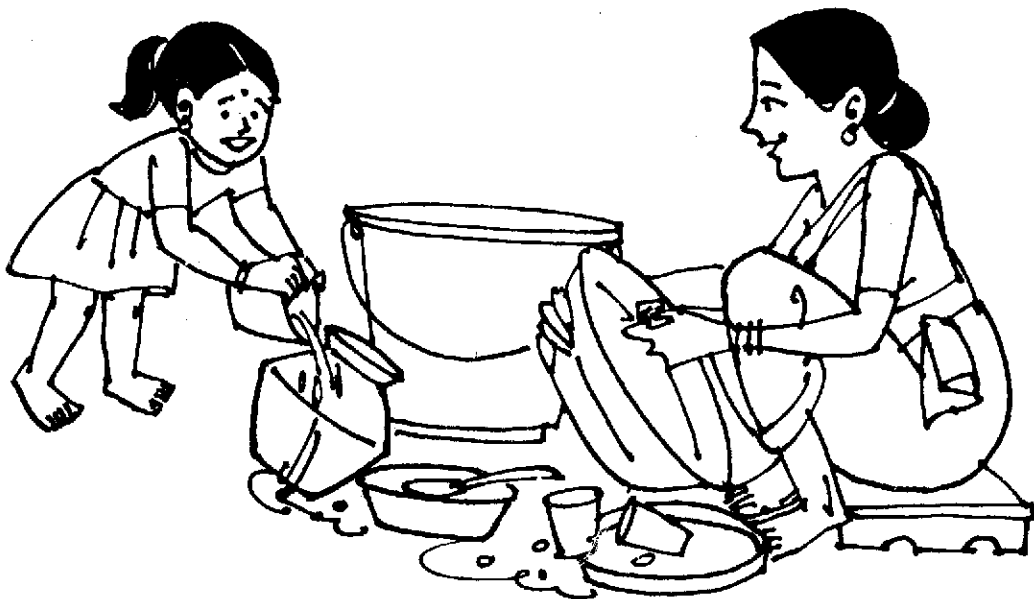


समस्याओं का समाधान कैसे करें

अगर बच्चा स्नान करने में रूचि न दिखाता हो तब उसके भाई-बहन नहाने के लिए जाएं तो उन्हें ऐसा करते हुए बच्चे को दिखाएं। जब वे नहाने के बाद साफ कपड़े पहनकर, ताजा और स्वच्छ होकर बाहर निकले तो बच्चे के सामने उनकी प्रशंसा करें।



हाथों के तालमेल को बढ़ाने के लिए उससे ये अभ्यास कराएं जैसे- उठाना, पकड़ना, निचोड़ना और मांजना। नियमित क्रियाकलाप जैसे- ऊंगलियों का उपयोग करते हुए वस्तुएं उठाना, पानी डालना, बर्तनों को धोना और पोछना आदि उपयोगी कौशल हैं।



कब प्रशिक्षित करें ?

वास्तविक स्थितियों का प्रयोग करें :

सुबह : शौचालय जाने और दाँत साफ करने के पश्चात् उसे नाश्ता करने से पहले नहाने की आदत डलवाएं ।

शाम : स्कूल से आने, खेल व अन्य क्रियाकलाप के बाद उसे रात्रि भोजन और सोने से पहले नहाने की आदत डालें ।

स्नान के समय का प्रशिक्षण में उपयोग करें ।

स्नान कराते समय बच्चे का सहयोग शुरू से ही पाने की कोशिश करें ।



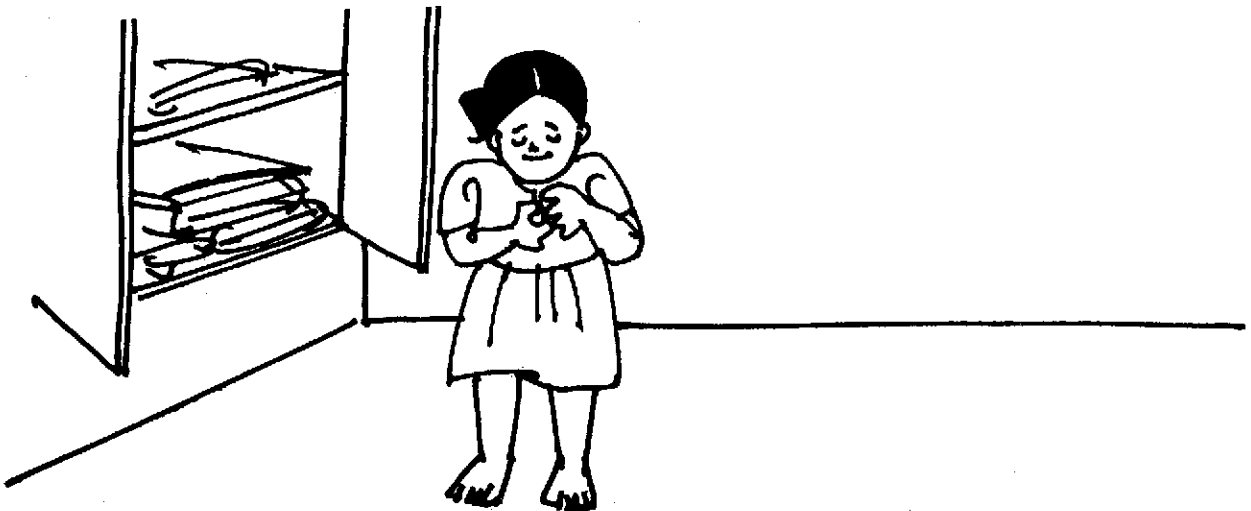
कैसे प्रशिक्षित करें ?

इस पुस्तिका में स्नानघर में नल और फुहार के पानी से स्नान करने का तरीका



और मग द्वारा वाल्टी से पानी निकाल कर स्नान करने का तरीका सिखाया गया है ।

इनमें से पहले उस तरीके का चयन करें जिसका बच्चे को घर के वातावरण के अनुसार दैनिक जीवन में प्रयोग करना हो । बाद में उसे दोनों तरीके सिखाएं ताकि, आवश्यकतानुसार बच्चा इस कौशल का दोनों स्थितियों में उपयोग कर सके ।



प्रारंभ में उसके कार्य में उसका सहयोग प्राप्त करें और शारीरिक सहायता करें। धीरे-धीरे शारीरिक सहायता कम कर दें और उसे यह बताएं कि, उसे आगे क्या करना है।



उदाहरणार्थ उसे साबुन देने के बाद उसका हाथ पकड़ कर साबुन लगाने में सहायता करें उसका हाथ पकड़ें रहें और बच्चे को अपने हाथों से साबुन मलने दें।



धीरे-धीरे शारीरिक सहायता कम कर दें और बच्चे को स्वयं साबुन लगाने दें।



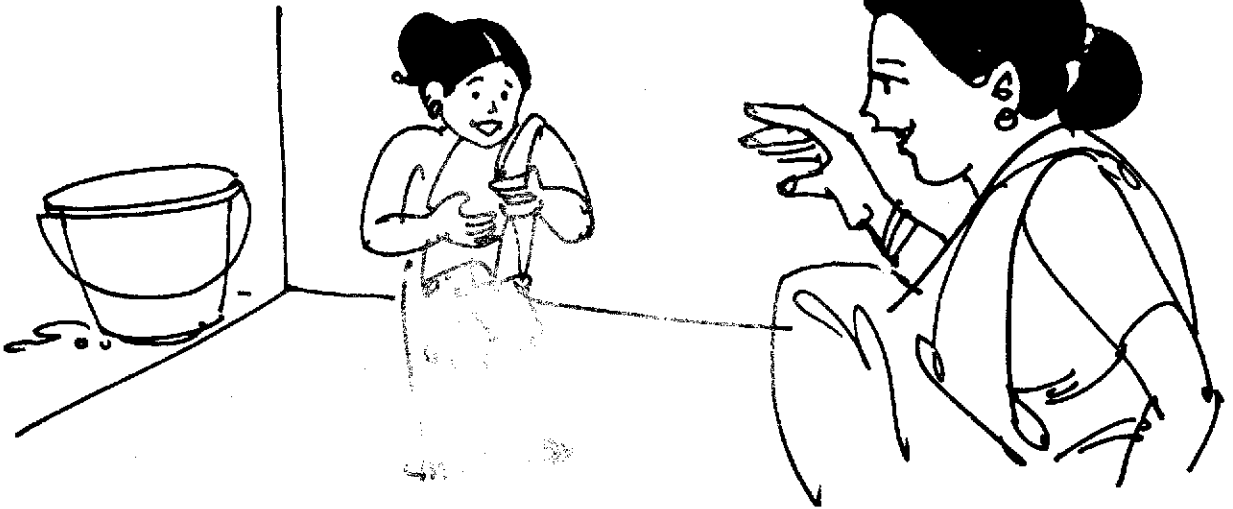
इस बात का ध्यान रखें कि, नहा ने का पानी अधिक ठण्डा या अधिक गर्म न हो।

बच्चे को यह बताएं कि, उसे शरीर के किस अंग पर साबुन पहले लगाकर फिर और अंगों पर लगाना है । इसी तरह बरती जानी वाली सावधानियों के बारे में भी बताना व दिखाना चाहिए । बच्चे को याद रहना चाहिए कि उसे चेहरे पर साबुन लगाते समय आंखें बंद करनी चाहिए ।



बच्चे के प्रयास और सफलता की प्रशंसा करें । शरीर के उन अंगों जिन्हें देख नहीं सकते हैं जैसे पीठ और गले को अच्छी तरह धोने पर जोर दें ।

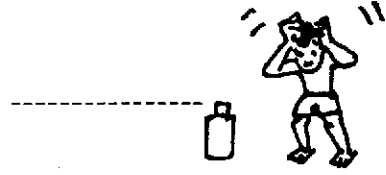
हर दिन स्नान करने और शरीर को साफ रखने की आवश्यकता के बारे में बताएं ।



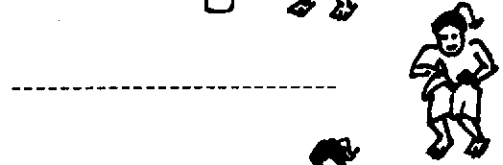
इस बात का ध्यान रखें कि, स्नानघर में फिसलन न हो ।

सोपान-दर-सोपान प्रशिक्षण

1. तेल लगाना



2. कपड़े उतारना



3. साबुन लगाना



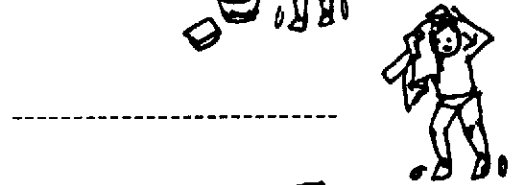
4. मलना / रगड़ना



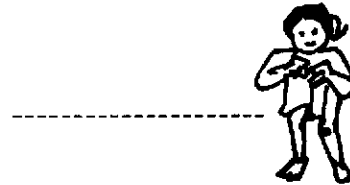
5. पानी डालना



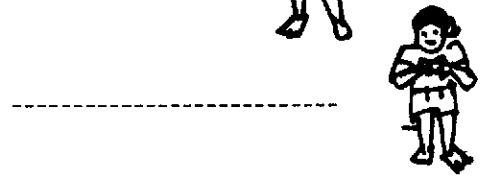
6. बाल पोछना



7. शरीर के अन्य अंग पोछना



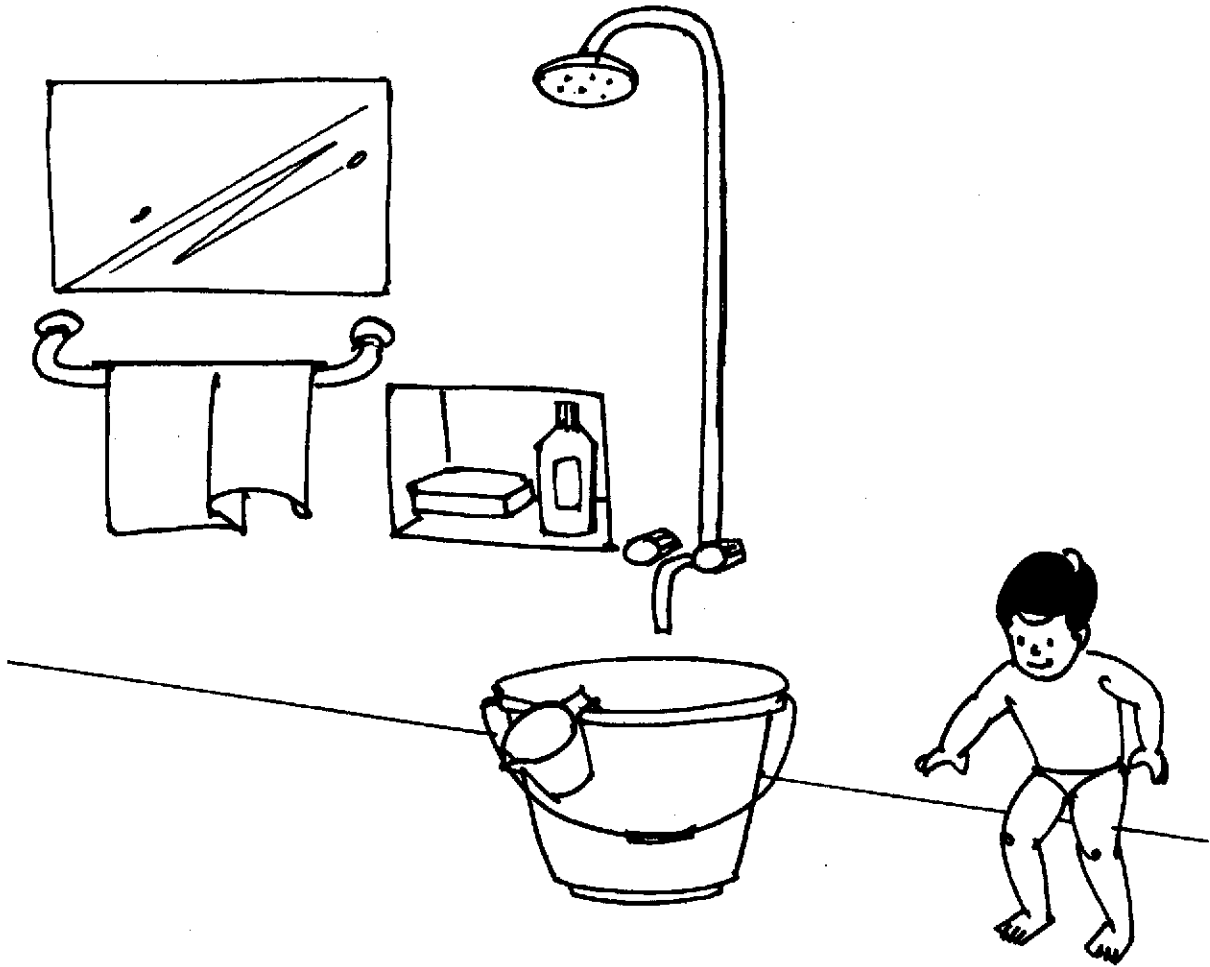
8. कपड़े पहनना



- तेल लगाना लड़के/लड़की की उम्र, सामर्थ्य और आवश्यकतानुसार सिखाया जा सकता है ।

स्नानघर में स्नान करना

आवश्यकसामग्री : स्नानघर, बाल्टी, नल का पानी, फुहारा, साबुनदानी और साबुन, शैम्पू, तौलिया, आईना



स्नान के लिए आवश्यक सामग्री की पहचान बच्चे को करने दें ।

सर्दी और बरसात के मौसम में बच्चे को अधिक समय तक पानी में खेलने से रोके ।

सोपान 1 : बालों में तेल लगाना

1. बच्चे को दिखाएं कि, तेल की बोतल कहीं रखी हुई है उसे अन्य बोलतों में से तेल की बोतल पहचानना सिखाएं बोतल पर स्पष्ट रूप से हेयर आयल (बालों का तेल) लिख दें अगर यह "हेयर ऑयल" बाजार में मिलता है तो इसे टी.वी. या पत्रिका के विज्ञापन में उसे दिखाएं ताकि, इसे पहचानने में उसे आसानी हो। यह पढ़ाई में भी सहायक होता है।



2. उसे बताएं कि, तेल की बोतल कैसे पकड़े, बोतल को बाएँ हाथ में पकड़ कर दाएँ हाथ से ढक्कन खोलें।
 - अगर संभव हो तो न टूटने वाली बोतल का प्रयोग करें।
 - बच्चे को सिखाते समय यह सुनिश्चित कर लें कि, बोतल में तेल की मात्रा बहुत कम है ताकि, इसे गिरने और व्यर्थ जाने से रोका जा सके।

3. ढक्कन खोलने के बाद बोतल को तिरछा करके बायीं हथेली पर तेल डालने में सहायता करें।



4. बच्चे को तेल की बोतल नीचे या मेज पर रख कर दोनों हथेलियों पर तेल लगाने के लिए कहें ।



5. उसमें हाथों को पकड़ कर उसे दोनों हाथों से बाल में तेल लगाना सिखाएँ । जब तक बालों में ठीक से तेल नहीं लग जाता बच्चे को यह कार्य उसे 5 बार दोहराने के लिए कहें ।

6. बालों में ठीक से तेल लगाने के बाद उसे बोतल का ढक्कन बंद करके अलमारी में वापिस रखना सिखाएँ ।



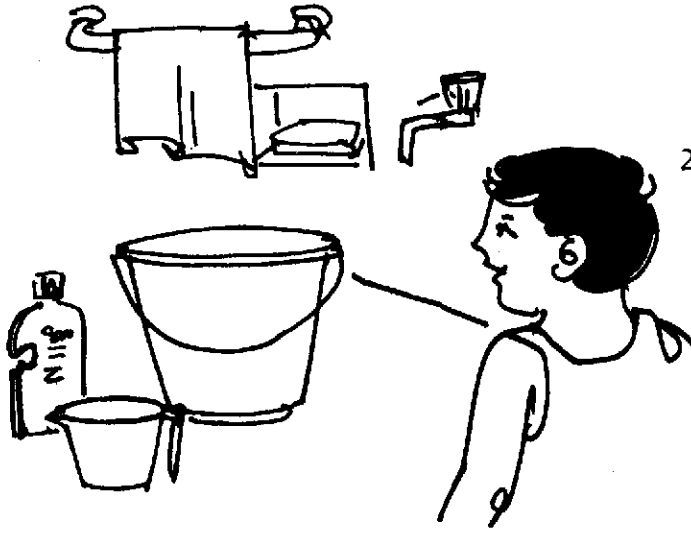
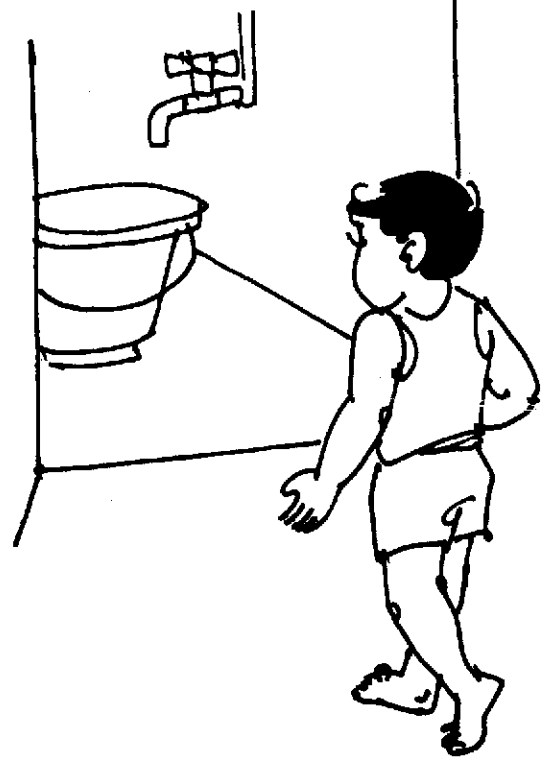
7. लम्बे/छोटे बालों के आधार पर बच्चे को सिखाएँ कि, उसे आवश्यकतानुसार बाल धोने से पहले या बाल बनाते समय बालों में तेल लगाना चाहिए ।

टिप्पणी : प्रारंभ में आईने के सामने खड़े होकर बच्चे को बाएँ हाथ की हथेली सामने करने दें, उसे अपनी हथेली से पकड़ उस पर थोड़ा तेल डाले । उसे सिर के ऊपर हाथ तिरछा करके तेल डालकर उसे मलने में सहायता करें ।

सोपान 2 : कपड़े उतारना

1. बालों में तेल लगाने के 10 से 15 मिनट के बाद बच्चे को स्नान-घर में जाने के लिए कहें ।

टिप्पणी : बच्चे को घड़ी में दिखाएँ कि ,बड़ी सूई कहाँ है और बड़ी सूई के कहाँ पहुचने पर उसे नहाने जाना है । अगर बच्चे को गिनती आती है तो उसे वह संख्या बताएं इससे समय देखना सिखाने में भी सहायता मिलती है ।

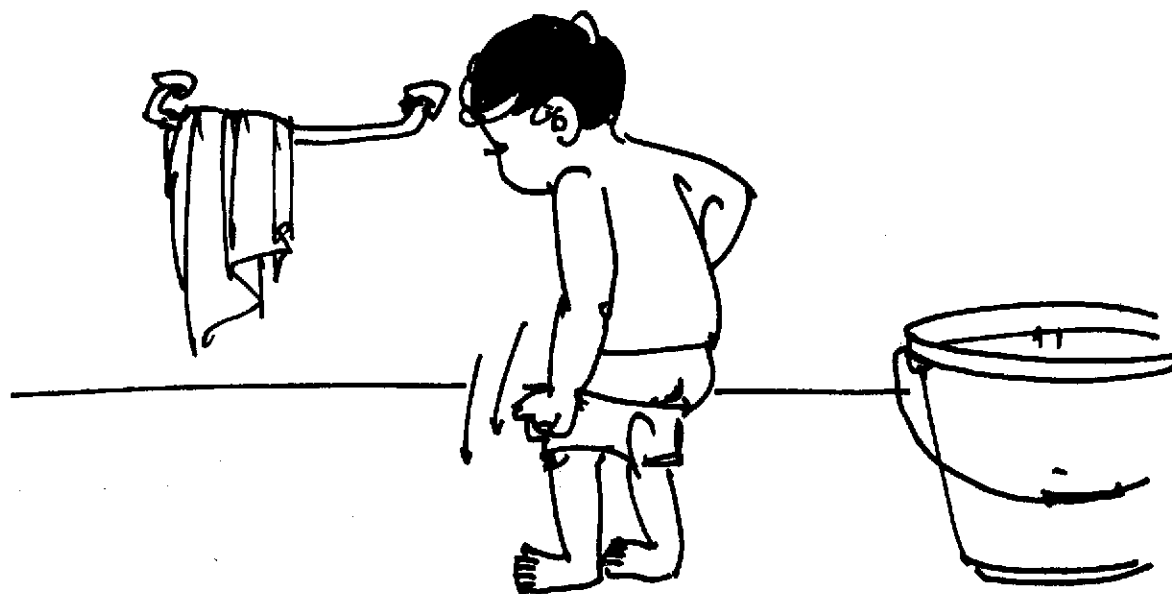


2. दरवाजा बंद करने से पहले बच्चे को यह देखने के लिए कहें कि, आवश्यक वस्तुएँ जैसे पानी, बाल्टी साबुन, तौलिया, कपड़े, मग तथा शैम्पू आदि स्नानघर में रखी हुई हैं ।

3. बच्चे को दरवाजा बंद करना और चटखनी लगाना सिखाएं । अगर बच्चा चटखनी ठीक से न लगा पाए तो पत्थर या बाल्टी का प्रयोग करें जिसे स्नानघर में जाने के बाद दरवाजे के आगे रखा जा सके। प्रारंभ में आपको बच्चे के साथ स्नानघर में जाना चाहिए ।



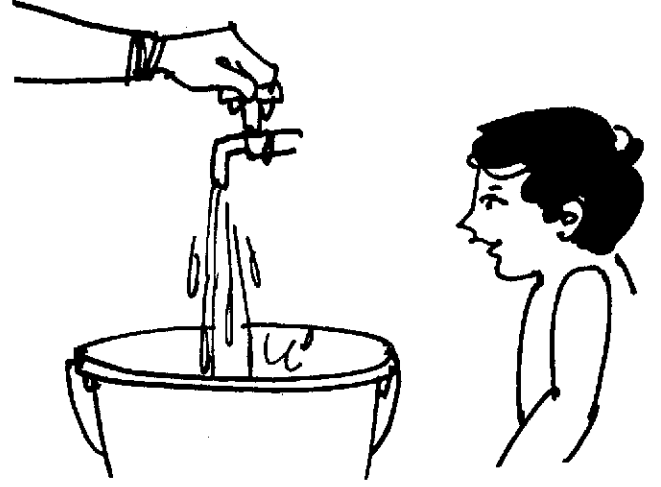
4. एकांत में नहाने के लिए दरवाजा बंद करने के बाद बच्चे को कपड़े उतारने के लिए कहें और कपड़े रखने की जगह बताएँ ।



बच्चे को बचपन से ही कुछ कार्य एकांत में किए जाने की आवश्यकता समझाएँ ।

सोपान 3 : बाल धोना

1. बच्चे को नल खोलना पानी भरना व नल बंद करना सिखाएं ।



2. अगर गरम पानी की सुविधा उपलब्ध हो तो बच्चे को यह सिखाएं कि, उसमें ठंडा पानी कैसे मिलाना है और बदन पर डालने से पहले कैसे देखना है कि, पानी बहुत गरम तो नहीं है । सामान्यतः अगर कोहनी पानी की उष्णता सह सकती है तो नहाने के लिए वही पानी का सही तापमान होता है । अतः बच्चे को पानी में कोहनी डुबाना सिखाएं । वैसे कितने गरम पानी से नहाना है इस मामले में हर व्यक्ति की अपनी पसंद होती है । ऐसे मामले में या तो बच्चे को या प्रारंभ में उसकी माँ को इसका निर्णय लेना चाहिए ।



3. अगर बच्चा सिर से नहा रहा है तो उसे पहले बाल धोने के लिए कहें । बच्चे को सिर झुकाकर मग से पानी डालकर बाल गीले करने के लिए कहें ।

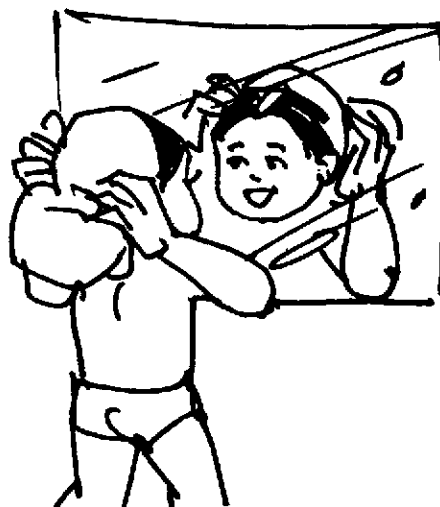


4. बच्चे को आँखें बंद करके बालों में शैम्पू /साबुन लगा कर सिर की चमड़ी और बालों को मलना सिखाएं । ऐसा करते समय पानी के मग को उसके पैर के पास रखिए ताकि, आँखें बंद होने पर उसे दूढ़ना न पड़े ।



5. साबुन को मलने के पश्चात् बच्चे को मग में पानी लेकर सिर में डालने और बालों से साबुन निकालने के लिए कहें। जब तक सारा साबुन निकल नहीं जाता तब तक उसे पानी डालकर बालों को मलते रहने के लिए कहें ।

6. बच्चा अगर लड़की है जिसके बाल लम्बे हैं तो झुककर बाल आगे लाने और शैम्पू करने तथा धोने में उसकी सहायता करें। स्नानघर में उसे आईने के सामने ले जाएँ और बालों को सूखाने के लिए तौलिये से बाधना सिखाएं ।



टिप्पणी: अगर परिवार में शैम्पू के बदले शिकाकाई या अन्य वस्तु का प्रयोग किया जाता है तो बच्चे को उसका प्रयोग करना सिखाएं ।

सोपान 4 : साबुन लगाना और चेहरा धोना

1. बाल धोने के बाद, उसे पानी से चेहरा धोने दें ।



2. आँख बंद करने के बाद उसे चेहरे, कानों और कानों के पीछे साबुन लगाने दें ।

3. साबुन लगाने के बाद उसे कान और कान के पीछे साबुन मलने के लिए कहें ।



4. हाथ में पानी लेकर चेहरे से साबुन धोकर आँखें खोलने में उसकी सहायता करें ।

सोपान 5 : बदन पर साबुन लगाना, मलना और धोना

1. चेहरे से साबुन धोने के बाद बच्चे को फुहारे से या बाल्टी से पानी लेकर पूरा शरीर गीला करने के लिए कहें । बाल्टी में पानी खत्म हो जाने पर उसे स्वयं नल खोलकर पानी भरने दें ।



2. शरीर गीला करने के बाद, उसे सारे शरीर, कंधे, टांगों, पीठ और गले पर साबुन लगाने के लिए कहें । बच्चे को विशेषकर उन आंगों पर साबुन लगाने के लिए कहें जिन पर साबुन लगाना वह भूल जाता हो ।



3. बच्चे को साबुन लगाने के बाद कंधे, छाती, पीठ और टांगें मलने के लिए कहें ।



4. अच्छी तरह मलने के बाद, बच्चे को पानी डाल कर पूरे शरीर से साबुन साफ करने के लिए कहें ।



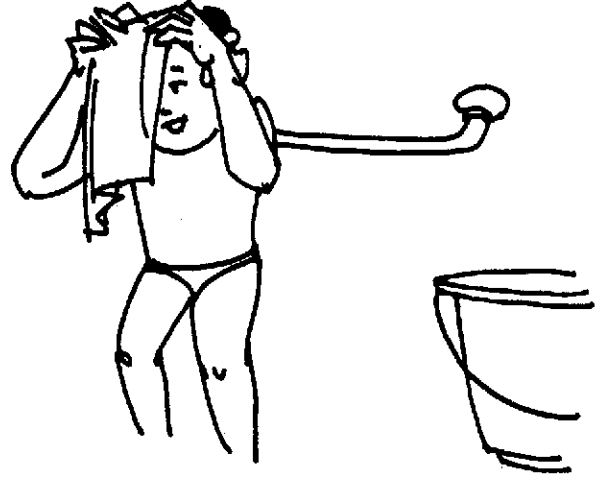
5. यदि स्नानघर में फूहारा है तो उसका नल खोलकर उसके नीचे खड़े होकर साबुन साफ करना सिखाए ।



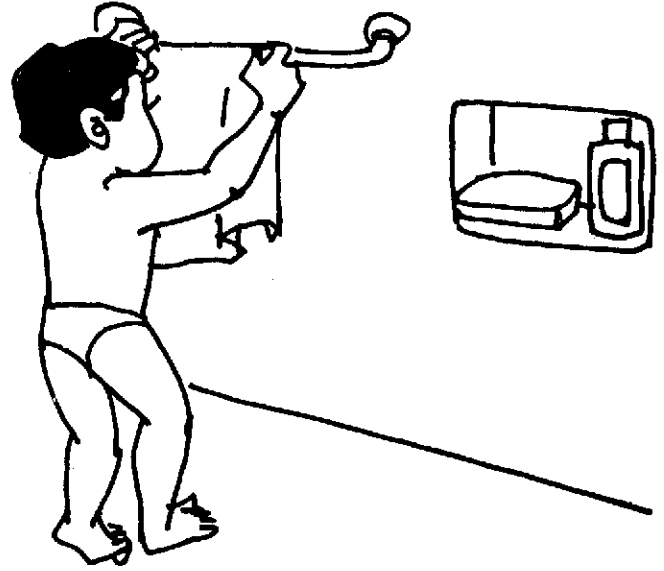
नहाने के क्रम को विपरीत भी किया जा सकता है । शरीर स्नान के बाद भी बालों को धोया जा सकता है । बच्चा शरीर के स्नान को पहले आसानी से सीखता है और फिर बालों को धोना ।

सोपान 6 : पूरा बदन पोछना

1. बच्चे को खूटी से तौलिया लेकर चेहरा और शरीर पोछने के लिए कहें ।



2. शरीर पोछने के बाद बच्चे को होल्डर में तौलिया फैलाने के लिए कहें ताकि वह सूख सके । इसी तरह उसे साबुन व शैम्पू सही जगह पर रखने के लिए कहें ।



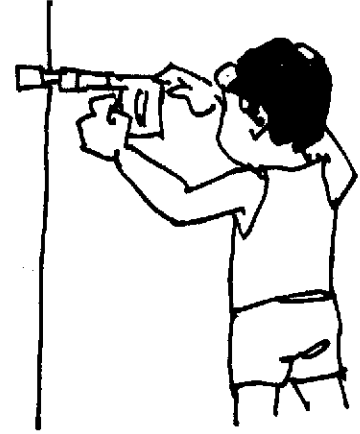
मंदबुद्धि बच्चा सोपान-दर-सोपान सीखता है ।

सोपान 7 : कपड़े पहनना

1. इस बात पर जोर दें कि, बच्चा स्नानघर से बाहर आने से पहले कपड़े पहन ले ।



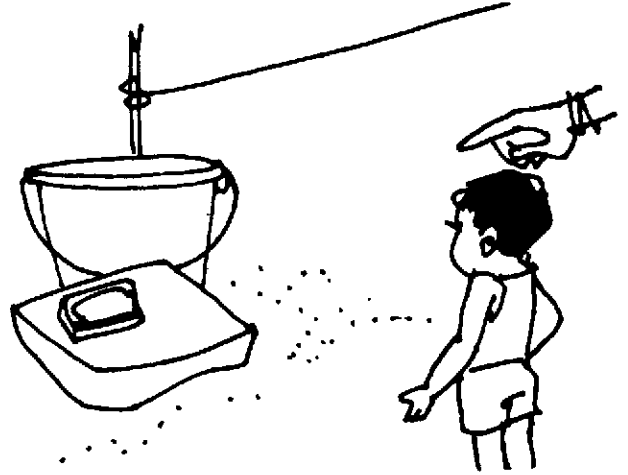
2. बच्चे को चटखनी खोलकर दरवाजा खोलने में सहायता करें ।



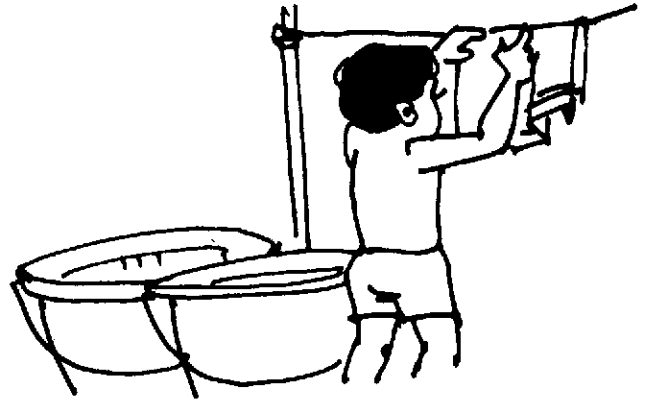
प्रारंभिक अवस्था में बच्चे के पास खड़े होकर क्रियाकलाप में शारीरिक रूप से उसकी सहायता करें । धीरे - धीरे शारीरिक सहायता कम कर दें और उसे यह बताएं कि, उसे आगे क्या करना है । हर कदम पर उसके सहयोग, प्रयास और सफलता की प्रशंसा करें ।

बाल्टी से पानी लेकर स्नान करना

1. अगर स्नानघर न हो तो बच्चे को वह जगह दिखाएँ जहाँ उसे नहाना है ।



2. बच्चे को दो बाल्टी पानी लाने के लिए कहें । उसे साबुन और मग बाल्टी के पास रखने दें ।



3. उसे तौलिया रखने का स्थान बताएं । इसके लिए पास में एक रस्सी बांध दें।



4. अगर वह खुला स्थान है तो बच्चे को सारे कपड़े उतारने से मना करें । उसे कच्छा पहने रहने के लिए कहें ।

5. पहले बताए गए सोपानों को अपनाएं, गीला करना, साबुन लगाना, मलना, साबुन लगाना, मलना, साबुन साफ करना और पूरा शरीर पोछना ।



6. बच्चे के प्रयास और सफलता के लिए उसे प्रोत्साहित करके इनाम देना चाहिए।



स्नान को आसान बनाने के लिए सुझाव

- यह हमेशा अच्छा रहता है अगर बच्चा साबुन को बदन में सीधे लगाने के बजाय साबुन को दोनों हथेलियों में लगाकर बदन में मलता है। ऐसा करने से साबुन को फिसलने से बचाया जा सकता है। यह सुनिश्चित कर लें कि, जितनी बार बच्चा साबुन लगाता है वह साबुन को फर्श पर न रख साबुनदानी में रखता है।
- वे बच्चे जो हाथ से साबुन नहीं पकड़ सकते उनके लिए हाथ में जुराब आदि पहनना अच्छा होगा ताकि, वे साबुन को पकड़ सकें। फिर भी यदि बच्चा साबुन को न पकड़ पाए तो उसे जुराब वाले हाथ को साबुनदानी में पड़े साबुन पर रगड़ कर बदन पर लगाने के लिए कहें। अनेक माता-पिता ने अपने बच्चों के लिए इस पद्धति को सफल पाया है। आप भी इसे अपना सकते हैं।

स्नान करना एक मनोरंजन है। प्रशिक्षक और बच्चे के लिए सिखाने और सीखने के अनुभव को सुखद बनाइए।