

Метод социальных историй в работе с детьми РАС



Социальные истории для детей с РАС – это одна из эффективных обучающих методик, которая хорошо сочетается с технологиями АВА - терапии. Социальные истории – это короткие рассказы, содержащие описание конкретных ситуаций, событий или занятий. Они включают в себя специфическую информацию о

предстоящих событиях: чего стоит ожидать, и как следует себя вести. т.е. любое адекватное социально – приемлемое поведение объясняется ребенку в форме истории. Этот метод был разработан консультантом по инклюзивному образованию детей с аутизмом Кэрол Грей в 1991 году.

Дети с расстройствами аутистического спектра имеют значительные нарушения в социальной сфере, у них возникают трудности, когда им нужно посмотреть на ситуацию с точки зрения другого человека.

Для грамотной постановки цели социальной истории, и её написания, необходимо понимать на каком уровне развития социальной интеракции и коммуникации у ребёнка имеются проблемы.

К качественным нарушениям социальной интеракции относятся:

а) нарушение невербальных форм поведения, включая зрительный контакт, выражение лица, телодвижения и жесты при социальном взаимодействии; б) неспособность ребёнка установить отношения со сверстниками, у него возникает сложность при инициировании ситуаций взаимодействия; в) отмечаются трудности, связанные с ограниченной возможностью переживания радости и удовольствия вместе с другими людьми;

г) иногда проявляется трудность адекватных реакций на эмоции других людей.

К качественным нарушениям коммуникации относятся:

а) задержка или полное отсутствие развития устной речи; б) нарушение способности начинать или продолжать разговор; в) стереотипное или шаблонное употребление речи; г) отсутствие воображения, разнообразия спонтанных ролевых или социально-имитационных игр, соответствующих возрастному уровню развития.

Данные нарушения влияют и на успешность обучения таких детей и их адаптацию в социуме.

Для многих детей с РАС при освоении социальных норм и правил поведения требуются использование визуальных средств обучения - это

визуальные расписания, карточки - правила, и конкретные указания. Именно метод социальных историй сочетает в себе **руководство** к действию с чёткими инструкциями, что будет способствовать развитию социально приемлемого поведения у детей с аутизмом.

Социальные истории можно использовать для самых разных целей. Она может использоваться как предупреждающая методика, чтобы предупредить какое-то нежелательное поведение. Во-вторых, она может использоваться как обучающая методика, и тогда в ней будет обучение каким-то новым навыкам, например, тем словам, которые ребенок может сказать в группе других детей, или социально одобряемым поступкам, например, поднимать руку, чтобы задать вопрос учителю. В-третьих, социальные истории могут использоваться как реактивные методики уже после того, как какая-то ситуация произошла, чтобы помочь ребенку с принятием и пониманием прошедшего события. Их можно использовать для освоения нового распорядка дня, новых занятий и того, как реагировать на различные чувства, такие как злость и фрустрацию. На данный момент продолжают исследования по оценке эффективности социальных историй, они кажутся многообещающим методом для улучшения социального поведения аутичных людей.

- самообслуживание и личная гигиена; Например, «Когда я мою руки»
- коммуникация и социальное взаимодействие; (Как попроситься в туалет на уроке)
- поведение в общественных местах; «Почему в магазине нельзя кричать»
- управление собственным поведением и регуляция эмоций; «Что делать, если я злюсь»
- понимание эмоций и причин поведения других людей и многое другое. Почему мама злится, если ребёнок прыгает в лужу.

Правила написания социальных историй

Первое: ОДНА ИСТОРИЯ – ОДНА ИДЕЯ

Это означает, что надо чётко выделить тему.

Например, как вести себя на площадке (качели, горка, ждать своей очереди), а не обобщённое — как вести себя с другими детьми. Визит к стоматологу, а не вообще к врачу. Подготовка ко сну.

Вы видите, что объединяет все эти истории – комплексный навык, но узкий в охвате. Таким образом, утро может состоять из 2-3 историй: чистим зубы, идём в туалет, разогреваем завтрак, одеваемся. И на каждый вид деятельности – своя подробная история.



Второе: ФОРМИРУЕМ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ УСТАНОВКИ

Социальная история может быть написана от 1-го и от 3-го лица. Если мы описываем какое-либо нежелательное поведение ребёнка, то лучше использовать другого ребёнка, животное или персонаж мультфильма.

В процессе написания текста не привлекайте осуждение и грубый запрет без объяснений. Социальная история – это зона для формирования уверенности в себе и позитивных ожиданий от самостоятельной деятельности.

Третье: ОБЪЯСНЯЕМ ПРОСТО И ДОСТУПНО

Для этого необходимо собрать всю информацию о процессе, который вы будете описывать в истории. Когда происходит событие, как долго длится, кто участвует, какие чувства и ожидания у главных участников, какие действия должен выполнить ребёнок, какие результаты будут получены.

Зная своего ребёнка, можно включать в историю особые сравнения, особенно связанные с его любимыми зверями, героями или ролевыми играми.

Четвёртое: ПРОСТОЙ, ТОЧНЫЙ И ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНЫЙ ЯЗЫК ИЗЛОЖЕНИЯ

Лёгкий к пониманию язык позволяет составить историю для любого возраста. Для малышей выгодно использовать рассказ от 1-го лица. Школьникам и подросткам может быть понятно повествование от 3-го лица.

Пятое: ИЛЛЮСТРАЦИИ. Иллюстрирование социальной истории может сделать ее более конкретной и понятной для ребенка или подростка с РАС. Наиболее эффективными иллюстрациями являются фото самого ребенка, выполняющего описанное в истории действие. Часто для создания таких иллюстраций требуется значительное время, так как ребенок может демонстрировать нежелательное поведение в процессе выполнения нужного действия. Такое фото не может иллюстрировать социальную историю. Другим вариантом иллюстраций могут стать схематичные рисованные изображения. Самым главным критерием при выборе варианта изображения должны стать индивидуальные особенности ребенка: насколько схематичный рисунок будет ему понятен.

Кэрол Грей рекомендует специфическую схему социальной истории. Эта схема включает различные виды предложений.



Описательные предложения

рассказывают о том, что люди делают в конкретных социальных ситуациях, и определяют, где эти ситуации происходят, кто в них участвует, что эти люди делают и почему.

Пример описательных предложений: «Иногда в школе включается пожарная тревога. Пожарная тревога — это очень громкий звонок, который включают, когда в школе настоящий пожар, или, когда все тренируются в выходе из здания в случае пожара. Учителя, уборщики и директор помогают нам всем построиться и быстрее выйти из здания. Пожарная тревога очень громкая, чтобы все ее услышали. Иногда я думаю, что она слишком громкая».

Перспективные предложения

Этот тип предложений описывает реакции других людей, чтобы человек узнал точку зрения окружающих на эту ситуацию. Эти предложения описывают внутренние состояния людей, их мысли, чувства и настроение. Перспективные предложения представляют реакцию людей на ситуацию, так что человек может выучить, как другие люди воспринимают различные события.

Пример перспективного предложения: «Пожарная тревога не беспокоит всех людей. Учителя, уборщики и директор могут не понимать, почему меня беспокоит пожарная тревога. Иногда они могут разозлиться, потому что я не выхожу достаточно быстро или не понимаю, что делать. Их работа состоит в том, чтобы вывести меня из здания как можно скорее, чтобы я был в безопасности в случае настоящего пожара».

Директивные предложения

Директивные предложения описывают желательный или подходящий образ действий в данной ситуации. Такие предложения строятся в утвердительной форме, объясняя в позитивных терминах, какое поведение является желательным. Природа директивных предложений такова, что их нужно использовать с большой осторожностью и не ограничивать выбор человека. Чем больше в истории описательных предложений, тем больше у человека возможностей для собственных реакций на социальную ситуацию. Чем больше директивных утверждений, тем более конкретными должны быть подсказки человеку о том, как следует реагировать.

Директивные предложения формулируются только позитивно и только от первого лица. Директивные предложения обычно следуют за описательными предложениями, и они рассказывают о том, что является ожидаемым ответом на подсказку или ситуацию. Директивные предложения обычно начинаются с «Я могу попытаться...», «Я попытаюсь...» или «Я буду



работать над...». Пример директивного предложения: «Я попытаюсь оставаться спокойным, когда звонит пожарная тревога».

Нужно следить за тем, чтобы не использовать слишком много директивных или контролирующих предложений в социальной истории, а то вы превратите ее в «антисоциальную историю» – набор требований и команд.

Подтверждающие или утвердительные предложения: усиливают смысл высказываний и могут выражать общепризнанную ценность или мнение. Они могут также подчеркнуть важные моменты, относятся к закону или правилу, чтобы успокоить ученика.

Совместные или поддерживающие предложения: описывают то, что будут делать другие, чтобы помочь ребёнку. Это помогает обеспечить последовательные ответы разных людей.

Контролирующие предложения

Эти предложения определяют стратегии, которые человек может использовать, чтобы вспомнить или понять социальную историю. Они обычно добавляются после того, как вы изучили социальную историю вместе. Контролирующее предложение пишется ребенком, либо составляется по его подсказке. Пример контролирующего предложения: «Когда звучит пожарная тревога, думай о медвежонке, который идёт с мамой за руку».

Частичные предложения или незавершенные побуждают ребёнка сделать предположения относительно следующего шага в определённой ситуации, ответ другого человека, или ответ самого ребёнка.

Требования к составлению социальной истории

Чтобы социальная история работала эффективно, она должна быть составлена по определенным правилам с соблюдением конкретного соотношения предложений разных типов. Кэрол Грей рекомендует использовать предложения в следующем соотношении: 1 директивное предложение на 2–5 описательных или перспективных. Подтверждающие и поддерживающие предложения являются вспомогательными, поэтому их наличие зависит от остальных предложений. Незавершенным, в свою очередь, может быть любое предложение.

Несколько советов о том, как использовать социальные истории эффективно:

1. Давайте ребенку социальные истории в то время, когда он спокоен и расслаблен. Никогда не используйте социальные истории как наказание за плохое поведение.
3. Просматривайте историю так часто, как необходимо. Некоторые – раз в день, некоторые только в тех ситуациях, для которых они были написаны.
4. Сохраняйте положительное, подбадривающее и терпеливое отношение, когда просматриваете или обсуждаете социальную историю с ребенком.
5. Во время чтения истории сохраняйте спокойный и дружелюбный тон голоса, убедитесь в том, что окружающая среда тихая, комфортная, и вокруг нет отвлекающих факторов.

6. Привлекайте других в чтение социальных историй в случае необходимости (например, к чтению истории на тему школы может быть привлечен школьный учитель).

7. Давайте только одну историю за один раз и убедитесь, что ребенок не перегружен информацией. После достижения желаемого результата, постепенно отходите от социальной истории. Увеличьте промежутки между ее чтением или измените содержание этой истории, постепенно отражая в ней новые необходимые навыки. Однако, во втором случае нужно быть осторожным, т.к. некоторые аутичные дети могут беспокойно отреагировать на изменения привычного текста истории.

Если в социальной истории описан навык или модель поведения для ситуации, происходящей достаточно редко, историю можно читать накануне события.

Этот метод достаточно эффективен для формирования жизненных компетенций у детей с РАС. Но необходимо учитывать, что ребенок, для которого разрабатывается социальная история, должен хорошо понимать устную речь. В данном случае слово «хорошо» обозначает, что ребенок не просто выполняет инструкции взрослого в определенном контексте (принести ложку по просьбе мамы, когда та накрывает на стол), а может ответить на вопросы по содержанию прочитанного текста. В противном случае чтение социальной истории не будет достаточно эффективно работать в качестве метода развития функциональных навыков.



Подготовила:
Муратова Л.Р.