

Группа «Социализация»

Занятия по социально-бытовой адаптации в формате «День пребывания» для подростков и взрослых людей с расстройствами аутистического спектра и другими нарушениями развития в ментальной сфере.



При поддержке Гранта
«Москва — Добрый Город!»

Группа «Социализация»

Занятия по социально-бытовой адаптации в формате «День пребывания» для подростков и взрослых людей с расстройствами аутистического спектра и другими нарушениями развития в ментальной сфере.



Из опыта работы АНО «Центр реабилитации инвалидов детства «Наш Солнечный Мир» (с 1991 года)

Информационно-методическое пособие

Все права защищены.

Любое использование материалов данной книги полностью или частично без указания источника запрещается.

Группа «Социализация» – Занятия по социально-бытовой адаптации в формате «День пребывания» для подростков и взрослых людей с расстройствами аутистического спектра и другими нарушениями развития в ментальной сфере / Под ред. Шпицберга И. Л., 2024. – 59 с.

Авторы текстов:

| **Тищенко А. А., Шпицберг И. Л., Криворучко С. О.**

Участие в подготовке материалов:

| **Ушаков А. М., Стеклов А. А.**

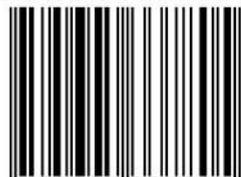
При поддержке Гранта
«Москва - Добрый Город!»

2024 г.

3

© Наш Солнечный Мир

ISBN 978-5-6053378-0-5



9 785605 337805 >



Содержание

Групповые формы работы в Центре «Наш Солнечный Мир»	7
Группа «Социализация» для подростков и взрослых людей с тяжёлыми формами РАС.....	11
Цели и задачи группы «Социализация»	11
Организация группы «Социализация».....	15
Специалисты, участвующие в деятельности группы «Социализация»	16
Формирование групп и подгрупп	26
Помещения и оборудование.....	28
Виды занятий в группе «Социализация»	32
Особенности работы с подростками и взрослыми с нарушениями развития в ментальной сфере	40
Подготовка специалистов, участвующих в группе «Социализация».....	46
Приложение 1. Сбор информации о целевых участниках группы «Социализация»	49
Беседа с родителями.....	49
Наблюдение за поведением участника в группе в пробный день (первый день посещения группы).....	51
Приложение 2. Группа социальной адаптации «Театральный тренинг».....	55



Занятие “Творческая мастерская”



Фольклорная игровая группа

В этом пособии представлен опыт работы сотрудников реабилитационного центра «Наш Солнечный Мир» по организации и проведению развивающих занятий, в том числе по социально-бытовой адаптации, с подростками и взрослыми, имеющими расстройства аутистического спектра и другие нарушения развития в ментальной сфере. Занятия проводятся в групповом формате для подростков и взрослых с тяжёлыми формами нарушений в развитии в ментальной сфере, которые сопровождаются проявлениями нежелательного поведения (в том числе агрессия и аутоагрессия), выраженными нарушениями в коммуникативной сфере, значительными трудностями в процессе социальной адаптации. Центр реабилитации инвалидов детства «Наш Солнечный Мир» начал свою работу в 1989 году, впервые зарегистрирован как организация в 1991 году. Подобные группы для детей, подростков и взрослых людей с тяжёлыми формами нарушений в развитии в ментальной сфере мы впервые начали организовывать в 1994 году.

Групповые формы работы в Центре «Наш Солнечный Мир»

Групповые занятия являются частью программы комплексной абилитации, реабилитации и социальной адаптации детей и взрослых, имеющих РАС и другие нарушения в развитии в ментальной сфере, Центра «Наш Солнечный Мир».

Потребность в общении и эффективном взаимодействии с другими людьми является одной из базовых человеческих потребностей, она может быть подавлена, в силу определенных обстоятельств, но не может полностью исчезнуть. Люди с нарушениями в развитии в ментальной сфере так же нуждаются в общении, стремятся к нему, как и любые другие люди. Поэтому важным этапом в коррекционно-развивающей работе с детьми и взрослыми с РАС является создание условий, для обеспечения возможности развития необходимых им коммуникативных навыков. Данная задача решается в том числе и за счет использования групповых форм работы, введения таких людей в среду сверстников в рамках специально организованных занятий. Одна из главных задач групповых занятий – помочь ребенку, подростку или взрослому с РАС адаптироваться к коллективу сверстников и взрослых людей с перспективой дальнейшей социализации. Опыт коллективных игр и совместной деятельности расширяет самостоятельность людей с РАС в общественных местах, повышая качество их жизни.

В условиях работы реабилитационного центра «Наш Солнечный Мир» развивающие группы формируются из детей, подростков или взрослых людей с особенностями развития. В группе создаётся специально организованная «тренировочная» социальная среда. Такая среда должна быть комфортной и «принимающей», основанной на взаимном уважении. Она должна формировать опыт успешности у участников: деятельность, предлагаемая в ней, должна быть посильной для них, то есть находиться в их зоне ближайшего развития. Среда также должна давать адекватную обратную связь действиям участника (социально неприемлемое поведение не должно списываться на особенности ребёнка и игнорироваться, не должно быть гиперопеки). Виды и формы

деятельности, различных активностей, вокруг которых формируется группа, могут быть весьма разнообразными.

Целевые участники (дети, подростки, взрослые люди с РАС и другими нарушениями развития) подбираются в группу с учетом уровня их возможностей и способностей, которые должны соответствовать уровню сложности выполняемых в группе задач. Можно включить в группу целевого участника с более высоким уровнем способностей в качестве помощника педагогов ведущих занятия, с более низким – в качестве наблюдателя. Группы могут состоять из целевых участников с разными диагнозами (например, в одну группу можно объединять детей с РАС, ДЦП, синдромом Дауна). Подбирая детей в группу, рекомендуется учитывать два параметра:

- » **«Громкость» участников.** Следует учитывать особенности некоторых участников, склонных к «громкому» поведению (постоянно и громко кричат, хлопают в ладоши, стучат и гремят предметами и тд), и стараться отделять их от участников, которые не выносят громких звуков.
- » **«Скорость» участников.** Под скоростью здесь понимается как физически доступная участнику скорость движений (например, из-за ограничений в подвижности при ДЦП), так и скорость психических процессов – способность быстро реагировать на внешние стимулы. Если включить в группу состоящую в основном из участников с небыстрыми реакциями и невысокой собственной активностью «быстрого» участника, ему будет неинтересно, он будет требовать (своим поведением) более быстрого темпа, который не подойдет всем остальным. Если включить в «быструю» группу «медленного» участника, он не будет успевать, не сможет включаться в предложенную деятельность и не получит полезного опыта от нахождения в группе.

Данные особенности участников необходимо учитывать как в процессе формирования групп в целом, так и в процессе разделения

больших групп на подгруппы для выполнения определенных задач, например, проведения фольклорно-игровых занятий в рамках общей программы занятий группы.

Участники также могут объединяться в группу и подгруппы по уровню речевых способностей, которые также могут отличаться - не говорит, говорит отдельными словами, выдерживает длительную паузу перед ответом, говорит бегло. Этот критерий, как правило, учитывается, если деятельность группы требует определённого уровня речевых способностей.

Ведущий группы – специалист, который определяет деятельность всей группы. Он отслеживает все текущие процессы в группе, выделяет общие цели и задачи для всех участников, а также отдельные индивидуальные задачи для всех или некоторых участников (при необходимости). В процессе группового занятия ведущий регулирует и координирует действия сопровождающих (см. ниже). Ведущий может быть как дополнительным человеком в группе, так и быть одновременно сопровождающим одного из участников.

Сопровождающие – ассистенты, тьюторы, помощники и т. п.

Каждому целевому участнику в подобных группах в Центре «Наш Солнечный Мир» выделяется сопровождающий. Задача сопровождающего – помогать участнику в его деятельности в рамках группы с учетом его индивидуальных особенностей, обеспечивать его успешное включение в общие процессы и выполнение индивидуальных заданий, быть образцом моделей поведения и для своего подопечного, и для других целевых участников, участвовать в создании тренировочного социума. Сопровождающий может ассистировать ведущему в текущей деятельности всей группы, по необходимости.

Родители целевых участников в некоторых случаях могут принимать участие в занятиях группы, если это необходимо для ее нормального функционирования или для получения родителями необходимого опыта взаимодействия со своим ребенком, наблюдения за поведением других участников.



Праздничное застолье



Занятие "Зелёная мастерская"

Группа «Социализация» для подростков и взрослых людей с тяжёлыми формами РАС

Группа «Социализация» – это серия последовательных занятий в определенном формате. По сути, это группа дневного пребывания для подростков и взрослых людей с особенностями развития, которая является тренировочной социальной средой.

Цели и задачи группы «Социализация»

Основной целью группы «Социализация» является получение подростками и взрослыми людьми с особенностями развития опыта нахождения в социальной среде. Благотворный эффект от такого опыта может наблюдаться даже без применения специализированных методик и техник – это объясняется удовлетворением естественной для всех людей потребности в общении и взаимодействии с себе подобными. Для людей с особенностями развития группа «Социализация» часто является одним из немногих мест, где они могут просто побыть среди других людей.

Задачи группы «Социализация»:

- » Формирование опыта и навыков социально приемлемого поведения в группе людей, самоконтроль: соблюдение очередности, ожидание в паузах, следование расписанию, наработка навыков коммуникации в бытовых ситуациях, снижение частоты проявления агрессивного поведения.
- » Социализация в обществе: навыки нахождения в группе, общение с участниками группы (в любой доступной социально допустимой форме), наработка социальных навыков - приветствие, прощание, нахождение за общим обеденным столом, умение рассказать о себе, о своём состоянии, о своих интересах и потребностях, умение поддерживать беседу, задавать вопросы по теме разговора, учитывать ответы собеседников в ходе разговора и т. п.,

оказание помощи другим участникам группы.

- » Формирование необходимой автономности в социально-бытовых ситуациях, навыков самообслуживания: формирование и развитие навыков эффективной произвольной деятельности в типовых бытовых ситуациях, навыков самообслуживания, социально-бытовых навыков, самостоятельное следование правилам и расписанию.

В обычной жизни эти группы навыков формируются не раздельно, а одновременно, так же это происходит и в занятиях группы «Социализация». При этом необходимо учитывать необходимость создания особых условий для формирования этих навыков для участников группы.

Работа с каждым участником группы строится, исходя из его индивидуальных особенностей. Особое внимание необходимо уделять следующим аспектам:

- » **Безопасность поведения.** В первую очередь важно обеспечить безопасность всех участников группы. Угрозу безопасности могут представлять:
- Самоагрессия участника группы – представляет угрозу для самого участника.
 - Агрессия участника группы – представляет угрозу для окружающих людей или обстановки (мебель, оборудование).
 - Склонность участника группы к уходу или убежанию. Часто подростки и взрослые люди с РАС могут уходить или убежать в неизвестном направлении. Оставшись без сопровождения, многие из них могут попасть в опасную ситуацию. При этом как правило такой человек не может ничего объяснить окружающим или обратиться за помощью.

- Некоторые участники могут причинить вред себе или окружающим вследствие своей моторной неловкости или психических особенностей.
- ➔ **Адекватность поведения.** Чтобы человек мог находиться в социуме, его поведение должно быть социально приемлемым. Часто у людей с РАС, вследствие их особенностей восприятия и саморегуляции, формируется социально неприемлемое поведение. Такое поведение в общественных местах, как правило, мешает окружающим людям и вызывает негативную реакцию с их стороны.
- Протестное поведение возникает, когда человек с РАС не получает ожидаемого (недоступен нужный предмет, не произошло ожидаемое событие и т.п.). Выражается протест по-разному: крик, истерика, агрессия, самоагрессия, и др.
- Ритуалы и навязчивые действия, свойственные многим людям с РАС, в некоторых случаях могут мешать окружающим, особенно если они сопровождаются шумом или активным движением.
- ➔ **Взаимодействие с людьми.** В процессе взаимодействия с участниками важно учитывать определённые особенности, характерные для людей с РАС и другими ментальными нарушениями:
 - Люди с РАС могут никак не проявлять своего желания общаться, хотя, безусловно, как и все остальные люди, в этом нуждаются. Обычно они могут так или иначе ответить (отреагировать), если к ним обратиться, но, как правило, сами общение не инициируют. В значительной степени возможность и результативность процесса общения с человеком с РАС, участником нашего проекта, зависит от наличия необходимой поддержки этого процесса со стороны специалиста. Как правило, такой человек нуждается в подсказках: что и как нужно



Групповое музыкальное занятие



Групповое музыкальное занятие

сказать или сделать в данной ситуации.

- Часто люди с РАС ведут себя так, будто никого вокруг нет, не учитывая интересы и действия других людей: игнорируют очередь; не понимают, что своими действиями могут причинить боль или неудобство другому человеку и т.д.
 - Стереотипность. Часто люди с РАС «застревают» на определённых темах (например, говорит только об электричестве, а другие темы обсуждать не хочет) или типах взаимодействия (например, здороваются взмахом руки, но не все видят это приветствие).
- » **Социально-бытовые навыки (их уровень развития у участника):**
- Самообслуживание и гигиена
 - Способность помогать в уходе за помещением и оборудованием
 - Способность следования заданному распорядку

Организация группы «Социализация»

В состав группы «Социализация» входят целевые участники – подростки и взрослые с особенностями развития, сопровождающие целевых участников, ведущие отдельных занятий, куратор группы «Социализация».

Продолжительность занятий группы «Социализация» – от 2 до 6 часов. В период первичной адаптации целевые участники могут находиться в группе не более 2 часов. Минимальное количество занятий, составляющих дневную программу группы «Социализация» – 4. Занятия длятся 40 минут, между ними 10-минутные перерывы. Как минимум одно из занятий должно иметь социально-бытовую направленность.

По необходимости, возможны и другие варианты расписания – дробление некоторых интервалов на 20-минутные промежутки, работа 40-минутными интервалами “встык” без определённого времени на перерыв. При этом важно поддерживать ритмичность распорядка дня, не допускать слишком больших перерывов, способных нарушить ощущение целостности процесса.

Специалисты, участвующие в деятельности группы «Социализация»

Куратор группы «Социализация»

Куратор обеспечивает функционирование всей группы начиная с подготовки группы к запуску. Для этого куратор должен быть знаком с целевыми участниками, знать всю необходимую информацию о них (см. Приложение 1).

Куратор определяет:

- » **состав группы на каждый рабочий день и состав подгрупп внутри группы в течение дня;**
- » **варианты сопровождения каждого участника, индивидуальное закрепление конкретного сопровождающего за участником;**
- » **расписание занятий, исходя из потребностей группы и наличия ведущих отдельных занятий, особенности помещений, материалов и оборудования;**
- » **общие и индивидуальные задачи для участников.**

В процессе занятий и на этапе подготовки к ним куратор регулярно взаимодействует с ведущими занятий и сопровождающими для обсуждения текущих задач, ставит вопрос о необходимости изменения, усложнения, упрощения вида деятельности на каком-либо занятии вообще или для конкретного участника.



Занятие “Зелёная мастерская”



Занятие “Зелёная мастерская”

Куратор ответственен за уровень квалификации сопровождающих. Для повышения уровня квалификации возможно проведение инструктажей, лекций, обсуждения случаев и т.п.

Ведущий групповых занятий

Ведущий обеспечивает наличие необходимых материалов и оборудования для проведения занятия, определяет деятельность всей группы в рамках своего занятия, выделяет отдельные индивидуальные задачи для всех или некоторых целевых участников.

Чаще всего ведущий обладает определённым уровнем экспертности в той тематике, на которой строится групповое занятие (например, знает основы мультипликации для ведения мультстудии или имеет опыт проведения фольклорных игровых групп), а также обладает необходимыми лидерскими качествами для организации слаженной командной работы сопровождающих. Специалисты, опираясь на свои знания, увлечения и навыки, могут создавать новые формы групповой работы, создавая почву для общения на основе той или иной деятельности.

Ведущий может быть как дополнительным человеком в группе, так и быть одновременно сопровождающим одного из участников.

В процессе занятия ведущий должен отслеживать:

- ➔ каждого целевого участника и его состояние;
- ➔ каждого сопровождающего и его действия;
- ➔ групповую динамику занятия;
- ➔ обстановку в целом.

Ведущий может повысить эффективность своего группового занятия дополнительно проводя семинары, тренинги, мастер-классы для сопровождающих с целью улучшения навыков работы с целевыми участниками. Эти занятия проводятся в отдельное время.

Иногда роль ведущего распределяется на нескольких соведущих, когда в группе предполагаются разные виды деятельности

(например, один проводит двигательную часть, а другой – творческую) или когда один отвечает за содержание (эксперт-методист), а другой – за процесс (организатор). В таких случаях соведущим необходимо соотносить план работы перед началом каждого занятия и этот процесс также курируется ведущим всего занятия.

Сопровождающие

Количество сопровождающих в группе «Социализация» пропорционально количеству целевых участников. Цель работы сопровождающего – способствовать индивидуальному развитию участников, максимально снизить уровень необходимой поддержки и добиться автономности участника при сохранении его включённости в социальную среду. При этом в первую очередь следует уделять внимание адекватности поведения участника в группе.

На занятиях группы «Социализация» применяется 4 варианта сопровождения в соответствии с индивидуальными особенностями, возможностями и целями для каждого участника:

- » **Индивидуальное сопровождение не требуется или требуется минимальная вербальная поддержка (достаточная автономность).**
- » **1 сопровождающий на 2-3 участников, вербальная поддержка.**
- » **Индивидуальное сопровождение, вербальная и при необходимости физическая поддержка.**
- » **Индивидуальное сопровождение (опытным тьютором), частая необходимость использовать физическую поддержку.**

Варианты сопровождения зависят от уровня возможностей и развития целевых участников и квалификации сопровождающих. Вид сопровождения выбирается в зависимости от минимального достаточного уровня поддержки. При этом в разных видах



Выступление театральной студии



Фольклорная игровая группа

деятельности участнику может требоваться разный уровень поддержки. Например, во время прогулки поведение участника регулируется словесно или с помощью жестов, а во время занятий с материалами (глина, валяние из шерсти и т.п.) ему требуется индивидуальная помощь (от удержания внимания на деятельности до физической помощи в работе с материалом). Внутри большой группы возможны сочетания различных вариантов сопровождения.

Основные приёмы работы сопровождающего

Сопровождающий оказывает участнику необходимую помощь в текущей деятельности и в социально-бытовых ситуациях. При этом важно правильно определить, какой уровень поддержки подходит данному целевому участнику:

- ➔ **Минимальный** – вербальная или жестовая инструкция, структурированная организация пространства.
- ➔ **Средний** – запуск деятельности, помощь в удержании внимания с помощью жестов и прикосновений.
- ➔ **Максимальный** – работа «рука в руке», передвижение «за руку».

Данное деление довольно условно, на практике один уровень перетекает в другой в зависимости от состояния целевого участника и поставленных перед ним задач. Поддержка должна быть минимально достаточной для успешности участника в деятельности.

Подбор интенсивности поддержки начинается с минимального уровня. Далее сопровождающий постепенно увеличивает уровень поддержки до того момента, когда его подопечный начнёт успешно участвовать в деятельности. Затем сопровождающий постепенно пытается вернуться к минимальному уровню поддержки, сохраняя при этом включённость участника в происходящее и его успешность в деятельности. В таком режиме снижающейся

поддержки человек будет со временем привыкать действовать всё более самостоятельно.

Если необходимо, сопровождающий может использовать различные средства визуальной поддержки.

В процессе занятия сопровождающий может комментировать происходящее и действия своего подопечного. Комментирование помогает удерживать внимание участника на деятельности. Сопровождающий должен учитывать уровень и особенности своего подопечного, выбирая соответствующий способ комментирования:

➔ **жесты и междометия**

➔ **слова и короткие фразы**

➔ **эмоциональные развёрнутые предложения**

В первую очередь стоит комментировать ход основной деятельности занятия и собственный вклад целевого участника в неё. Пока участник ждёт своей очереди (например, чтобы помыть тарелку), полезно комментировать действия других участников, которые находятся в очереди перед ним.

Надо учитывать, что комментирование в группе может мешать ходу занятия, повышая общий уровень шума. Поэтому, если комментирование необходимо, уместно говорить тихо и односложно, используя жесты.

Сопровождающий может моделировать социально-бытовые ситуации внутри текущей деятельности для отработки коммуникативных и бытовых навыков своего подопечного. В ходе группового занятия, помимо основной деятельности, которую координирует ведущий, полезно включать участников в процессы организации рабочего пространства, обеспечения порядка и уборки помещения. Также можно ненавязчиво обращать внимание участников на ситуации, когда стоит проявить эмпатию, внимание к окружающим, вежливость, и своим поведением подавать пример. Например, если кто-то случайно ударился, посочувствовать ему и поинтересоваться, всё ли в порядке. Или уступить свою очередь участнику, которому ждать труднее.

В зависимости от индивидуальных особенностей участника, сопровождающий может по-разному выстраивать взаимодействие со своим подопечным.

Существуют различные варианты «ролей» сопровождающего.

Помощник. Сопровождающий снижает уровень поддержки за счёт снижения своего волевого участия в текущей деятельности, ожидает инициативы от подопечного. При необходимости сопровождающий обеспечивает удобство в текущей деятельности:

- ➔ ориентирует внимание участника на инструкции ведущего и на текущую деятельность;
- ➔ организует рабочее пространство, выбирает наиболее удобный инвентарь и материалы для работы;
- ➔ при необходимости оказывает участнику физическую поддержку в текущей деятельности. При этом сопровождающий располагается со стороны ведущей руки; в некоторых случаях для снижения ощущения поддержки возможна помощь с другой стороны стола, когда участник и его сопровождающий сидят друг напротив друга.

Образец. Когда ведущий предлагает какую-то деятельность, сопровождающий располагается в непосредственной близости от подопечного и ненавязчиво или настойчиво демонстрирует, что и как нужно делать (медленно; с излишним, картинным усилием; с простым комментированием своих действий и т.п.). Также сопровождающий наблюдает за успешностью деятельности подопечного и, при необходимости, обращает его внимание на свои действия, как на более точный образец.

Партнёр. Сопровождающий занимается текущей деятельностью в одном рабочем пространстве с участником. Могут быть различные варианты разделения функций внутри деятельности:

- ➔ совместная работа над одним элементом, в одном



Групповое занятие «Репортаж»



Групповое музыкальное занятие

процессе (например, закрашивание фона на листе с разных сторон)

- » поочерёдная работа над одним элементом, в одном процессе («Один огурец режу я, другой – ты». «Я мою нож, а ты – разделочную доску».)
- » разделение функций («Я скатываю шарики из пластилина, а ты приклеиваешь их по контуру».)

Можно предоставлять участнику выбор, как распределить функции внутри деятельности.

Помеха. Сопровождающий осознанно совершает заведомо неправильные действия. Тем самым он провоцирует своего подопечного на корректировку этих действий. Усиливается включённость участника в деятельность и контроль за её результатами. Данный приём применяется в тех видах деятельности, которые хорошо известны участнику.

Наблюдатель. Сопровождающий «теряется» и наблюдает за поведением подопечного незаметно для него. В таком формате возможно выявление адаптивных возможностей у подопечного и недирективная провокация самостоятельности.

Сопровождающий должен помнить, что и он, и его подопечный участвуют в общей групповой деятельности. В ходе занятия сопровождающий должен внимательно отслеживать:

- » своего подопечного
- » ведущего и его инструкции
- » других участников группы
- » обстановку в целом

При возникновении социально неприемлемого поведения участника крайне важно понимать его причины (их может быть несколько). Физическое удержание или прямое противостояние действиям участника, как правило, не являются эффективными

средствами борьбы с подобным поведением. В таких случаях важно найти способы устранения причин, из-за которых оно возникает, и организовать участнику адекватную психологическую поддержку. Наиболее острые вопросы в нашем реабилитационном Центре решаются коллегиально с привлечением всех специалистов, работающих в группе, а также других опытных специалистов Центра «Наш Солнечный Мир».

Формирование групп и подгрупп

Количество целевых участников варьируется в зависимости от предполагаемого уровня группы, индивидуальных особенностей участников, количества и размера имеющихся помещений.

Возраст участников – от 12 лет. В группу возможно включение подростков и взрослых людей разных возрастов. Группа формируется с учётом психологических возрастов участников и их индивидуальных особенностей. При постановке целей работы с группой и подгруппами также важно ориентироваться на психологические возрасты участников и их индивидуальные особенности развития.

Для формирования группы «Социализация» диагнозы целевых участников не имеют определяющего значения, практики разделения на группы и подгруппы по диагнозам нет. Для реализации определённых реабилитационных задач одного типа у нескольких участников одновременно можно формировать подгруппы в зависимости от типов нарушений и схожих дефицитов в различных сферах.

Минимальное количество целевых участников в группе для создания развивающей среды – 4 человека. Максимальное количество ограничивается несколькими факторами:

➔ **Размеры помещения.** Например, в кухне-столовой средних размеров (16 м²) размещается группа из 7 участников с сопровождающими. Однако при проведении подвижного занятия (спортивная группа, фольклорная игровая группа) в помещении такого же размера может быть размещена группа не более чем из 4 участников с

сопровождающими.

- » **Возможность деления на подгруппы.** Для каждой подгруппы нужно отдельное помещение, необходимое оборудование, ведущий.
- » **Острая реакция нескольких участников на шум:** в таких случаях стоит так же ограничить количество целевых участников – не более 5-6 человек.

Критерии деления на подгруппы:

- » **Пол участников.** Учитывается при проведении занятий, традиционно связанных с мужской или женской деятельностью. Например, столярная мастерская – для юношей, рукоделие – для девушек.
- » **«Скорость» участников.** Для участия в подвижных занятиях (спортивные игры, хороводные игры) можно разделить «быстрых» и «медленных» участников. Следует учитывать различные факторы, которые замедляют и осложняют подвижность: индивидуальные моторные трудности, сниженная скорость психических процессов. Разделив «медленных» и «быстрых» ребят, в обеих подгруппах будет возможность проводить занятие в необходимом темпе, который будет комфортным для всех участников.
- » **«Громкость» участников.** Рекомендуются разделять «шумных» ребят и участников, которые не переносят громких звуков. Например, в течение дня можно провести два музыкальных занятия: на одном будут использоваться техники работы с людьми с повышенной чувствительностью к звукам (тихое исполнение, медленный темп, приёмы десенсибилизации слуховой чувствительности к громким звукам), а другое будет проходить в обычном режиме.

Помещения и оборудование

Для организации разнообразной деятельности в группе «Социализация» необходимо наличие помещений трёх типов.

Кухня-столовая – помещение для отработки социально-бытовых навыков. В кухне должно быть:

- достаточное количество шкафов и ящиков для хранения инвентаря и оборудования;
- раковина-мойка для посуды (если в кухне находятся одновременно более 6 участников, то нужно 2 раковины-мойки);
- достаточное количество посадочных мест (столы, стулья, скамьи).

Оборудование и инвентарь, необходимый на кухне:

- холодильник;
- плита (стационарная или переносная);
- чайник электрический;
- фильтр для воды и кувшин для охлаждённой воды;
- микроволновая печь (необязательно, но бывает полезна);
- мультиварка (необязательно, но довольно удобна в использовании);
- посуда керамическая: мелкие тарелки, глубокие тарелки, кружки (по общему количеству участников и сопровождающих с запасом); по необходимости блюда, чайные чашки, стаканы и т.п.
- посуда пластиковая (по общему количеству участников и сопровождающих с запасом). Предпочтение отдаётся

пластиковой посуде, если высок риск разбить керамическую. Пластиковая посуда не бьётся, но накапливает загрязнение при постоянном использовании, поэтому требует периодической замены.

- металлические столовые приборы: вилки, столовые и чайные ложки, ножи (по общему количеству участников и сопровождающих с запасом); рекомендуется использовать ножи с закруглённым концом.
- кухонная утварь: разделочные доски, тёрки, овощечистки и т.п. (по общему количеству участников с запасом).
- скатерти (по количеству столов);
- инвентарь для текущей уборки: швабры, половые тряпки и вёдра, веники, щётки и совки, тряпки для поверхностей, губки для мытья посуды, средство для мытья посуды;
- мусорное ведро или контейнер.

* Важно! Ножи и другие потенциально опасные предметы в целях безопасности должны постоянно находиться под контролем ведущих и сопровождающих, а после завершения мероприятия с их использованием, их нужно убрать в недоступное для участников место.

Большой зал – помещение для проведения мероприятий, где предусмотрена двигательная активность и необходимо свободное пространство.

В зале должны быть шкафы или примыкающие к залу подсобные помещения для хранения оборудования. Шкафы и подсобные помещения должны запираются на ключ, шкафы должны быть прикреплены к стене во избежание падения на участников группы.



Выступление театральной студии



Выступление театральной студии

Полезно иметь зону с покрытием на полу. Покрытие должно быть мягким и легко поддающимся самостоятельной чистке при загрязнении.

Спортивный инвентарь пользуется в группах большой популярностью. В первую очередь необходим простой инвентарь для выполнения индивидуальных упражнений – коврики для занятий на полу, различные мячи (футбольные, волейбольные, баскетбольные и гимнастические разной массы), гимнастические палки. Также в зале полезно иметь гимнастические скамьи.

Мастерская – помещение для творческой и ремесленной деятельности. В мастерской должны быть:

- столы, стулья, скамьи (достаточное количество посадочных мест для одной группы или подгруппы с учётом участников, сопровождающих, ведущего);
- шкафы и контейнеры для хранения инвентаря и материалов;
- шкафы или стеллажи для хранения рисунков, поделок, изделий;
- мусорное ведро или контейнер;
- «мокрая точка», в идеале с двумя или более раковинами, с удобным доступом к сливным трубам для периодической прочистки от глины, пластилина, бумаги, клея.

Специфическое оборудование мастерской зависит от вида творческой деятельности. Например:

- печь для обжига (работа с глиной);
- ткацкий станок (изготовление ковров, гобеленов);
- швейная машинка (работа с тканями).

Наименование и количество расходуемых материалов и инвентаря также зависят от характера проводимых мероприятий и количества участников. Широко используется бумага для печати и листы ватмана, цветные карандаши и полимерные мелки, краски (гуашь, акварель, акрил), пластилин, глина, шерсть для валяния, клей (канцелярский и ПВА) и т.п. Следует обратить внимание, что ножницы, точилки, кисти, стаканчики для воды и т.п., тоже имеют свойство приходить в негодность и требуют периодического пересчёта и восполнения количества.

Виды занятий в группе «Социализация»

В группе «Социализация» могут проводиться занятия двух типов: развивающие и социально-бытовые.

На развивающих занятиях можно организовать любые виды активности. В Центре «Наш Солнечный Мир» проводятся спортивные, музыкальные, фольклорные игровые группы, логопедические и театральные тренинги, творческие мастерские (рисование, валяние, глина), занятия по двигательной и нейропсихологической коррекции и др. Можно использовать иные формы развивающих занятий, а также различные формы организации досуга (например, настольные игры).

Реабилитационные задачи, в том числе индивидуальные, на занятиях ставятся в соответствии со средним уровнем участников группы, участники с высокими возможностями привлекаются в качестве помощников и соведущих. Одной из основных целей является организация процесса совместной деятельности или проведения досуга, нахождение человека с особенностями развития в естественной социальной среде.

Для групповых развивающих занятий необходимы большие помещения, при разделении на подгруппы используются комнаты средних размеров. Помещения должны быть оснащены оборудованием и пособиями, необходимыми для проведения групповых занятий.

Примеры развивающих занятий, которые можно включить в структуру группы «Социализация»:

Спортивная группа. Проводится в формате разминки, зарядки. Можно организовывать эстафеты и командные спортивные игры.

Танцевальная группа. Участники выполняют и разучивают танцы и отдельные танцевальные движения по образцу, осваивают движение под музыку.

Музыкальная группа. Ведущий поёт различные песни, учитывая предпочтения участников группы, предлагает музыкальные и ритмические упражнения и игры. Ведущий группы исполняет песни и аккомпанирует на своём инструменте (чаще всего это гитара или синтезатор). Целевые участники и сопровождающие, по возможности, подпевают. Они также могут использовать различные шумовые инструменты (трещотки, маракасы, бубны и т.п.) для сопровождения пения. Ведущий также может использовать дополнительные музыкальные инструменты (например, колокольчик для обозначения начала и завершения музыкального занятия).

Фольклорная игровая группа. Проводятся русские фольклорные игры, развивающие игры и упражнения, соответствующие возрасту и психологическому уровню участников.

Творческие студии и мастерские. Ведущий организует различные виды творческой деятельности, используя различные материалы:

- ➔ ватман, краски, пластилин, карандаши, фломастеры;
- ➔ глина, керамика под роспись;
- ➔ шерсть для валяния;
- ➔ фанера и дерево для столярных изделий и росписи по дереву;
- ➔ пряжа для вязания;
- ➔ ткани для шитья и др.

Результаты работы студий и мастерских можно использовать в быту, в работе, для украшения помещений. Можно организовывать выставки и ярмарки. Помимо социальной адаптации, можно также ставить задачи по обучению участников работе с материалами и начальной профорientации.

Зелёная мастерская. Участники учатся ухаживать за растениями, изучают различные виды комнатных растений, их особенности. Можно также изучать растения родного края, редкие виды растений, заниматься флористикой.

Настольные игры. Ребята осваивают разные настольные игры, учатся играть по правилам, запоминать очерёдность хода, терпеливо дожидаться своей очереди.

Мультистудия (существует в «Нашем Солнечном Мире» уже более 20 лет). Участники работают над созданием мультипликационного фильма. В работе используются различные техники:

- » прорисовка каждого кадра на листе;
- » съёмка передвигаемых плоских фигурок на плоском фоне;
- » съёмка передвигаемых объёмных фигурок в объёмном пространстве;
- » создание и использование фотографий на реальной местности для создания необычных эффектов (фотосъёмка человека в прыжке для создания эффекта полёта);
- » рисование на сыпучих материалах (песок, крупы) на обычной поверхности или подсвеченном экране.

Участники под руководством ведущего выбирают тему, создают сценарий, выбирают технику, в которой будет создаваться мультфильм. Они готовят фон и создают персонажей. После съёмки последовательности кадров участники записывают реплики и диалоги (иногда «аудиосклепка» – единственный формат, позволяющий участнику, произносящему отдельные слова или



Занятие “Творческая мастерская”



Фольклорная игровая группа

словосочетания, услышать, как будет звучать его голос, при развёрнутой речи). Далее производится монтаж видеофайла и организуется показ мультфильма.

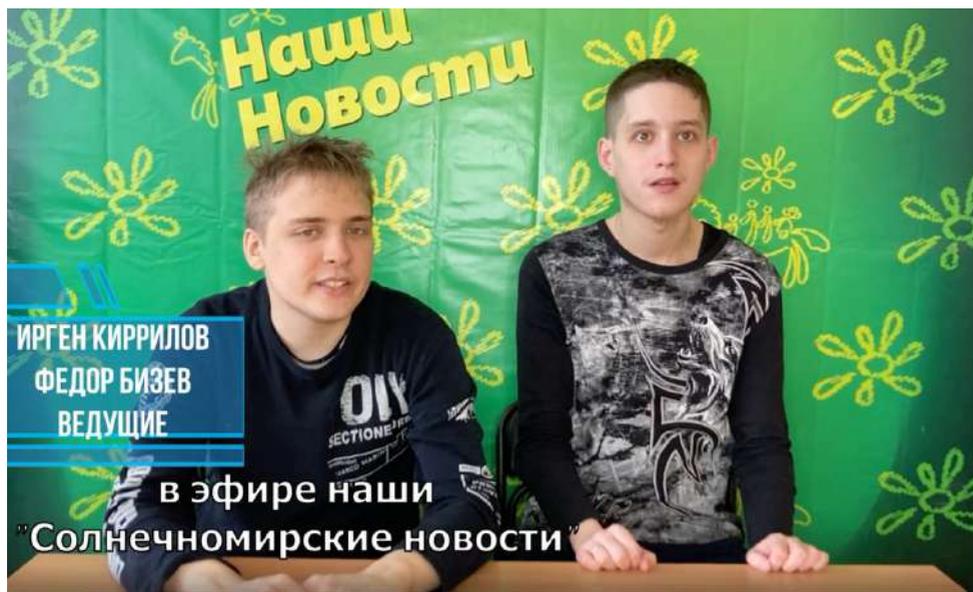
Газета. Участники под руководством ведущего готовят печатные материалы для оформления стенной газеты. В газету включаются тексты, написанные участниками и людьми из их окружения (родственниками, педагогами), тексты из сети Интернет; интервью (участники берут интервью у других участников группы или людей из окружения группы, задавая им вопросы по заявленной теме). Также в газету включаются изображения на заявленную тему: фотографии, зарисовки, рисунки, вырезки из газет и журналов и т.п.

Репортаж. Участники готовят выпуск новостей или видеоролик. В работе используются различные варианты видеоматериалов:

- » съёмка с занятий (живая и постановочная);
- » съёмка интервью;
- » съёмка природы и другого окружения;
- » футажи-заставки, готовые и созданные участниками группы;
- » фрагменты мультфильмов и кинофильмов.

Цирк. Проводится в форме тренинга или репетиции циркового выступления. Ребята готовят номера, которые можно показать на специально организованных выступлениях, приуроченных к каким-либо праздникам.

Театр. Проводится в форме тренинга или репетиции спектакля. Участники осваивают умение играть роль практически с нуля – учатся копировать простые позы и действия, соотносить их с образами, комбинировать их и встраивать в какой-либо сюжет. Используются различные техники для самовыражения: монологи, диалоги и беседы, пантомима, использование костюмов и



Групповое занятие «Репортаж»



Выступление театральной студии

реквизита. Готовятся номера, которые можно показать на специально организованных выступлениях. Можно готовить спектакль, репетируя отдельные сцены. Можно также снимать фильм. Потом организуется показ спектакля или фильма.

Социально-бытовые занятия служат основой для развития бытовых навыков и навыков социального взаимодействия. Они способствуют расширению самостоятельности целевых участников в повседневной жизни.

Обед и чаепитие. Обязательно выделяется 1-2 занятия для совместного приёма пищи, так как группа «Социализация» длится несколько часов. Участники едят за общим столом, моют посуду за собой, наводят порядок в помещении.

Кулинария. Участники учатся готовить простые блюда, правильно обращаться с продуктами и предметами кухонного обихода. После приготовления блюд участники моют посуду, наводят порядок в помещении.

Магазин. Продукты для кулинарного занятия, обеда, чаепития участники покупают в ближайшем магазине. Они учатся выбирать продукты, пользоваться деньгами, осваивают правила поведения в магазине.

Можно организовать другие виды активности бытового характера, например, прогулка по парку или поход на родник за водой (в рамках летнего реабилитационного лагеря).

Помимо перечисленных видов групповых занятий, в структуру группы «Социализация» можно включать другие развивающие и социально-бытовые занятия. Важно, чтобы основной целью оставалось само нахождение участника с особенностями развития в социальной среде и развитие его навыков общения. Если у участников уже сформированы навыки взаимодействия в группе, акцент можно смещать на профорientацию и подготовку к поддерживаемому проживанию, используя те же формы работы в группе.



Мастер-класс "Мода"



Мастер-класс "Мода"

Особенности работы с подростками и взрослыми с нарушениями развития в ментальной сфере

Зависимость уровня произвольности от отношения социума

В раннем возрасте для ребёнка совершенно естественно, что взрослые осуществляют уход за ним, обслуживают различные его потребности – кормят, одевают и раздевают, поддерживают чистоту тела, инициируют общение и игру. Ребёнок при помощи взрослого постепенно осваивает все эти аспекты социально-бытовой жизни на основании реального практического опыта.

Дети с ментальными особенностями могут недополучить этот опыт и не освоить данные навыки по разным причинам. Это вынуждает взрослых продолжать обслуживать потребности ребёнка, что с течением времени всё больше не соответствует возрасту. Иногда у ребёнка с возрастом появляется потенциал к освоению данных навыков, но его взрослое окружение уже имеет устоявшуюся привычку к обслуживанию потребностей этого ребёнка, по сути, оставляя его в роли младенца.

Для того чтобы человек начал осваивать доступные ему навыки, в первую очередь взрослые должны по-другому выстраивать взаимодействие с ним. Сначала нужно позволить человеку осваивать навыки, оказывая ему необходимую помощь. Со временем человек сможет совершать действия самостоятельно, но под контролем взрослых. Далее, когда навыки сформированы, контроль постепенно снимается.

Уход от речевых шаблонов, связанных с детской зависимостью от взрослого

Чаще всего люди с ментальными особенностями к подростковому возрасту уже имеют определённое представление о значении слова «занятие»: ребёнок строго выполняет инструкции взрослого (преподавателя, родителя). Эта роль может стать для

человека основной или даже единственной формой установления отношений.

Можно использовать другие слова для обозначения ситуации занятия (например, «мероприятие», «время для ...» и т.п.), чтобы снизить вероятность того, что участник автоматически включится в ситуацию в привычной роли подчинённого, «того, с кем занимаются».

Также можно обратить внимание на то, как человека называют родители, и попробовать обращаться к нему полным именем, как к взрослому. Иногда это срабатывает буквально и явно, и участник действительно какое-то время ведёт себя более ответственно и осознанно.

О работе с повышенной тревожностью

Целевые участники группы могут выражать беспокойство. Поводов может быть множество – непривычно много людей вокруг, повышенный уровень шума, непонимание происходящего, неизвестность момента окончания занятий и т. п. В состоянии повышенной тревожности человек может совершать социально неприемлемые действия.

Чтобы снизить ситуативную тревогу, сопровождающие используют комментирование и средства визуальной поддержки. Комментирование позволяет объяснить участнику смысл происходящего, его роль в этом и степень его успешности. Визуальные опоры помогут структурировать происходящее, дают возможность ориентироваться во времени: когда одна деятельность сменится другой, когда деятельность группы закончится и пора ехать домой.

Сопровождающие могут применять техники десенсибилизации и снижения значимости происходящего. Можно снизить тревожность, используя правильно построенные фразы: отсутствие запретов, отрицания, утвердительные предложения. Например, участник наверняка отреагирует негативно, если услышит: «Мы сейчас не пойдём туда». Лучше сказать так: «Мы сейчас находимся здесь».

Пример. Участник рвёт футболку

Подросток, посещающий группу, в какой-то момент заметил небольшую дырку на своей футболке. Так как у него была нетерпимость к такому, он разорвал её. Окружающие машинально среагировали на это удивлением и осуждением, и каждый раз, когда он приходил на занятия группы, он рвал на себе футболку, иногда перед этим создавая дырки-“поводы”, кусая футболку и разрывая её зубами. Если родители оставляли для него запасную, он мог порвать и её, хотя все футболки были новыми и не имели дефектов.

В очередной день на футболке участника появилась небольшая дырка, и он опять надорвал футболку. Сопровождающий принял решение не тратить запасную футболку и оставил его в надорванной, перевязав её узлом. Участник доходил в такой футболке до конца занятий.

Далее в один из дней сопровождающий заметил, что подросток собирает зубами надорвать на себе очередную футболку, и сразу же, будто бы случайно, отвернулся и демонстративно заговорил о погоде с другими сопровождающими. В результате на футболке остались лишь небольшие надрывы от зубов, футболка осталась цела до конца дня. В дальнейшем такого поведения не наблюдалось.

О работе с ритуальным и стереотипным поведением

Ввиду наличия особенностей мышления и сенсорных особенностей, у человека с РАС формируются различные специфические способы адаптации происходящего вокруг к собственному способу восприятия окружающей действительности. Это выражается в его поведении, которое может ощутимо мешать окружающим. При этом сам участник не преследует такой цели – его нервная система пытается переработать поток входящей информации способом, вызывающим наименьший уровень психического дискомфорта. В подобных случаях используется

адаптация стереотипного поведения, перевод его в наиболее приемлемую форму из возможных.

Пример. Участник «должен» назвать всех присутствующих в помещении, куда он зашёл

В группу пришёл новый участник. Он имел привычку протяжно перечислять всех присутствующих в помещении, в которое заходил, довольно громким голосом. Если во время перечисления в помещение заходил кто-то ещё, он начинал заново. Когда группа переходила в другое помещение, перечисление начиналось снова. Это причиняло дискомфорт как целевым участникам, так и их сопровождающим. В эти моменты невозможно было начинать какую-либо деятельность – ведущего было не слышно. На просьбы прекратить перечисление, перечислять тише, перечислять в другое время новый участник не реагировал – ему не позволял этого его стереотип.

Однажды один из сопровождающих в начале занятия сел рядом с тем местом, которое обычно занимал этот участник, и приготовился вести запись в чистой тетради. Когда участник занял своё место, сопровождающий начал демонстративно смотреть на каждого из присутствующих и записывать их имена в список. Закончив, он закрыл тетрадь и убрал её на стеллаж, на видное место.

Участник с интересом наблюдал за этим процессом, но потом всё равно всех перечислил в своей манере. Однако в следующий раз он сам, без какой-либо инструкции со стороны сопровождающих, взял тетрадь и принялся записывать имена присутствующих, помогая себе голосом, но уже намного тише. В этом случае важно то, что участнику не давали прямых инструкций, но дали возможность самостоятельно принять решение об изменении своего ритуала.

Учёт особенностей периода полового созревания

Подростки с нарушениями развития, как и обычные подростки, находятся в состоянии повышенной гормональной активности, однако в связи с общим снижением самоконтроля в ситуации

полового возбуждения адекватность их поведения в некоторых случаях снижается значительно сильнее, чем у нейротипичных подростков.

При этом подростки могут воспринимать своё состояние как необычный вариант волнения и тревоги, без осознания сексуального оттенка. Действия в этом состоянии также могут не иметь сексуального подтекста и выражаться в гиперактивности, агрессии или, наоборот, сосредоточенной замкнутости.

Сопровождающим в группе, с одной стороны, безусловно нужно следить за своим поведением и формой одежды (женщинам избегать коротких юбок и глубоких вырезов), особенно строго в начале работы со своим подопечным. Также рекомендуется подбирать в сопровождающие человека того же пола, что и участник, чтобы не провоцировать гормональные реакции у подростка близостью к человеку противоположного пола. С другой стороны, так как целью является адаптация в обычном социуме, допустимы небольшие послабления в строгом стиле одежды для формирования социально приемлемого поведения (актуально для человека, освоившегося в группе).

О восприятии времени

Цельное восприятие времени формируется у человека постепенно, этот процесс идёт с двух сторон: краткие промежутки времени (секунды, минуты) и длительные промежутки времени (сезоны, года). У людей с особенностями развития могут наблюдаться сложности с восприятием времени, с оценкой продолжительности и удалённости событий и процессов во времени. Для улучшения ориентировки во времени используются разные приёмы.

«Сначала – потом». В этом режиме отрабатывается понимание перехода из настоящего в будущее, последовательности из двух событий. Слова, обозначающие настоящее время («сейчас», «сначала») можно подкреплять жестами, обозначающими «здесь» (указываем рукой на пространство между собой и участником, на рабочую поверхность стола или обводим рукой помещение, где находимся). Слова о будущем («потом», «затем», «следующий»)

можно дополнять жестом «там» (неопределённо махнуть рукой вдаль или в направлении другого помещения, если планируется переход туда).

Концепт «Сначала – потом» можно использовать в простейшем визуальном расписании. Символ выполненного действия откладывается (если это предмет или карточка) или зачёркивается, помечается галочкой (если это картинка или надпись).

Следование графику, расписанию. План действий, которому можно следовать, может быть на любом занятии, но группа «Социализация» охватывает большие промежутки времени, чем часовые занятия. Сам опыт жизни по стабильному графику даёт навык следования расписанию, однако для его освоения могут потребоваться месяцы или даже годы.

Чтобы ускорить процесс встраивания в предлагаемый график, его можно регулярно актуализировать с участниками группы. В начале каждого дня ведущий может проговаривать план на день и визуализировать его на специальном стенде, а в течение дня перемещать указатель-маркер по линии времени сверху вниз или справа налево.

В начале цикла (например, в начале учебного года), когда составляется новое расписание, участники группы могут сами изготовить общее настенное расписание, изучив перечень занятий и их последовательность. Это можно сделать на мастерской «Рисование».

Календарные события (праздники, смена сезонов). Ритм крупных промежутков времени тоже важно отмечать определёнными действиями. Сезонная тематика используется на творческих студиях. Например, осенью можно сделать панно из опавших листьев, а зимой вырезать снежинки для украшения стен.

Ежегодные праздники также обозначают течение времени – можно заниматься приготовлением традиционных блюд (блины на масленицу, салат «Оливье» к Новому году) или совершать различные тематические действия (сделать открытку для мамы к 8 марта или нарядить ёлку к Новому году). Можно также отмечать дни рождения участников.

Регулярность ежегодного возвращения к этим событиям создаст стабильные воспоминания о прошлом, к которым можно обращаться при планировании времени в будущем.

Подготовка специалистов, участвующих в группе «Социализация»

Группа «Социализация» комплектуется специалистами разного уровня подготовки в зависимости от особенностей целевых участников.

Стажировка специалистов-сопровождающих проходит в виде наблюдения и непосредственного участия в деятельности группы на протяжении всего дня. Возможно как свободное участие, так и закрепление за одним из участников. Стажёр знакомится с вариантами сопровождения и способами их применения в конкретных ситуациях, учится определять и своевременно изменять уровень поддержки.

Требования к сопровождающим

Одно из наиболее важных требований к работе сопровождающего – при малейшей возможности максимально предоставлять подопечному самостоятельность или, другими словами, умение подавить желание помочь участнику или сделать действие за него, чтобы сэкономить время. Более опытные специалисты, участвующие в группе «Социализация», должны уметь самостоятельно оценивать необходимый уровень поддержки в каждом конкретном случае, замечать и использовать ситуации, в которых можно организовать успешную полезную деятельность подопечного. Кроме того, часто требуются начальные навыки анализа поведения, опыт работы с визуальным расписанием, умение организовать и ввести в употребление систему альтернативной или вспомогательной коммуникации (жесты, карточки, письмо).

Также от сопровождающего требуется умение экспериментировать в рамках заданной деятельности, так как если бездумно следовать указаниям ведущего, часто становится скучно – и подопечному, и самому сопровождающему. При это нужно

помнить, что чрезмерное проявление инициативы может разрушать структуру группы, мешать другим участникам понимать, что происходит и по какому шаблону действовать. Необходимо искать баланс между проявлением находчивости и следованием инструкциям.

Примерные уровни квалификации сопровождающих специалистов:

3 уровень – начинающий. Нуждается в инструкциях, самостоятельно решений практически не принимает; иногда (в определённых ситуациях) не удерживает подопечного в деятельности группы и может не удерживаться сам; совершает ошибки в сопровождении (чаще всего избыточная поддержка, либо отстраненность).

2 уровень – надёжный сопровождающий. Ориентируется в знакомой ситуации, предвосхищая инструкции ведущего (заранее готов действовать по знакомой схеме); качественно оказывает сопровождение более «простым» участникам, но затрудняется при работе с «тяжёлыми».

1 уровень – опытный сопровождающий. Может как следовать инструкции, так и самостоятельно планировать действия подопечного в рамках деятельности группы; может брать на себя ведение групповых занятий.

Требования к ведущим занятий группы «Социализация»

Ведущий должен уметь координировать действия всех участников и сопровождающих. Для него важно уметь быстро давать дополнительные задачи группе и отдельным участникам при досрочном выполнении текущих действий, использовать обстоятельства и создавать ситуации, в которых участники смогут научиться различным социальным навыкам (повод для общения, ожидание, очерёдность, помощь по хозяйству и т.п.), оперативно изменять деятельность группы в непредвиденных ситуациях (например, принять решение об объединении подгрупп, когда участников мало, или организовать иную форму досуга при отсутствии ведущего тематического занятия).



Занятие “Настольные игры”

Сбор информации о целевых участниках группы «Социализация»

Беседа с родителями

Перед включением участника в группу «Социализация» проводится беседа с родителями, в ходе которой собирается информация об особенностях взаимодействия с ним в быту и выясняется запрос семьи.

Медицинские вопросы

- **Диагноз:** основной и сопутствующие.
- **Принимает ли какие-либо препараты в связи с диагнозом?** Как приём препарата влияет на его текущее состояние (например, иногда наблюдается угнетение активности поведения после приёма препарата или, наоборот, наблюдаются признаки психомоторного возбуждения).
- **Есть ли эпилепсия?** Принимает ли соответствующие препараты? Бывают ли приступы, как выглядят, чем могут быть спровоцированы? Есть ли признаки приближающегося приступа? Если возможны приступы, необходимо согласовать действия при приступе, договориться о присутствии кого-либо из родителей неподалёку, о способе быстрой связи.
- **Есть ли аллергия?** Список ограничений, симптомы аллергической реакции.

Общее состояние. Как родители оценивают утомляемость, возможности внимания и т.п.? Есть ли проблемы со сном?

Общение. Развита ли вербальная функция речи? В каком объеме? Способ общения (от звучащей речи до интонирования,

жестов, экспрессивно-мимического общения). Использует ли какую-либо альтернативную систему коммуникации? Иногда участник группы изначально совсем не говорит в незнакомом коллективе или вне дома, при этом дома пользуется речью в полном объеме.

Инициативность в общении, основные интересы при взаимодействии. Как человек обращается с просьбой получить желаемое? Как реагирует на отказ? Как отказывается сам от предложенного?

Опыт нахождения в группе. Посещал ли участник группы детский сад, школу? Каков характер его взаимодействия со сверстниками? Какова возможность следования общему распорядку?

Туалет. Сообщает ли о необходимости справить нужду? Как? На каком уровне самообслуживание при справлении нужды?

Женская гигиена. Начались ли месячные? Наблюдаются ли изменения в состоянии и настроении в период менструации? Требуется ли помощь в гигиене?

Питание и питьё. Аппетит. Может ли сообщить о том, что голоден? Как? Сообщает ли о жажде? Как?

Самообслуживание при принятии пищи. Каковы особенности? От необходимости кормления с ложки до самостоятельного приготовления и употребления блюд. Умение вымыть за собой посуду.

Ограничения в питании. Диеты: список ограничений и список допустимых продуктов и напитков (категории и примеры). Избирательность, тип избирательности: категория продуктов, способ сервировки (например, форма и прозрачность посуды), сложность блюда (смесь нескольких продуктов или те же продукты, сервированные отдельно), температура еды и т. п., принадлежность (например, “все сосиски – для меня”).

Питание за общим столом. Есть ли проблема с отниманием чужой еды?

Сенсорные особенности. Есть ли повышенная чувствительность к звукам? Каким? Опыт компенсации (например,

использование наушников). Есть ли другие сенсорные проблемы (запахи, зрительные, тактильные стимулы и др.)? Есть ли тяга к получению каких-либо сенсорных ощущений?

Стереотипность. Насколько выражена? Есть ли какое-либо стереотипное поведение, которое может помешать другим участникам группы или деятельности группы в целом (например, громкие крики; закрывание и открывание дверей, мигание выключателем и т.п.)?

Агрессия и самоагрессия. В каких ситуациях проявляется? В чём выражается? Как купируется в семье?

Наблюдение за поведением участника в группе в пробный день (первый день посещения группы)

В пробный день за участником наблюдает куратор группы. Также участнику выделяется сопровождающий. Сопровождение начинается с минимального (обеспечивается безопасность самого участника и других участников, неприкосновенность комфорта других участников группы), предлагается участвовать в актуальных видах активности, наблюдается поведение, адаптация к происходящему. **Оценивается:**

- ➔ Умение ждать в промежутках при смене деятельности. Оценивается максимально возможная продолжительность автономного ожидания (понимает или не понимает смысл ожидания) и способ саморегуляции в момент ожидания (аутостимуляции, стереотипные действия, покой).
- ➔ Умение соотносить и выстраивать своё поведение в соответствии с происходящим в группе. Оценивается по необходимому уровню поддержки: максимальная (физическая) поддержка, вербальные инструкции, автономность.
- ➔ Поведение в конфликтной ситуации (интересы и желания участника не соответствуют нуждам и возможностям



Выставка творческих работ



Фольклорная игровая группа

группы или отдельных её членов). Оценивается возможность смириться с ситуацией (уступить мнению другого человека, не выражая чрезмерные для ситуации обиду или гнев). Оценивается также способ, которым участник может повлиять на ситуацию: попытки разрешить её социально неприемлемыми способами (негативное социально неприемлемое поведение: крик, агрессия, самоагрессия), пассивное (без аффективной окраски) смирение, плач и иные социально приемлемые формы отрицательного аффекта, осознанное смирение (с аффективной окраской), попытки разрешить ситуацию социально приемлемыми способами коммуникации.

- ➔ Умение соблюдать очерёдность при выполнении одного действия несколькими людьми. Оценивается по умению самостоятельно распознать "очередь" и по степени самостоятельности в соблюдении очерёдности: попытка совершить действие без очереди, уход от очереди и/или ожидание очереди далеко от места совершения действия, соблюдение очерёдности с нахождением вблизи от места совершения действия.
- ➔ Уровень инициативности в общении: пассивность, вступление в предложенный контакт, самостоятельное начало и поддержание общения.
- ➔ Направленность коммуникации: только индивидуальный тьютор, только взрослые, только сверстники, любые члены группы.
- ➔ Качественное содержание тем, используемых для коммуникации: комментирование происходящего/расписание, ощущения/игра, стереотипные фразы, стереотипные интересы (свободное общение на стереотипную тему), свободное общение на любую тему.

Зоной ближайшего развития в работе над социализацией ребёнка или взрослого всегда является повышение возможностей

самостоятельного разрешения бытовых и социальных ситуаций. Для этого используются естественные, спонтанно возникающие социальные ситуации и ситуации, создаваемые специально.

Группа социальной адаптации «Театральный тренинг»

Группа предназначена для подростков и взрослых с особенностями развития в ментальной сфере с низким уровнем социальной адаптации. Это адаптированная форма театральной студии с более простыми упражнениями, которая может быть подготовительной группой для перехода в дальнейшем к формату театральной студии.

Пространство организуется в виде зрительного зала – скамьи или ряд из стульев и свободное пространство в качестве сцены. Скамьи и стулья устанавливаются в форме полукруга для оптимального обзора. Это даёт возможность каждому зрителю видеть остальных участников, сидящих в «зрительном зале», а не только происходящее на сцене. Такая расстановка также лучше ограничивает пространство сцены для выступающего.

В качестве материала для работы используются игры и упражнения, которые знакомы участникам, и активности, имеющие яркий сенсомоторный компонент. Также используются –

- » игры и упражнения, направленные на растормаживание звучащей речи и жестовой коммуникации;
- » картинки для копирования мимики, крупно- и мелкомоторных поз, например, «Лица с эмоциями», «Памятники», «Картины», «Пальцы» (картинки или фото можно подготовить заранее, а можно нарисовать или выбрать вместе с участниками);
- » реквизит для использования при копировании поз с предметами;
- » картинки-фотографии, карточки-свойства (тихо, громко, быстро, медленно и т. п.), рисунки-образы, рисунки-

действия и т.п. для копирования и составления сюжетов (создание социальных историй, вариаций сюжетов сказок, сценариев спектаклей). Все карточки, фото и картинки рекомендуется рисовать или распечатывать на листах формата не менее А4 и ламинировать для сохранности при многократном использовании.

Занятие направлено на развитие способностей, необходимых при работе в группе –

- » умение видеть последовательность событий (структуру занятия);
- » умение следовать установленному распорядку;
- » умение ждать своей очереди;
- » умение вызваться для участия в игре или взаимодействии;
- » умение планировать собственную деятельность;
- » развитие инициативности и лидерских качеств.
- » развитие абстрактного мышления и фантазии.

На первых занятиях группы основную активность проявляют ведущий и ассистенты-сопровождающие. Ведущий выступает в роли конферансье, приветствует «Зал» и принимает приветствие от зрителей, проводит игровую разминку для сидящих в «Зале», показывая образцы упражнений, которые потом можно показать на «сцене». Зрители повторяют упражнения со своих мест.

Затем ведущий спрашивает у «Зала»: «Кто хочет выступить?» Если спонтанной инициативы от ребят нет, руку поднимает один из сопровождающих, демонстрируя образец ответа, и говорит: «Я хочу». Ведущий приглашает его на сцену, и тот показывает своё упражнение. После выступления артист делает поклон, зрители аплодируют. Затем выступавший спрашивает: «Кто хочет выступить?» – и на сцену приглашается следующий участник. Этот алгоритм со временем будут осваивать и целевые участники.

Сопровождающие в «Зале» помогают ребятам удерживать внимание на выступлениях на сцене, отслеживать процесс смены выступающих и помогают вызваться на сцену (лучше это делать, когда есть инициатива от самого участника). Если неговорящий участник выбирает упражнение, предполагающее голосовое сопровождение (например, стишок), озвучить его может ведущий, сопровождающий или зрители, подстраиваясь под темп выполнения упражнения выступающим. Можно позволить выполнить это упражнение в тишине и попросить зрителей угадать его.

Если никто из целевых участников не проявляет инициативы, можно вызывать ребят на сцену по очереди, объявляя: «Выступает Иван!» Но всё же нужно стремиться к поиску тех форм выступления, которые вызовут инициативу у ребят.

Некоторые участники могут выйти и показать упражнение самостоятельно. С другими участниками стоит выйти сопровождающему и, стоя рядом, показывать упражнение синхронно. Кому-то нужно оказывать физическую помощь в упражнении, помогая координировать движения. Также нужно задать вопрос «Залу» и дожидаться отклика желающих выступить.

На один блок, состоящий из упражнений-выступлений одного типа, выделяется 5 – 10 минут. Всего может быть 3 – 5 блоков, помимо приветствия и завершения.

Завершающая часть проводится по-разному. Например, группа встаёт в круг, и ведущий по очереди называет участников и говорит, что каждый из них сделал значимого на занятии. Затем участники прощаются. Можно прощаться в свободной форме. Можно использовать при прощании структурированные ритуалы со скандированием прощальных фраз и поддержанием ритма фразы взмахами рук (при этом, например, все держатся за руки, как в хороводе, или, сойдясь в центре круга, вытягивают правую руку к центру и кладут ладони на руки друг друга).

На втором и третьем занятии тренинг нужно наполнять теми же блоками, упражнениями и номерами, что были на первой встрече, можно добавить в известный блок 1 – 2 новых упражнения.

Репертуар упражнений и номеров со временем расширяется, постепенно добавляются новые элементы:

- » демонстрация новых упражнений и игр;
- » изменение числа одновременно выступающих с одним упражнением (соло, пара, тройка, все вместе);
- » изменение темпа упражнения (медленно – обычно – быстро в разных последовательностях);
- » изменение громкости озвучивания (тихо – обычно – громко в разных последовательностях; с громкого лучше не начинать, если есть участники с повышенной чувствительностью к звукам);
- » введение базовых эмоций, с которыми выполняется упражнение (весёлый, грустный, злой, удивлённый и т.п.) с последующим расширением спектра эмоций (спокойный, мечтательный, волнующийся, хмурый и т.п.);
- » комбинирование освоенных параметров (тихое быстрое упражнение, а потом громкое медленное);
- » планирование номеров с выбором из предложенных картинок для копирования крупно- и мелкомоторных поз, выражения лица и т.п.;
- » короткие импровизации ведущего и сопровождающих, выходящих за рамки освоенных упражнений, но ассоциативно базирующихся на них (например, во время «громких» упражнений можно выйти, объявить «Волк» и завывать).

Трансляция структуры занятия и организация упражнений в работе с неговорящими участниками осуществляется с использованием визуальной поддержки. Например, можно разложить стопки с карточками на видном месте в той последовательности, в которой они будут происходить, а

«отработанные» карточки откладывать в сторону. На одно упражнение показывается одна карточка, на время номера её можно ставить так, чтобы зрители видели рисунок. Можно просить неговорящих участников «объявлять» свой номер, показывая «Залу» карточку с упражнением.

Когда по карточкам освоены разные отдельные категории, можно предлагать комбинировать и уточнять образы с помощью карточек, а в дальнейшем строить сюжеты. Выбрать карточки можно всем «Залом» – карточки-кандидаты кладутся на пол, а зрители по очереди голосуют. Получив голос, карточка двигается к зрителям – побеждает карточка, продвинувшаяся ближе всех.

Желаемым результатом участия в группе «Театральный тренинг» может быть удержание целевого участника в структуре занятия, освоение новых поз и выражений лица, повышение активности и участия в показе упражнений на сцене, улучшение коммуникативных навыков, появление способности планировать своё выступление и импровизировать.

В этом пособии представлен опыт работы сотрудников реабилитационного центра «Наш Солнечный Мир» по организации и проведению развивающих занятий, в том числе по социально-бытовой адаптации, с подростками и взрослыми, имеющими расстройства аутистического спектра и другие нарушения развития в ментальной сфере. Занятия проводятся в групповом формате для подростков и взрослых с тяжёлыми формами нарушений в развитии в ментальной сфере, которые сопровождаются проявлениями нежелательного поведения (в том числе агрессия и аутоагрессия), выраженными нарушениями в коммуникативной сфере, значительными трудностями в процессе социальной адаптации. Центр реабилитации инвалидов детства «Наш Солнечный Мир» начал свою работу в 1989 году, впервые зарегистрирован как организация в 1991 году. Подобные группы для детей, подростков и взрослых людей с тяжёлыми формами нарушений в развитии в ментальной сфере мы впервые начали организовывать в 1994 году.

Авторы текстов:

| Тищенко А. А., Шпицберг И. Л., Криворучко С. О.

Участие в подготовке материалов:

| Ушаков А. М., Стеклов А. А.

При поддержке Гранта «**Москва - Добрый Город!**»

Информационно-методическое пособие

© Наш Солнечный Мир, 2024

ISBN 978-5-6053378-0-5

