

**Тренинг
родительских
навыков**

Для семей,
воспитывающих детей
с особенностями
развития



Занятие 4

Рабочая
тетрадь
участника



Программа ВОЗ «Тренинг родительских навыков»
для семей, воспитывающих детей с особенностями
развития

9 шагов

Тренинг родительских навыков

Для семей, воспитывающих детей
с особенностями развития

Программа Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) «Тренинг родительских навыков» для семей, воспитывающих детей с особенностями развития от 2 до 9 лет, разработана группой специалистов по заказу Всемирной организации здравоохранения и Autism Speaks — организации, помогающей людям с аутизмом в США.

Версия программы на русском языке подготовлена группой специалистов по заказу благотворительных фондов «Выход» и «Обнажённые сердца». Программа основана на принципах позитивного родительства, а также на поведенческих подходах, формирующих совместную вовлечённость ребёнка и близкого взрослого.

Эксперты и научные редакторы версии на русском языке:

Святослав Довбня
Татьяна Морозова

Иллюстрации:

Мария Бронштейн

Редакторы:

Марина Кузьмицкая
Петр Фаворов
Татьяна Медведева

Ответственный секретарь:

Ксения Новикова

Занятие 4

Коммуникация с ребёнком 1:
как её установить и почему
это важно

Содержание

- 2 Что мы узнаем сегодня
- 3 Обзор домашнего практического задания
- 4 История Оксаны 1
- 6 Основная идея 1
- 7 Основная идея 2
- 8 Виды взаимодействия ребёнка с окружающими
- 9 Коммуникативные цели моего ребёнка
- 10 История Оксаны 2
- 13 Основная идея 3
- 14 Рекомендация 1
- 15 Рекомендация 2
- 16 Рекомендация 3
- 17 Рекомендация 4
- 18 Домашнее практическое задание
- 20 Вопросы для самопроверки
- 21 Ответы на вопросы
- 22 Дальнейшие шаги



Что мы узнаем сегодня

- Сегодня мы узнаем, что такое коммуникация.
- Мы начнём с разговора о том, как общаются наши дети сейчас.
- Затем мы познакомимся с приёмами и способами, которые направлены на улучшение коммуникативных навыков наших детей.



Обзор домашнего практического задания

Чем мы пробовали заниматься с ребёнком, во что играли:

Наши достижения:

1.

2.

3.

Что я могу попробовать в следующий раз:

1.

2.

3.

Заполните ↗

История Оксаны 1

Поговорим о коммуникации



1. Саше трудно донести информацию до окружающих и дать им понять, чего она хочет. Так, её мама Оксана понимает, что ребёнок хочет пить, когда Саша сидит рядом с кувшином воды и плачет. Мама думает, что Саша плачет, пытается сообщить о том, что испытывает жажду.

2. Оксана пытается помочь Саше выучить слово «вода», чтобы просить воду, вместо того чтобы плакать. Она даёт Саше чашку с водой и говорит: «Вода».



3. Однажды Оксана налила воду и увидела, что Саша движется по направлению к ней. Она замечает, что Саша посмотрела на неё. Оксана поняла, что девочка таким образом просит воды. Оксана снова произносит слово «вода», когда протягивает Саше чашку.





4. В другой раз, когда Оксана наливала воду, Саша произнесла какой-то звук.



5. «Да, вода!» — обрадовалась Оксана.



6. Оксана говорит: «Она не всегда это делает, но я продолжаю практиковаться. Я знаю, что каждый раз, произнося слово «вода», я помогаю ей учиться, даже если пока она ничего не говорит».

Основная идея 1

Дети общаются, используя слова, невербальную коммуникацию и нежелательное поведение.

Ребёнок может взаимодействовать с вами при помощи нежелательного поведения, когда ему сложно использовать другие коммуникативные навыки либо ребенок пока не владеет ими.



Основная идея 2

Смотрите и слушайте, чтобы понять, когда ваш ребёнок пытается принимать участие в коммуникации.

Смотрите и слушайте, сосредоточьтесь на ребёнке и на том, каковы его потребности и какими способами он пытается что-то сообщить вам.

Когда ребёнок заинтересован и принимает участие в коммуникации — это прекрасная возможность установить с ним контакт и помочь научиться чему-то новому.



Виды взаимодействия ребёнка с окружающими

Под коммуникацией понимается передача какой-либо информации. Существует много способов, при помощи которых дети сообщают нам что-либо при помощи слов или без них.



Слова:
отчётливые слова, нечёткие слова или имитация слова (лепетная речь, например, «кош» вместо «кошка»).



Странные слова:
повторяющиеся звуки, слова или фразы, эхо-повтор слов, повторение слов или фраз из книг или видео (эхолоалия).



Звуки:
плач, крик, хныканье, звуки, означающие «да» или «нет», и т. д.



Телодвижения:
поворачивается, чтобы посмотреть на что-то; движется по направлению к чему-то; берёт людей за руку и кладёт её на предмет; тянет за руку; кивает.



Движения руками:
показывает на что-то, даёт людям предметы, тянется к чему-то, хватается за предметы или отталкивает их.



Взгляд:
смотрит на людей; быстро смотрит на что-то, а затем на человека; пристально смотрит на что-то.



Движения лица:
демонстрирует разные эмоции, улыбается, двигает бровями и т. п.



Нежелательное поведение:
кричит, падает на пол, кусается, царапается, бьёт других или самого себя.

Коммуникативные цели моего ребёнка

Целевой коммуникативный навык моего ребёнка

Использовать взгляды,
телодвижения или звуки

Указывать, чтобы попросить;
издавать звуки

Указывать, чтобы попросить

Пытаться издавать звуки чаще;
составлять из звуков слово

Добавлять слова;
соединять 2 слова

Добавлять слова;
соединять 3 слова

Составлять более длинные
предложения

Обведите ↗

Что я буду делать для достижения этих целей?

1. _____

2. _____

3. _____

Заполните ↗

История Оксаны 2

Что имеет в виду Саша?

1. Саша и её мама пришли на рынок.



2. Проходя мимо витрины с любимым Сашиным лакомством, бананами, девочка настойчиво тянет Оксану за руку и произносит: «Ух!»

3. Оксана реагирует на коммуникацию следующим образом — показывает на банан и говорит: «Банан!», а затем покупает Саше её любимое лакомство.





4. По дороге домой Оксана и Саша гуляют в парке. Девочка заинтересовалась цветком, который увидела по пути домой.

5. Саша показывает свою заинтересованность — останавливается, переводит взгляд с цветка на маму и показывает рукой на большой цветок.



6. Оксана смотрит на дочь и, показывая на растение, которое заинтересовало девочку, произносит: «Цветок!»

7. Дома Оксана набирает ванну для Саши.



8. Она подводит д.вочку к ванне, предлагая ей искупаться.



9. Саша кричит и вырывается, пытаясь избежать купания.

Основная идея 3

Смотрите и слушайте, чтобы понять, что ваш ребёнок пытается сообщить вам.

Смотрите и слушайте, чтобы понять, что именно ваш ребёнок пытается сообщить. Для коммуникации дети используют слова, невербальную коммуникацию или нежелательное поведение. Может быть, ваш ребёнок:

- что-то просит;
- хочет что-то прекратить;
- хочет чем-то поделиться с вами;
- пытается сообщить вам о своём состоянии, например, что он напуган, устал, голоден или возбуждён;



Рекомендация 1

Используя слова и жесты, реагируйте на любую попытку коммуникации со стороны ребёнка, даже если она вам непонятна.

Можно реагировать на коммуникацию ребёнка, используя слова и жесты.

Жесты, которые мы можем использовать:

- указываем на предмет;
- поднимаем/держим и показываем предмет;
- даём предмет.

Жесты дают ребёнку дополнительный способ коммуникации.

Реакция на любую коммуникацию, даже, на ваш взгляд, непонятную или странную, стимулирует д.тей к общению, помогает им узнать новые, более сложные способы взаимодействия с окружающими.



Рекомендация 2

Используйте слова и жесты, соответствующие коммуникативным навыкам вашего ребёнка.

- Если ваш ребёнок молчит, использует звуки или непонятные слова, вы можете использовать 1 слово.
- Если ваш ребёнок говорит, используя 1 слово, используйте 1—2 слова.
- Если ваш ребёнок говорит, используя словосочетания из 2 слов, используйте словосочетания из 2—3 слов.
- Если ваш ребёнок говорит, используя словосочетания из 3—4 слов, используйте короткие предложения.
- Если ваш ребёнок говорит, используя предложения, используйте предложения.



Рекомендация 3

Ждите – дайте ребёнку возможность принять участие в коммуникации.

Помолчите и подождите всего пару секунд, давая ребёнку возможность принять участие в коммуникации (кому-то достаточно всего пары секунд, для кого-то необходимо подождать немного дольше).

Во время ожидания смотрите и слушайте, обращая внимание на:

- звуки;
- слова;
- жесты;
- взгляды (то, на что смотрит ребёнок).



Рекомендация 4

Комментируйте всё, что привлекает внимание ребёнка, и его действия.

- Обращайте внимание на то, куда смотрит ребёнок.
- Говорите о том, что делает и на что смотрит ваш ребёнок.



Домашнее практическое задание

Выберите одно игровое или повседневное занятие, которое вы будете выполнять с ребёнком или в которое планируете его вовлечь (например, игра, мытьё рук, приём пищи и т. п.). Это может быть то же занятие, которое вы уже выполняли, или какое-либо другое. Выберите занятие, которое вы выполняете практически ежедневно.

При выполнении выбранного занятия запланируйте потратить 5 минут на то, чтобы заинтересовать ребёнка и сосредоточиться на коммуникации с ним.

- Смотрите, слушайте и реагируйте.
- В разговоре сосредоточьтесь на интересах ребёнка.
- Подождите, давая ребёнку возможность принять участие в коммуникации.

Выбранная мною повторяющаяся игра

Выбранное мною повседневное домашнее дело

Другие повседневные дела или игры, которые мы можем попробовать, если у нас не получится

Заполните ↗



Вопросы для самопроверки

После группового занятия постарайтесь ответить на эти вопросы, чтобы проверить себя. Затем вы можете свериться с правильными ответами, размещёнными в конце этого раздела.

Пояснение:

Из приведённых вариантов выберите наиболее подходящий ответ на вопрос и отметьте свой вариант ответа. Затем проверьте, правильно ли вы ответили, и обведите верный ответ.

Вопрос 1

Дочь Оксаны Саша осуществляет коммуникацию в основном с помощью звуков, таких как «а!», чтобы о чём-то попросить. Она знает три слова: «нет», «кошка» и «утка». Сколько слов должна использовать Оксана при общении с дочерью?

- a. Одно слово и жесты.
- b. Словосочетания из двух слов и жесты.
- c. Предложения из трёх слов и жесты.
- d. Как можно больше слов и жестов.

Вопрос 2

Саша смотрит в сторону книжной полки. Оксана выбрала книгу о собаках, потому что собаки — любимые животные Саши. Она открыла книгу и начала читать. Саша не проявляет интереса. Она снова смотрит на книжную полку и не обращает внимания на Оксану. Что следует сделать Оксане?

- a. Поднять книгу выше, поместив её перед глазами Саши, и продолжить чтение.
 - b. Подождать — смотреть и слушать, чтобы понять, что именно на полке заинтересовало девочку.
 - c. Подождать — смотреть и слушать, чтобы понять, какая именно книга заинтересовала Сашу. Помочь Саше найти на полке интересующую её книгу.
 - d. Решить, что Саше не интересны книги, и поменять вид деятельности.
-

Ответы на вопросы

Здесь вы найдёте ответы на вопросы для самопроверки, приведённые на предыдущей странице. Прочтите ответы только после того, как ответите на вопросы. Закончив проверку ответов, откройте страницу с вопросами и обведите правильный ответ.

Вопрос 1

Ответ: А. Одно слово и жесты.

Пояснение:

Лучше всего использовать слова и жесты, соответствующие языковому уровню ребёнка. Для общения Саша использует преимущественно звуки и отдельные слова. С детьми, общающимися при помощи звуков, следует общаться, используя одно слово и жесты. Однако иногда в разговоре с Сашей Оксана может использовать и большее количество слов.

Словосочетания из двух или трёх слов можно использовать лишь время от времени, но преимущественно нужно произносить по одному слову за один раз.

Речь, состоящая из большого количества слов, превышает уровень языкового развития Саши и затрудняет её обучение. Нужно, чтобы речь взрослого соответствовала уровню развития языка ребёнка.

Вопрос 2

Ответ: С. Подождать — смотреть и слушать, чтобы понять, какая именно книга заинтересовала Сашу. Помочь Саше найти на полке интересующую её книгу.

Пояснение:

Чтобы сообщить вам информацию, дети могут использовать невербальное поведение. Важно спросить себя: «Что пытается сказать мой ребёнок?» В данном случае Саша смотрит на книжную полку. Оксана выбрала книгу самостоятельно, не посмотрев, что интересует Сашу. Нам нужно мотивировать Сашу, чтобы она смотрела в книгу вместе с Оксаной. Коммуникация и заинтересованность Саши будут более вероятны, если книга ей интересна. Согласно варианту ответа С, Оксане нужно подождать, а затем смотреть и слушать, чтобы определить, что интересует Сашу, и отреагировать на её пожелание, помогая ей сделать выбор.

Дальнейшие шаги

Перед следующим групповым занятием ведущий свяжется с вами по телефону. Если вы по какой-либо причине не сможете посетить следующее занятие, присоединяйтесь к нам на последующем занятии. Если у вас получится прийти на 15 минут раньше, ведущие помогут вам освоить пропущенный материал.

Следующее групповое занятие

На следующем групповом занятии мы научимся взаимодействовать с детьми и помогать им в освоении новых навыков в совместных повседневных делах.

Дата следующего занятия:

Пожалуйста, **позвоните** или пришлите СМС на номер

+7 _____

если вы опаздываете или пропускаете занятие.

Заполните ↗



Дорогие участники программы!

Дети с особенностями развития рождаются в разных странах, и везде им нужна поддержка. Данные многих научных исследований говорят о том, что поддержка, которую ребёнок получает в семье, является основой для того, чтобы другая помощь была эффективной. Поэтому Программа «Тренинг родительских навыков», в которой вы участвуете, реализуется в двадцати странах мира и с 2021 года — в России.

Когда наши дети были маленькими, в России не было таких программ и никто в государственных структурах не предлагал нашим детям и семьям помощь методами, имеющими доказанную эффективность. Мы искренне рады, что происходят изменения и приветствуем вас — участников этих изменений. Пусть все родители детей с особенностями развития добьются поставленных целей — и в рамках этой программы, и в жизни!

Ассоциация некоммерческих организаций, созданных родителями и близкими детей с расстройствами аутистического спектра и другими нарушениями нейроразвития, «Аутизм-Регионы»



autismregions.ru



Программа ВОЗ «Тренинг родительских навыков»
для семей, воспитывающих детей с особенностями
развития

