

**Тренинг
родительских
навыков**

Для семей,
воспитывающих детей
с особенностями
развития



Занятие 5

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 5

Коммуникация с ребёнком 2: как способствовать её развитию

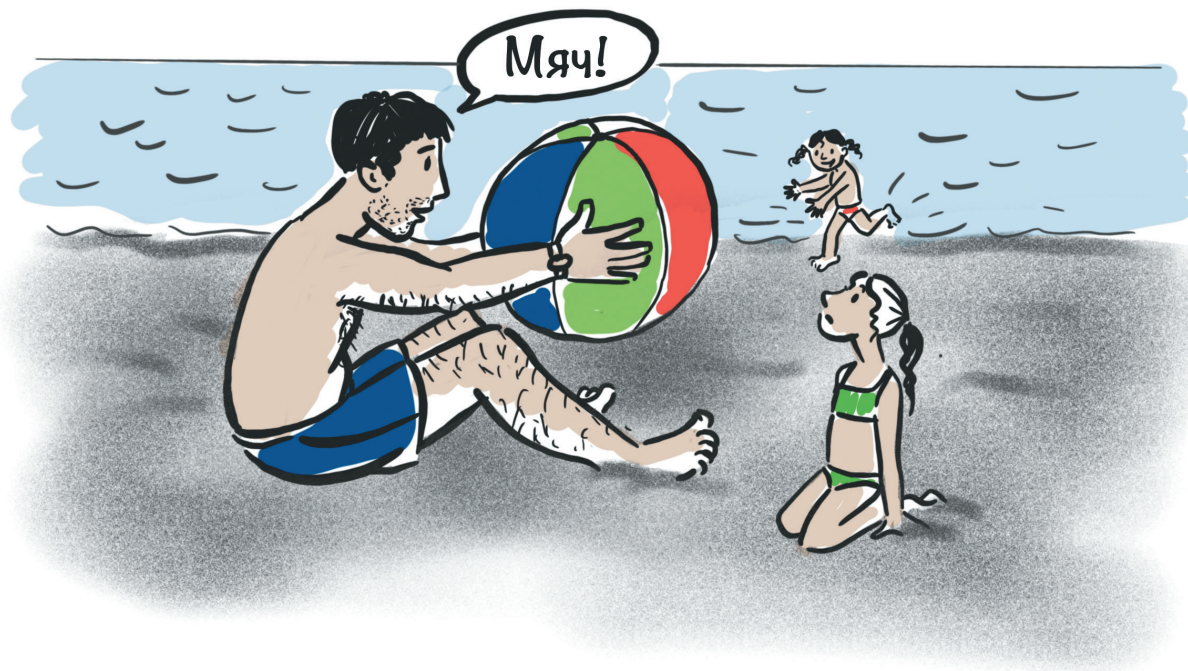
Содержание

- 2 Что мы узнаем сегодня
- 3 Обзор домашнего практического задания
- 4 История Роберта
- 7 Основная идея 1
- 8 Основная идея 2
- 9 Рекомендация 1
- 10 Рекомендация 2
- 11 Расширяем коммуникацию ребёнка
- 13 Рекомендация 3
- 14 Рекомендация 4
- 15 Домашнее практическое задание
- 16 Вопросы для самопроверки
- 17 Ответы на вопросы
- 18 Дальнейшие шаги



Что мы узнаем сегодня

- Как смотреть и слушать, чтобы понять, когда ребёнок общается, чтобы поделиться или попросить.
- Как находить возможности для коммуникации во время совместного выполнения повседневных домашних дел и игр.



Обзор домашнего практического задания

Чем мы пробовали заниматься с ребёнком, во что играли:

Способы коммуникации, которые использовал ребёнок:

1.

2.

3.

Что я могу попробовать в следующий раз:

1.

2.

3.

Заполните ↗

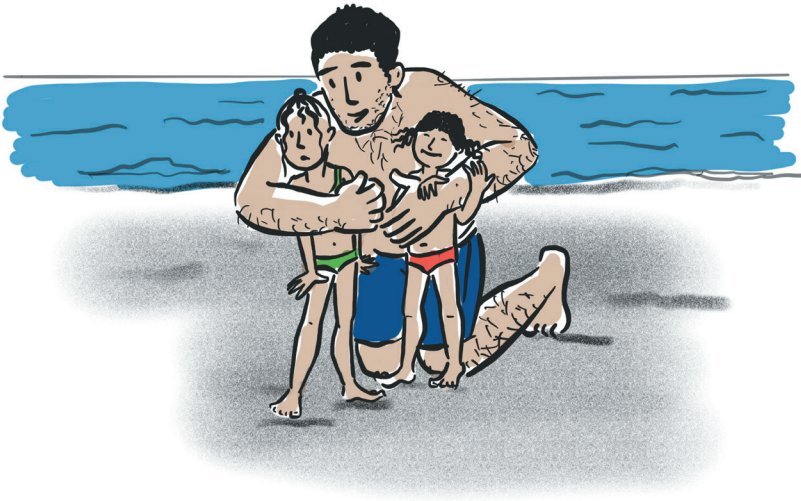
История Роберта

Аня хочет поделиться или попросить?

1. Меня зовут Роберт, у меня две дочери — Анна и София. Аня старше Софии на 2 года. Софии всего 4 года, но она более развита и умеет больше, чем Аня.



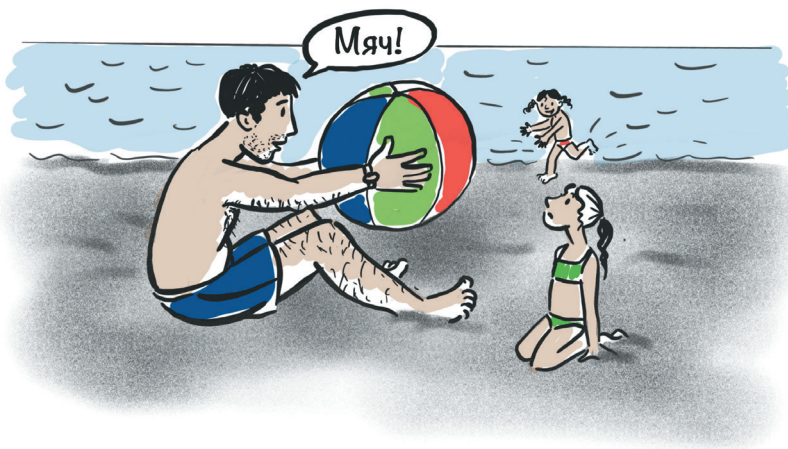
2. Быть папой такого ребёнка, как Аня, оказалось совсем непохожим на то, как я представлял себе отцовство, но я уверен, что невозможно заранее подготовиться к тому, что у вас будет ребёнок с особенностями развития. Я быстро понял, что самое важное, что я могу сделать, — это любить её, принимать её такой, какая она есть, и стараться ей помогать; я не должен пытаться изменить Аню. А это нелегко, ведь мне хочется всего самого лучшего для своих дочерей.



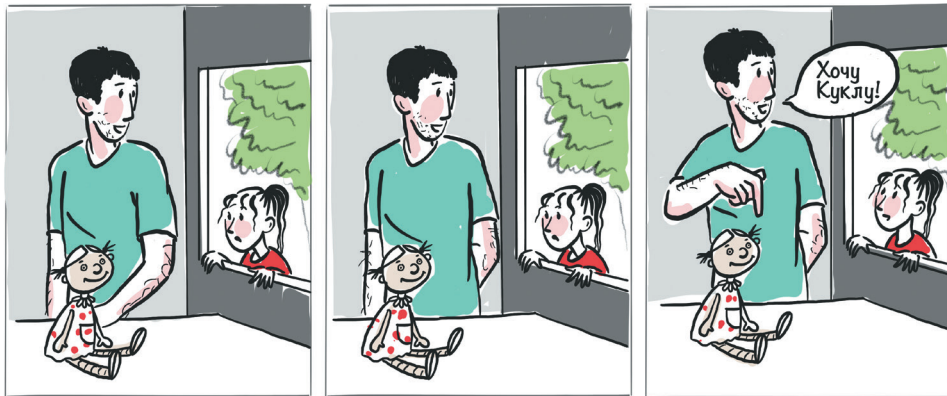
3. Первые годы были самыми сложными. Порой мне было не по себе, потому что я очень много думал об особенностях Ани и о том, что это означает для неё и всей нашей семьи.



4. До недавнего времени Аня совсем ничего не говорила, порой она всё ещё сильно расстраивается и закатывает истерики, и это меня очень огорчает. Нам бывает нелегко, когда Аня не может сказать, чего хочет или в чём она нуждается, — и нам приходится об этом только догадываться, но я понимаю, что и для неё это тоже очень сложно.

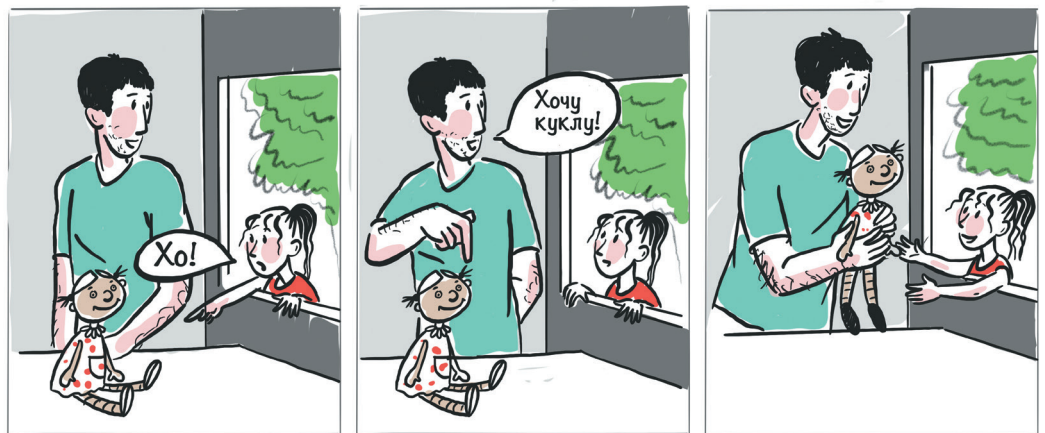


5. Я поощряю Аню использовать жесты и слова, отвечая ей всякий раз, когда замечаю, что она пытается общаться. Раньше я думал, что должен сразу научить её большому количеству слов, но затем я понял, что нужно начать с уровня одного-двух самых простых слов, которые она могла бы научиться использовать.



6. Я сконцентрировал всё своё внимание, чтобы замечать, когда Ане что-нибудь нужно. Когда я вижу, что она чего-то хочет, я понимаю, что очень важно подождать несколько секунд, чтобы у неё была возможность попросить. Если она этого не делает, то я с помощью простых слов и жестов показываю ей, как она может попросить желаемую вещь.

7. Даже если Аня не повторяет просьбу по тому образцу, который я ей показал, то я просто показываю ей ещё раз и тут же даю игрушку. Я знаю, что очень важно не лишать ребёнка еды, воды или его любимых предметов.



8. Наверное, раньше я слишком торопился, ведь Ане нужно больше времени, чтобы подумать. Сейчас она начинает показывать нам, чего она хочет и что ей нужно, и постепенно осваивает всё больше новых слов. Её поведение тоже улучшается. Я также помогаю улучшить коммуникацию младшей дочери, добавляя новые слова, разговаривая с ней.

Основная идея 1

Смотрите и слушайте, чтобы понять, когда ребёнок общается с целью поделиться, а когда — с целью попросить.

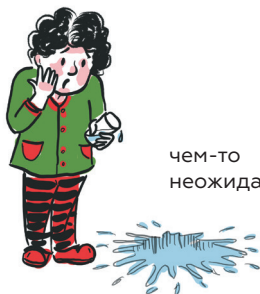
Люди общаются по двум основным причинам:

- чтобы поделиться (чтобы что-то показать или рассказать собеседнику);
- чтобы попросить (кого-то о чём-то).

Дети могут делиться:



чем-то волнующим
или новым



чем-то
неожиданным



любимым пред-
метом, занятием

Ребёнок может просить:



доступ к чему-то



утешения
и внимания



помощи в чём-либо

перерыв



прекратить
занятие,
которое
не нравится



продолжить
занятие,
которое
нравится

Основная идея 2

Используйте повседневные домашние дела, чтобы создавать возможности для коммуникации.

Далее мы рассмотрим, как можно это осуществить.



Рекомендация 1

Покажите и скажите. Продемонстрируйте ребёнку слова и жесты, которые он может использовать для общения.

Когда ребенок молчит, вы можете показать жест и сказать слово. Это стратегия «Покажите и скажите».

Если ребёнок молчит, то вы можете:

- указать на что-то и сказать, как это называется;
- взять и показать предмет, а потом сказать, как он называется;
- дать ребенку предмет (которым хотите поделиться) и сказать, как он называется.



Рекомендация 2

Повторяйте за ребёнком и расширяйте его коммуникацию.

Если вы заметили, что ребёнок начал коммуникацию, повторите произнесённое им слово и добавьте одно новое слово.



Расширяем коммуникацию ребёнка

Если вы добавите слишком много слов, то это может запутать ребёнка и ему будет сложно самостоятельно использовать новые слова. Попробуйте добавить всего одно слово. Например:

Если ребёнок говорит:

Вы можете сказать и показать:



«Во» (пытается сказать «вода»)



«Вода» (покажите чашку с водой)



«Грузовик ехать»



«Грузовик поехал!» (укажите на грузовик)



«Машина»



«Машина едет!» (укажите на машину)



«Большая машина»



«Большая красная машина!» (укажите на машину)



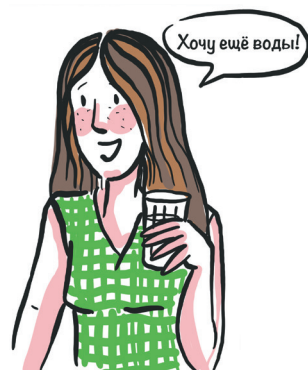
«Сломалась»



«Кукла сломалась» (поднимите и покажите игрушку)



«Ещё воды»



«Хочу ещё воды» (дайте воды)

Рекомендация 3

Организуйте окружающую ребёнка среду таким образом, чтобы создавать ему возможности просить.



Держите предметы вне досягаемости, но на виду у ребёнка



Предложите ребёнку выбор

Используя занятия, еду или игрушки, которые нравятся вашему ребёнку, вы можете попробовать три варианта создания коммуникации:

- держите предметы вне досягаемости, но на виду у ребёнка — тогда он сможет указать на них или потянуться к ним;
- предложите ребёнку выбор, показав ему два предмета, которые будут в его поле зрения, но вне досягаемости; спросите: «ты хочешь книгу или мяч?»;
- давайте предметы по частям, по одному за один раз, а остальные держите вне досягаемости ребёнка; подождите, попросит ли он ещё.

Запомните, что никогда не следует прятать от ребёнка еду или воду! Давайте ребёнку еду и воду каждый раз, когда вам кажется, что они ему требуются.



Давайте предметы по частям

Рекомендация 4

Создавайте возможности, чтобы ребёнок мог поделиться, выполняя повседневные домашние дела.

Выполняя повседневные дела и играя вместе с ребёнком, ждите, пока ребёнок поделится.

Если он этого не делает, покажите и скажите (продемонстрируйте слова и жесты, которые может использовать ваш ребёнок) и подождите, пока ребёнок поделится в ответ.

Попробуйте что-то неожиданное или забавное и посмотрите, поделится ли ребёнок с вами случившимся.



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.

Выполняя это занятие, выделите не менее пяти минут на то, чтобы понаблюдать, когда ваш ребёнок общается с целью поделиться или попросить.

Вы можете создавать возможности, чтобы ребёнок с вами поделился, используя такие приёмы, как ожидание, демонстрация слов и жестов, с помощью которых ребёнок может поделиться, и снова подождать, чтобы посмотреть, попытается ли ребёнок их использовать.

Вы можете создавать возможности, чтобы ребёнок попросил, используя следующие приёмы:

- держите предметы, которые нравятся ребёнку, вне досягаемости, но на виду у ребёнка;
- предлагайте ребёнку выбор из двух вещей;
- давайте предметы, которые хочет ваш ребёнок, по одному.

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

Роберт пытается помочь своей дочери Ане научиться просить что-либо. Что он может сделать, чтобы помочь ей научиться просить во время приёма пищи?

- a. Предложить ей выбрать один из двух видов фруктов, держа их так, чтобы она не могла до них дотянуться, и спросив: «Ты будешь банан или дыню?»
- b. Отломить маленький кусочек банана и дать его Ане, а затем подождать, попросит ли она ещё кусочек.
- c. Не давать ей еду, пока она не попросит.
- d. Верные ответы — А и В; неверный ответ — С.

Вопрос 2

Роберт и Аня гуляют на улице. Аня видит большую коричневую собаку и говорит: «Собака!» Роберт замечает, что Аня заинтересовалась собакой. Он хочет повторить и расширить её сообщение. Как ему следует поступить?

- a. Сказать: «Это очень большая коричневая собака!»
 - b. Сказать: «Ого, какая большая собака! Смотри, смотри, а вон на том дереве сидят птицы!»
 - c. Сказать: «Большая собака» — и указать на собаку.
 - d. Посмотреть на собаку и ничего не говорить.
-

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: D. Верные ответы — А и В; неверный ответ — С.

Пояснение:

Вот хорошие приёмы, чтобы помочь ребёнку научиться просить:

- предложите выбор, показав ребёнку два предмета, которые находятся в его поле зрения, но вне досягаемости для него, и спросите ребёнка, какой из предметов он хочет;
- давайте ребёнку что-либо частями, по одной части целого за один раз, а остальное держите вне его досягаемости; подождите, попросит ли ребёнок ещё;
- держите предметы вне досягаемости, но на виду у ребёнка, чтобы он мог указать на них или потянуться к ним.

Почему ответ С неверный: если вы будете прятать от ребёнка еду или воду, это не поможет ему учиться. Даже если Аня не попытается попросить еду, её отцу следует давать ей еду и воду каждый раз, когда это необходимо.

Вопрос 2

Ответ: С. Сказать: «Большая собака» — и указать на собаку.

Пояснение:

Если вы заметили, что ваш ребёнок начал коммуникацию, повторите его слова и добавьте одно новое слово. Аня использовала одно слово — «собака», поэтому Роберту следует добавить ещё одно слово. Он может сказать «большая собака», или «коричневая собака», или «собака бежит». Во время разговора также важно использовать жесты, поэтому Роберту следует указать на собаку.

Фраза «Это очень большая коричневая собака!» включает в себя слишком много слов. Кроме того, при её произнесении Роберту следует использовать жесты, например — указать на собаку.

Ответ В также содержит слишком много слов, а кроме того, требует переноса фокуса внимания ребёнка на то, что заинтересовало взрослого, вместо поддержания интереса Ани к собаке.

Жест, указывающий на собаку, должен сопровождаться словами: Роберту следует повторить слово, произнесённое Аней, и добавить ещё одно слово, одновременно указывая на собаку.

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

