

Министерство социального развития
Саратовской области

Государственное бюджетное учреждение
Саратовской области «Балаковский центр социальной
помощи семье и детям
«Семья»



МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

ДЛЯ ПСИХОЛОГОВ
ПО ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ РОДИТЕЛЬСКИХ
ГРУПП С ТРЕНИНГОМ НАВЫКОВ
ЭФФЕКТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ
С АУТИЧНЫМ РЕБЕНКОМ

2001

Балаково

Тема IX. Построение развивающей игры

Игра как наиболее важная форма активности ребенка. Функции игры.

Особенности игры аутичных детей. Рассказы родителей о том, как играют их дети, какие игры предпочитают, что в игре ребенка кажется им странным.

Обсуждение характерных особенностей игры аутичных детей, возможность для подключения родителя к игре ребенка и способов её развития.

Ролевая игра. Родители тренируются комментировать различные игровые действия, аутистимуляции ребенка, подключаясь к игре и развивая игровой сюжет.

Обсуждение видеозаписи совместной игры ребенка со специалистом и с родителями.

Домашнее задание: Организовать игровые занятия с ребенком, в ходе которых стараются отслеживать привычные способы взаимодействия с ребенком и применять способы, которые обсуждались и отрабатывались на занятии.

Тема X. Построение целенаправленного действия

Основная трудность - повышенная пресыщаемость ребенка. Необходимость смены периодов контакта, направленного действия ребенка периодами отдыха до наступления пресыщения. Постепенное увеличение продолжительности периодов целенаправленной работы - постепенное снижение пресыщаемости.

Применение разных форм подкрепления и отработанных способов установления ограничений в процессе построения целенаправленного действия.

Тема XI. Страхи

Как выявлять страхи и объекты, их вызывающие: параметры, на которые мы ориентируемся. Как справляться со страхами: создание ситуации «острой безопасности», введение в игру элементов психодрамы. Профилактика страхов, избегание сверхсильных воздействий на ребенка, недопустимость фиксации ребенка на пугающей ситуации.

Тема XII. Агрессивное поведение у аутичных детей

Различение возможных смыслов агрессивного поведения и соответствующих вариантов помощи ребенку в этой ситуации:

- агрессивное поведение как попытка справиться со страхом, дискомфортом. Определение причин дискомфорта - объекта или ситуации, вызывающей страх, и работа по преодолению страха и устранению дискомфортной ситуации;

- агрессия как попытка вступления в контакт, вызова взрослого на сильную эмоциональную реакцию. Недопустимость подкрепления такого поведения ребенка сильной эмоцией. Признание, принятие его чувств и желаний, четкое установление запрета на агрессивное действие как способ выражения этих чувств, предложение альтернативного способа;

- агрессия как влечение. Недопустимость подкрепления, попытка переключения;

- генерализованная агрессия. Устранение дискомфортной ситуации, предложение альтернативного выхода из неё, альтернативного способа снятия напряжения;

- самоагрессия. Четкое установление ограничений. Перевод самоагрессии в агрессию и дальнейшая работа с агрессивным поведением.

Тема XIII. Аутичный ребенок в семейной системе и в социуме

Проблема контакта с окружающими людьми, детьми, в том числе с братьями и сестрами и позиция родителей в этих ситуациях. Реакция родителей на восприятие их ребенка другими людьми. Перенесение акцента с социальных штампов и предрассудков на реальность конкретного взаимодействия с ребенком и возможности оптимизации этого взаимодействия.

3) в комментарии стоит избегать оценок, так как разделение чувств, действий, желаний ребенка на "хорошие" и "плохие" ограничивает свободу самовыражения ребенка и нагружает его чувством вины и ощущением собственной неполноценности. В то же время нужно указывать ребёнку на неэффективные способы проявлений чувств.

Обсуждение: Какое поведение можно назвать неэффективным и на основании каких критериев? В ходе групповой дискуссии выработать объективные критерии, чтобы не определять как неэффективное всякое поведение ребенка, которое повышает уровень тревожности родителя.

Вопрос определения эффективности того или иного поведения ребенка тесно связан с вопросом подкрепления определенных форм поведения.

Обсуждение: Какие внутренние и внешние средства мы привлекаем для подкрепления позитивного или негативного поведения?";

4) сообщение о состоянии ребенка лучше делать в утвердительной форме повествовательного предложения: "Похоже, ты так расстроился, что даже слезы появились на глазах", а не "Ты что, плачешь?", так как в этом случае взрослый как бы ставит под сомнение реальный факт, и ребенок произвольно делает вывод, что есть чувства "нежелательные";

5) комментарий должен быть эмоциональным. Если родитель никак не проявляет своих чувств, неестественность его поведения настораживает ребенка, повышает уровень его тревожности. С другой стороны, не стоит утрировать свою эмоциональную реакцию, так как в этом случае ребенок начинает сомневаться в адекватности своей собственной реакции.

6) комментарий должен быть коротким, четким, переключаясь с чувствами ребенка;

7) предоставление ребенку права самому принимать решения. Дезадаптивное поведение ребенка с искаженным развитием, казалось бы, ставит под сомнение целесообразность этого пункта. В связи с этим важно обсудить с родителями конкретные достижения детей (*зону актуального развития*), а также *зону ближайшего развития*. Это поможет увидеть, что даже аутичный ребенок с полевым поведением имеет право на выбор, на принятие решения (например, какую дистанцию выбрать в контакте со взрослым и т.д.). Эту ситуацию необходимо отметить, сообщив ребенку: "Я принимаю это, ты имеешь на это право, ты решаешь".

В случае, когда ребенок испытывает сверхпривязанность к взрослому и старается во всем соответствовать его требованиям и ожиданиям, задача взрослого - создать такую атмосферу, которая помогла бы ребенку почувствовать себя компетентным: "Ты не знаешь, с чего начать, и ждешь от меня подсказки, но это ты можешь решить сам".

Разбор типичных ситуаций - важный элемент тренинга.

Видеозаписи взаимодействия специалиста и ребёнка.

Ролевая игра на отработку навыков комментирования с последующим *групповым обсуждением*.

Домашнее задание: отследить и записать свои привычные комментарии действий ребенка, попробовать применить комментарий, удовлетворяющий предложенным требованиям, и проследить, есть ли разница в поведении ребенка.

Тема VIII. Установление границ во взаимодействии между родителем и аутичным ребенком

Проблема управления ребенком, купирования нежелательного поведения. Необходимость установления ограничений. *Разбор ситуаций*, в ходе которых родителями накладывались ограничения на те или иные поступки ребенка. Акцент на связи между формой установления ограничения и реакцией ребенка. Совместная выработка четких критериев, на основании которых накладываются ограничения. Правила установления ограничений.

Ролевая игра - тренинг навыков установления ограничений. Сначала ведущий может устанавливать ограничения в ситуациях того или иного поведения ребенка, которые предлагают участники группы. Затем участники группы тренируются в установлении ограничений.

Расстройства аутистического спектра - вид искаженного психического развития, который формирует особые черты личности ребенка. Основная забота по обучению и воспитанию аутичного ребёнка ложится на его родителей и близких. Поэтому оказание психолого-педагогической помощи семье ребёнка с расстройством аутистического спектра является важным элементом комплексного подхода в процессе коррекции данных расстройств.

Одной из эффективных форм работы с родителями является организация работы родительских групп с тренингом навыков эффективного взаимодействия родителя с аутичным ребенком.

ЦЕЛЬ РАБОТЫ ГРУППЫ - помочь каждому родителю оптимизировать общение с ребенком, чтобы оно максимально способствовало не только коррекции отклонений в психическом развитии ребенка, но и его личностному развитию.

ЗАДАЧИ РАБОТЫ ГРУППЫ:

- развитие у родителей способности отслеживать и изменять привычные модели общения с ребенком, ориентируясь на его состояние;
- овладение конкретными навыками эффективного, развивающего взаимодействия с ребёнком;
- повышение уверенности родителей в своей компетентности, снижение уровня тревожности и напряженности в общении с ребенком, развитие эмпатического реагирования.

ПРЕИМУЩЕСТВА ГРУППОВОЙ РАБОТЫ по сравнению с индивидуальными и семейными консультациями по вопросам оптимизации общения с аутичным ребенком:

- в группе каждый родитель имеет возможность вступать во взаимодействие и получать обратную связь, в ходе групповой дискуссии обмениваться информацией и опытом решения проблем, получать эмоциональную поддержку;
- работа в группе – это исследование взаимоотношений, развитие умения находить выход самостоятельно, опираясь на собственные ресурсы, а не предоставление готовых рекомендаций или методических указаний специалистом;
- при общении один на один с родителем специалисту бывает гораздо труднее преодолеть сопротивление родителя и довести до его сведения необходимую информацию. Такие попытки специалиста часто воспринимаются родителем как некоторое обвинение в недостаточном внимании к своему ребенку, в нежелании с ним заниматься, и в результате родители занимают защитную позицию. В группе каждый участник встречи решает свои проблемы совместно с другими. Когда обратная связь,

которую получает родитель, идет от других участников группы, а не непосредственно от специалистов, она воспринимается им более полно и адекватно, оказывается более действенной.

Необходимым ПРИНЦИПОМ РАБОТЫ является переориентация родителей с позиции слушателя на позицию активного исследователя своего общения с ребенком. Такой подход помогает родителям почувствовать и принять свою долю ответственности и за процесс психокоррекции и развитие ребенка.

Тема VI. Параметры определения состояния ребенка

- а) мышечный тонус;
- б) мимика;
- в) поза ребенка, его движение (например, стереотипный бег или свободное передвижение, дистанция, напряженность-расслабленность движений);
- г) глазной контакт;
- л) частота аутостимуляционных проявлений;
- е) характеристики голоса (высота, тембр, напряженность, устойчивость);
- ж) вербальные проявления (стереотипные выкрики как вид аутостимуляции, изменение вербальной активности, комментирование, обращенная речь и др.)

Обсуждение индивидуальной значимости каждого из параметров как признака комфортного или дискомфортного состояния ребёнка.

Домашнее задание

Цель: развитие умения различать состояние ребенка, выделять ситуации, в которых возникает то или иное состояние.

"Подумайте, как Вы определяете комфортное и дискомфортное состояние Вашего ребенка? Попробуйте выделить индивидуально значимые признаки этих двух состояний для Вашего ребенка и отследить, какие из них Вам легче всего уловить, чтобы ориентироваться на них".

Тема VII. Построение контакта с аутичным ребенком

1. Варьирование интенсивности контакта: изменение позы, дистанции, тембра и громкости голоса, частоты и продолжительности глазного, тактильного и вербального контакта.

Ролевая игра.

Обсуждение: участники делятся своими наблюдениями, впечатлениями, представляя "актерам" обратную связь.

Домашнее задание: Родителям предлагается варьировать параметры интенсивности и контакта, ориентируясь на изменение состояния ребенка.

2. Содержание контакта с аутичным ребенком.

Комментарий действий и чувств ребенка - важная форма вербального контакта, позволяющая показать ребёнку, что мы понимаем его состояние и готовы к сотрудничеству.

Начать работу можно с того, чтобы попытаться сформировать установку, создать внутренний настрой, которые помогут войти в контакт с ребенком, используя следующий текст обращения к ребенку: "Ты отдельная самостоятельная личность. Я могу принять тебя, а не требовать от тебя нужных мне перемен. Я хочу быть рядом, почувствовать то, что чувствуешь ты. Мы партнеры. Я доверяю твоим действиям и желаниям, принимаю их. Я не хочу судить и оценивать как-либо твоё поведение и поэтому я откровенно поделюсь с тобой тем, что я вижу, пытаюсь понять и отразить то, что с тобой происходит". После этого родителям предлагается поделиться своими чувствами.

Обсуждение правил построения словесного комментария

1) отражая значимость для нас личности ребенка, употреблять личное местоимение во втором лице единственного числа: "Ты смотришь на эти игрушки и, похоже, не можешь решить, с чего начать".

2) настроенность на ребенка, внимание к его чувствам, действиям, желаниям можно отразить в комментариях: "Ты расстроен, что...", "Ты хочешь, чтобы сейчас..." и т.д.;

Перечень тем и их содержание может изменяться и дополняться в зависимости от актуальности тех или иных проблем для родителей.

Тема I. Динамика родительских позиций

Чувства родителей, интерпретация родителями состояния ребёнка и собственного состояния на момент постановки диагноза и на момент проведения занятия группы.

Вопросы для групповой беседы: Как Вы восприняли ситуацию и перспективы развития ребенка, когда заметили особенности в его развитии, узнали диагноз? Как это повлияло на Вашу жизнь и жизнь Вашей семьи? Как менялось Ваше восприятие ребенка и понимание своей роли в процессе его развития?

Совместная выработка позиций по отношению к состоянию и особенностям ребенка, возможностям его развития.

Тема II. Особенности развития аутичного ребенка. Разнообразие индивидуальных проявлений в рамках одного синдрома

Общие закономерности и уникальность пути развития каждого ребенка. Рассказ родителей о своих детях.

Доминирующее положение в структуре синдрома занимают нарушения общения, связанные, прежде всего, с сензитивностью и пресыщаемостью в контактах. Способы защиты от сверхсильных воздействий - аутостимуляции, уход в себя, агрессия и самоагрессия.

Тема III. Родительский контроль и личностное развитие ребёнка

Понятие процесса развития ребенка. Стремление к "управляемости" ребенка, его умению подчиняться внешним требованиям, контролю взрослого или формирование внутреннего контроля/

Развитие произвольного управления собой, самоконтроля - наиболее важные моменты в развитии личности.

Тема IV. Взаимодействие в диаде "родитель - ребенок"

Роль эмоционального общения с родителями (прежде всего с матерью) в развитии ребенка. Принятие ребенка, формирование у него чувства безопасности как основы становления и развития его инициативности в познании, открытии окружающего мира и себя, границ и возможностей своего "Я". Особенности формирования отношений в диаде "родитель - ребенок", если ребенок аутичен.

Разные стили взаимодействия матери и ребенка: от отчуждения до слияния, симбиоза. Смещение разных стилей.

Тема V. Преодоление отчуждения и отказ от слияния, симбиоза. Эмпатическое восприятие эмоционального состояния ребенка

Распознавание разных эмоциональных состояний, которые могут стоять за, казалось бы, одним и тем же поведением ребенка (агрессивное поведение, смех - какие они бывают разные!).

Необходимость ориентироваться на внутреннее состояние ребенка, его чувства, потребности и отличать их от своих чувств и потребностей.

Домашнее задание

Цель: развитие родительской сензитивности и восприятия ребенка.

"Набрать 5-6 ситуаций взаимодействия с ребенком и проанализировать их, ответив на вопросы: Что я чувствую в данной ситуации общения с ребенком? Что я делаю? Какие мысли по поводу этой ситуации у меня возникают? Что чувствует ребенок в этой ситуации? Что ребенок сообщает мне своим поведением?".

Предъявление родителями запроса, его уточнение и формулирование проблемы*

Активный поиск возможных решений проблемы членами группы, при необходимости - выработка оптимальных вариантов поведения в той или иной ситуации

Ассимиляция полученной информации, соотнесение ее с прежним опытом, с системой представлений, стилем общения с ребёнком и т.д.

*Во избежание неверной интерпретации, уточняя запрос родителей, касающийся поведения и чувств ребёнка в конкретной ситуации, необходимо попросить их привести пример ещё 2-3 ситуаций, в которых отмечалось описанное состояние или поведение ребёнка.

В результате уточнения запроса может быть выявлен ряд стоящих за ним проблем, требующих решения:

- поиск путей решения той или иной ситуации общения с ребенком;
- противоречивые чувства родителя по отношению к ребенку и к себе.

Для эффективной проработки проблемы чувств участников возможно несколько вариантов работы с родителями:

- параллельное ведение терапевтической группы в том же составе;
- деление встреч на две части: обучающую и терапевтическую;
- исследование чувств участников в процессе работы группы, когда в этом возникает необходимость. В это исследование целесообразно углубляться настолько, насколько это необходимо для продолжения процесса обучения в данный момент; подробное рассмотрение и решение проблемы следует отложить до ближайшего терапевтического сеанса.

Начать занятия группы необходимо с проведения вводного занятия, на котором следует обсудить с родителями их ожидания от предстоящей работы и совместно определить цели и задачи группы.

Этапы работы группы

Дискуссия

Основная форма работы в группе. Предполагает совместное обсуждение какого-либо спорного вопроса, попытку продвинуться к поиску истины, что позволяет прояснить (возможно, изменить) мнение, позиции, установки и ценности родителей. Групповая дискуссия может быть использована в целях предоставления возможности увидеть проблему с разных сторон. По мере развертывания дискуссии в нее можно включать элементы проигрывания ситуаций и видеокоррекции.

Ролевая игра

Проводится после обсуждения в рамках темы (там, где это возможно).
Во время игры кто-то из родителей исполняет свою роль, а кто-то - роль ребенка и/или других членов семьи (как того требует ситуация). Члены группы поочередно участвуют в ролевой игре.

Родители получают возможность отследить свои обычные модели взаимодействия с ребенком, а также проиграть выработанные в ходе дискуссии варианты поведения и разрешения ситуации. По завершении проводится обсуждение, в ходе которого "актеры" и "зрители" делятся своими ощущениями, предоставляют обратную связь об эмоциональном реагировании и поведении в целом, получают такую информацию и о себе, уточняют и корректируют выработанные способы поведения.

Просмотр и обсуждение видеозаписей игр и других видов взаимодействия специалиста или родителя с ребенком

Обеспечивает наглядность информации.
У каждого участника есть возможность в любой момент остановить фильм и задать вопрос. По окончании смыслового отрезка и всего фильма проводится дискуссия.

Возможно, кто-либо из родителей выразит желание показать таким образом свое взаимодействие с ребенком и вынести его на обсуждение группы. Для этой цели можно использовать зеркало Гезелла. Повышенная сензитивность аутичных детей к присутствию людей, особенно посторонних, не позволяет группе непосредственно наблюдать за взаимодействием родителя с ребенком.

Домашнее задание

Является самой важной формой работы. Зависит от темы занятия и направлено на развитие у родителей сензитивности по отношению к ребенку и эмпатического реагирования.

Родители получают «домашнее задание» в конце каждой встречи и с его обсуждения начинается следующая встреча.

Регулярные попытки заметить и отследить свои привычные модели поведения, эмоционального реагирования при общении с ребенком, понять и почувствовать, что они не являются единственно возможными, позволяют участникам группы менять привычные формы поведения, пробовать другие варианты решения ситуаций, ориентируясь на чувства и потребности (свои и ребенка). Такой опыт ведет членов группы не только к решению конкретных проблем и ситуаций, но и к постепенному изменению родительской позиции и стиля взаимодействия с ребенком в целом.

* Желательно использовать все эти формы при работе над каждой возникающей темой, по крайней мере, там, где это возможно.