

Использование зрительной/визуальной поддержки в работе с учащимися с ОПФР

Что такое визуальная поддержка?

Визуальная поддержка – это использование изображений (картинок, надписей, указателей и др.) для улучшения восприятия и понимания информации.

Она окружает нас в обычной жизни: мы ведем календарь-ежедневник; пользуемся указателями, дорожными знаками; заказываем еду в ресторане по картинке в меню; собираем мебель и готовим еду по инструкции; составляем списки покупок, когда собираемся в магазин; пользуемся картами и навигаторами и т.д. Визуальная поддержка наглядно иллюстрирует важные правила (куда пройти, где остановиться, куда не стоит идти, чего не стоит делать и т.д.) и очень помогает туристам, если они находятся в стране, языком которой не владеют.

Почему визуальная поддержка помогает понимать происходящее?

Представим себе, что мы находимся на вокзале или в аэропорту. Вокруг много людей и довольно шумно. Это может вызывать тревогу и дискомфорт, особенно если есть риск опоздать на самолет или поезд. Для того чтобы понять, куда пройти, мы смотрим на табло отправления поездов/ самолетов. Если нужно получить дополнительную информацию, мы будем искать информационную стойку (ее обозначение тоже будет являться визуальной поддержкой). Таким образом, визуальная поддержка помогает сориентироваться в ситуации и добиться своей цели.

Для многих людей с особенностями психофизического развития (аутистические нарушения, гиперактивность и дефицит внимания, когнитивные нарушения и др.) визуальный канал восприятия информации является ведущим. Зрительно представленная информация обрабатывается и сохраняется человеком проще и успешнее, чем информация, полученная на слух.

Визуальная поддержка помогает:

- лучше запоминать информацию;
- выделять важное, главное;
- снижать тревогу и чувство неопределенности;
- понимать правила;
- прояснять абстрактные понятия, например: время;
- принимать изменения.

Кроме того, она помогает самостоятельно справляться с задачей, не полагаясь на помощь или подсказки других людей.

Виды визуальной поддержки

Расписание

Расписание показывает, куда нужно идти и что будет происходить в этом месте. Самые простые расписания могут иметь форму «сначала – потом» и быть представлены в виде знакомых человеку объектов или картинок (например, сначала рисуем, а потом идем пить чай). Со временем, когда человек научится пользоваться простым расписанием, оно может усложняться.

Визуальное расписание



Визуальное расписание не всегда состоит только из картинок. Это могут быть написанные слова или фразы. Важно, чтобы расписание облегчало понимание информации, а значит, оно должно быть представлено в том виде, который является для человека наиболее удобным (ведь мы не ведем свой календарь на иностранном языке).

Расписание помогает понять, что будет происходить, однако не даёт понимания, как нужно выполнять задачу. В этом могут помочь визуальными представленными последовательности действий.

Для создания визуальных последовательностей задача, которую необходимо выполнить, разбивается на более мелкие составляющие, которые и демонстрируют последовательность ее выполнения. Так, например, можно визуально представить последовательность действий:

- мытьё рук;
- использование туалета;
- подготовка ко сну;
- приготовление еды.

Использование визуальных последовательностей помогает человеку более успешно справляться с поставленными задачами.

Расписание активностей используется для обучения человека самостоятельному выполнению последовательности задач. Это может быть простая последовательность выполнения знакомых ребенку игровых задач (сложить пазл, собрать пирамидку и т.д.); последовательность выполнения разминочных упражнений; использования оборудования в спортзале или на детской площадке; последовательность и очередность игр с другими детьми; последовательность действий при загрузке стиральной или посудомоечной машины и многое другое.



Самые простые формы расписаний активностей, которые используются с маленькими детьми, представляют собой альбом, на каждой из страниц которого размещено изображение задания или игрушки. Открыв расписание активности, ребенок смотрит на первую страницу, идет туда, где находятся материалы (например, к стеллажу или специальной полке), берет контейнер с соответствующим заданием, выполняет его, убирает в контейнер, относит на место, переворачивает страницу, выполняет следующее задание. На последней странице может находиться изображение подкрепления (предпочитаемой ребенком игрушки или еды). Ребенок съедает кусочек любимой еды (играет с игрушкой или смотрит отрывок любимого мультфильма). На этом выполнение расписания активности заканчивается. Ребенок закрывает альбом и убирает его на место.

Важной особенностью обучения использованию расписания активности является то, что применяются только физические подсказки, от которых затем постепенно отходят по мере того, как ребенок осваивает расписание. В расписание активности включают только те задачи, которые ребенок уже может выполнять самостоятельно. Если

ребенок не умеет выполнять задания, им предварительно обучают во время индивидуального занятия.

Есть и другие примеры визуальной поддержки: визуальное расписание занятий, визуальное расписание на день, зрительная поддержка в раздевалке и др.



Визуальные таймеры

Некоторым людям с особыми потребностями трудно пользоваться часами для понимания времени. Поэтому, например, фразы «не сейчас», «через 15 минут» могут восприниматься ими как отказ в желаемом и вызывать проблемное поведение.

Визуальное представление времени помогает человеку понять, когда начнется или закончится определенная активность, например: когда нужно закончить играть и начать убирать игрушки, когда закончится урок и начнется перемена, как долго готовится еда и т.д.

Многие привыкли пользоваться звуковым таймером (например, звенящим кухонным таймером).

Однако время можно представить и визуально. Самым простым визуальным таймером являются песочные часы.

Наглядно представленные правила поведения можно использовать для развития социальных навыков и обучения желаемому поведению.

Визуальное подкрепление правил поведения улучшает понимание человеком с особенностями и облегчает запоминание того, что ожидается от человека, помогает избегать конфликтов.

Для людей с аутизмом важно, чтобы правила содержали то, что нужно делать, а не то, чего не стоит делать, например:

говорить по очереди (вместо «не перебивать»);

поднимать руку (вместо «не выкрикивать с места»);

сидеть за партой (вместо «не бегать по классу»).

Запрет на определенное поведение (например, не кричать) не работает, если человек не понимает, что нужно делать вместо того, чтобы кричать.

Правила поведения могут быть общими для группы людей (класс, группа детского сада) либо могут быть составлены индивидуально для конкретного человека. Если правила составляются для конкретного ребенка, то набор правил должен содержать небольшое количество типов поведения, которые важны именно для него. Учитывая, что у человека с РАС социальная мотивация (хорошо выглядеть в глазах других людей или порадовать кого-то) может быть не особенно развитой, имеет смысл использовать подкрепления, давая человеку наглядно понять, что за следование правилам его ждет определенная награда.

Правила поведения необходимо формулировать четко и понятно, избегая общих формулировок (например, «хорошо себя веду»).

Социальные истории

Нормотипичные дети осваивают социальные навыки, наблюдая за окружающими. Многим социальным навыкам (действия по очереди; как вести себя в общественных местах; как отказываться, если что-то не нравится или не хочется делать; как и на какое расстояние можно подходить к собеседнику; какие слова использовать, а какие не стоит и т.д.) типично развивающегося ребенка обучать не приходится. Это понятные ему, но при этом «неписанные» правила. В случае нарушения какого-то из правил достаточно сделать ребенку замечание, что приведет к изменению поведения в будущем.

Если я ударился...



Детям с аутизмом и когнитивными нарушениями осваивать социальные правила сложнее. Им часто бывает непонятно, почему нужно вести себя определенным образом, труднее понимать эмоции и чувства других людей. Например, почему в театре петь, танцевать и говорить могут только актеры, которые находятся на сцене, почему не стоит обнимать незнакомого человека или вставать во время урока из-за парты в классе и т.д.

Обучиться правилам поведения в конкретных ситуациях помогают визуально представленные социальные истории.

Социальная история – это специально созданная для определенного человека история, которая поясняет социальную ситуацию и то, что делать в этой ситуации.

При подготовке и составлении социальной истории учитываются возраст, индивидуальные способности и интересы человека. Перед написанием социальной истории нужно определить цель, то, что мы хотим достичь, используя историю. Далее нужно понять, где, когда, кто участвует, какова последовательность событий, что происходит, почему.

При составлении социальной истории следует придерживаться определенных правил и структуры.

Социальная история (так же, как и правила поведения) должна содержать описание социально желаемого поведения. Стоит избегать упоминания нежелательного поведения, даже если хотелось бы представить его как то, чего не нужно делать (не драться, не кричать, не толкаться).

Социальная история составляется для конкретной ситуации, в ней содержится описание ожидаемого/желаемого поведения (что будет делать человек, для которого составляется история).

Человека начинают знакомить с социальной историей в привычной для него обстановке заранее (например, с тем, как ведут себя в театре или на приеме у врача, человека начинают знакомить за несколько дней до предстоящего события).

Существуют ситуации или определенные места, которые могут вызывать тревогу или панику (встреча с собаками на улице; посещение стоматолога; посещение аэропорта и предстоящий перелет и т.д.). В этих случаях также может помочь социальная история. Знакомясь с этой историей, человек не только понимает, что от него ожидается и что он может сделать, но и постепенно привыкает к непривычной ситуации, с которой, возможно, он не знаком.

Видеомоделирование

Видеомоделирование напоминает социальную историю. Только она не написана или напечатана на бумаге, а представлена на видео. Многих людей с аутизмом привлекают экраны компьютера или телефона. Этот интерес можно использовать для обучения социальным навыкам.

В данном случае видеомоделирование можно отнести не только к методам визуальной поддержки, но и к важным методам развития социальных навыков.

Отснятый на видео небольшой сюжет о том, как вести себя в определенной ситуации, помогает человеку лучше понять и запомнить то, что от него ожидается. В качестве «героя фильма» может выступать как сам человек (в этом случае часто приходится разучивать и снимать отдельные элементы цепочки желаемого поведения и затем монтировать видеозапись), так и важные для него люди (одноклассники, братья или сестры).

Подробнее о визуальной поддержке вы можете прочитать в следующих книгах:

Марлен Дж. Коэн, Питер Ф. Герхардт. Визуальная поддержка. Система действенных методов для развития навыков самостоятельности у детей с аутизмом. – Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2018.

Кэрол Грей. Социальные истории. Инновационная методика для развития социальной компетентности у детей с аутизмом. – Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2018.

Довбня С., Морозова Т., Залогина А., Монова И. Дети с расстройствами аутистического спектра в детском саду и школе: практики с доказанной эффективностью. – СПб.: Сеанс, 2018.