

Польза социальных историй для детей с РАС

Дети с расстройствами аутистического спектра не усваивают основные правила социального поведения, с трудом приобретают необходимые для жизни социальные и коммуникативные навыки. Социализация относится к тем процессам, посредством которых люди учатся совместно и эффективно взаимодействовать друг с другом. Поэтому чтобы хоть как-то помочь ребенку с РАС справиться с проблемой социального взаимодействия, мы применяем в своей практике метод «Социальных Историй».

«Социальные Истории» - широко применяемая во всём мире методика Кэрол Грей, цель которой - помочь развить социальные навыки детям и подросткам с РАС. Кэрол Грей стала первой, кто умение рассказывать истории, сделала актуальной методикой помощи детям с РАС.

Социальная история — это структурированный рассказ, описывающий социальную ситуацию, а также предполагаемое поведение ребенка в этой ситуации. Она представляет собой ясное объяснение того, что происходит в конкретной ситуации, как человек должен действовать, какие чувства и реакции могут возникнуть у участников, и какие последствия могут быть ожидаемы.

Социальная история — это не просто набор инструкций или правил. Это повествовательный текст, который помогает ребенку понять причинно-следственные связи между его поведением и поведением окружающих, а также узнать, как лучше адаптироваться к ситуации. Это рассказ, который описывает ситуацию, с которой ребенок может столкнуться, и предлагает модели правильного поведения, реакции или восприятия этой ситуации. Эти истории являются визуальными и текстовыми подсказками, которые помогают ребенку с аутизмом лучше понять, как действовать в конкретной социальной ситуации.

Чтобы написать социальную историю для конкретного ребёнка, нужно определить цель социальной истории. Например: научить ребёнка определённому навыку (убирать игрушки на места), обучить поведению в разных ситуациях (поведение на детской площадке), описать порядок посещения нового места (парикмахерская) и т. д.

Проанализировать индивидуальные особенности ребёнка и ситуацию, в которой он окажется. Это поможет выбрать тему истории и подобрать информацию, которая поможет ему правильно действовать и избежать стресса.

В начале текста нужно обозначить тему и придумать название, затем раскрыть её в основной части, а в конце подвести итоги. История должна состоять как минимум из трёх частей.

Чтобы история была понятной, нужно ответить на 6 вопросов:

1. О чём история?
2. Кто в ней участвует?
3. Где и когда происходят события?
4. Что происходит?
5. Почему это происходит?
6. К чему это приводит?

Эти вопросы помогут создать сюжет, который будет интересен и полезен. Они позволят избежать излишней информации и сосредоточиться на самом главном. В одном предложении можно дать ответы на несколько вопросов, что сделает текст более точным и информативным.

Обычно истории пишутся от первого лица, например: «В парикмахерской» (Я пойду с мамой в парикмахерскую. Мне страшно. Я начинаю кричать. Это не больно. Я буду сидеть спокойно. Мне сделают стрижку. Я буду красивый!) Социальную историю надо дополнить иллюстрациями, что приведёт к более лёгкому восприятию информации детей с РАС.

Такие истории необходимо читать с детьми как сказку перед сном, каждый вечер, если это касается часто повторяющегося действия (умывания, похода в школу, поездки в общественном транспорте). Или непосредственно перед возникновением новой ситуации, для её понимания и избегания возможных аффективных вспышек.

