

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД «ИСКУССТВО БЫТЬ РЯДОМ»
ПРОЕКТ «ПУТЬ К ВЗРОСЛЕНИЮ»

МЕТОДИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ

ДЛЯ ОЦЕНКИ БАЗОВЫХ АДАПТИВНЫХ НАВЫКОВ
И ОБУЧЕНИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНЫМ АДАПТИВНЫМ НАВЫКАМ

ТРАНСПОРТ



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ



ИСКУССТВО
БЫТЬ
РЯДОМ

Авторский коллектив:

Гончаренко Мария Сергеевна — учитель-дефектолог, супервизор проекта по научно-методическому сопровождению, специалист прикладного анализа поведения, ВСВА, ИВА.

Бурцева Александра Романовна — клинический психолог, методист проекта, специалист прикладного анализа поведения.

Бачурина Анна Евгеньевна — педагог-психолог, ведущая занятий проекта, специалист прикладного анализа поведения.

Оглавление

Введение	4
Практические материалы «Транспорт»	9
1. Анкета для родителей	9
2. Диагностический чек-лист «Базовые навыки»	10
3. Диагностический чек-лист «Транспорт»	11
4. Презентация 1 «Мы знакомимся	12
5. Презентация 2 «Поездка на автобусе»	14
6. Визуальная опора «Цепочка маршрута Автобус»	16

Введение

Социальная значимость

Формирование социально-бытовых компетенций у детей с РАС в процессе обучения рассматривается как необходимое условие для самостоятельной жизни в обществе. Под социально-бытовыми компетенциями понимается набор социальных и адаптивных навыков, которые необходимы для существования в обществе в соответствии с социальными правилами и нормами, а также собственными потребностями человека.

Социальной адаптации мы уделяем особое внимание в связи с необходимостью взаимодействия подростка с окружающей средой. Целью социально-бытовой ориентировки является усвоение общественного опыта, т.е. формирование необходимого запаса знаний, умений и навыков, способствующего успешной адаптации и интеграции в общество. Центральным направлением обучения подростков с РАС является возможное повышение самостоятельности и качества жизни в процессе социальной интеграции.

Определены следующие задачи формирования социально-бытовых компетенций в рамках проекта «Путь к взрослению»:

- поездки и поведение в транспорте;
- покупки в торговом центре и разных магазинах;
- посещение мест общественного питания;
- оформление и получение онлайн-заказов, посещение пунктов выдачи.

Обучающиеся с РАС имеют особенности обучения, такие как трудности с генерализацией, то есть переносом навыка из тренировочной ситуации в реальную жизнь, а также из одной окружающей среды в другую. Кроме того, подростки с РАС не обучаются адаптивным навыкам в естественной среде, следуя примеру взрослого или сверстника, без дополнительной мотивации и организации условий обучения.

Отсутствие навыков социально-бытовой ориентировки мешают взаимодействию с окружающей средой, сверстниками, формированию самостоятельности в обществе. Распространенной является ситуация, когда из-за отсутствия базовых жизненных компетенций подросток с РАС проявляет нежелательное поведение, которое ограничивает возможности семьи и его самого, тем самым повышая риски стигматизации и буллинга.

Актуальность

Мы разработали диагностический инструментарий для оценки готовности к обучению таким сложным адаптивным навыкам, как ездить на автобусе, совершать покупки в магазине, ходить в кафе и рестораны быстрого питания, а также делать заказы в интернет-магазине.

В профессиональных стандартах встречается несколько методов диагностики, а именно AFLS и CALS. Перед работой при анализе тестирований мы обнаружили, что нет полного перечня всех поднавыков, необходимых для таких больших цепочек, а также нет предварительных инструментов диагностики, помогающих оценить готовность к обучению таким жизненно важным компетенциям.

Поэтому в каждый из методов диагностики мы включили пункты, подходящие под конкретное описание навыка, конечную цель цепочки и базовые задачи, по которым следует проводить диагностику.

Диагностический инструментарий по выбранным нами направлениям предлагает структурную и последовательную диагностику готовности к обучению и непосредственному обучению адаптивным цепочкам.

Прикладной анализ поведения

Все специалисты, работающие над проектом «Путь к взрослению», являются поведенческими аналитиками — специалисты-практики и супервизор ВСВА. В тесной связке команда проекта работает над обучением социально-бытовым навыкам с помощью принципов прикладного анализа поведения.

Прикладной анализ поведения (ПАП) — прикладная область науки, в которой принципы поведенческой психологии планомерно применяются для улучшения социально значимого поведения и формирования новых паттернов поведения (в частности адаптивных видов поведения) с помощью базовых поведенческих законов.

Поведенческие аналитики обучают новому поведению с помощью различных методов: отдельных проб, множественных проб, формирования поведенческой цепочки, шейпинга и других. Каждый из них основан на анализе формирования последовательности навыков, а также на поведенческих законах подкрепления реакций.

ПАП как наука, определяется следующими характеристиками:

- **Прикладная:** ПАП уделяет внимание, в первую очередь, социально значимым видам поведения.
- **Поведенческая:** ПАП работает с поведением, а не с мыслями и чувствами, то есть меняется само поведение.
- **Аналитическая:** поведенческий аналитик может так или иначе влиять на то поведение, которое следует изменить.
- **Технологическая:** любой поведенческий аналитик и педагог может воспроизвести программу с теми же результатами. Это означает, что программа обучения должна быть очень детально и тщательно прописана, и места для неоднозначности быть не должно.
- **Концептуальная:** любое исследование и программа в ПАП должны быть концептуально обоснованы с точки зрения основополагающих принципов поведенческих законов.
- **Эффективная:** при применении поведенческих техник результат изменения в поведении всегда отслеживается.
- **Обобщаемость:** поведенческое вмешательство распространяется не только на учебную ситуацию, но и на большое количество ситуаций в разной среде, с разным материалом и разными людьми.

Благодаря этим характеристикам мы можем оценивать эффективность поведенческого вмешательства, воспроизводить его в школе, дома, на занятиях, с разными педагогами, родителями и тьюторами.

Среди других областей педагогики и психологии нет ни одной, которая занимается обучением именно социально значимым формам поведения, а также имеет в доступе различные эффективные методы обучения.

Согласно клиническим рекомендациям «Расстройства аутистического спектра», одобренных МЗ РФ, 2020 г., методики и принципы прикладного анализа поведения — это группа вмешательств с очень высоким уровнем доказательности, которая опирается на результаты рандомизированных контролируемых исследований.

Метод обучения: поведенческая цепочка

Один из методов обучения в ПАП — поведенческая цепочка. Поведенческая цепочка — специфическая последовательность отдельных поведений для каждого из которых имеется определенный отличительный стимул. Каждое выполненное звено цепочки (отдельное поведение) является поощрением для выполненного поведения и отличительным стимулом для следующего звена (отдельного поведения). Каждое звено несет функцию: обусловленное поощрение и отличительный стимул.

Этот метод был описан и разработан специально для обучения навыкам, которые состоят из множества действий или операций. К таким навыкам относятся: адаптивные, социальные, трудовые.

Формирование поведенческой цепочки включает различные методы установления четких последовательностей между предшествующими факторами и реакциями в целях формирования нового навыка. При формировании поведенческой цепочки в прямой последовательности, действия соединяются одно с другим, начиная с первого, а при формировании поведенческой цепочки в обратной последовательности — начиная с последнего.

Давайте на примере формирования поведенческой цепочки «собирать портфель», рассмотрим различные варианты обучения.

Первый этап обучения с помощью поведенческой цепочки — это обозначение цели цепочки. Она должна быть конкретной, четкой, под ней можно представить определенную последовательность. Например, цепочка «собирать рюкзак» может включать в себя большое количество вариаций: планировать свой день, собирать рюкзак в школу по всем урокам, собирать рюкзак на физкультуру, в путешествие и т.д. Мы определим цель как «собирать рюкзак в школу по визуальному расписанию». В этой цели мы точно понимаем, что идет речь о сборах в школу, обозначен способ как собирать.

Второй этап обучения — это составление task analysis, то есть разложение цепочки на конкретные действия. Здесь возможны варианты, в зависимости от уровня и навыков ученика, а также от поставленных задач.

Таблица поведенческой цепочки №1

№	Действие
1.	Взять визуальную подсказку «визуальное расписание»
2.	Подойти к рабочему столу
3.	Взять рюкзак
4.	Поставить рюкзак на стул
5.	Открыть молнию на рюкзаке
6.	Показать на первый пункт в визуальном расписании: русский язык
7.	Взять учебник по русскому языку
8.	Положить в рюкзак
9.	Взять тетрадь по русскому языку
10.	Положить в рюкзак
11.	Взять маркер
12.	Открыть маркер
13.	Отметить пункт в расписании
14.	Показать на второй пункт в визуальном расписании: математика
15.	Взять учебник по математике
16.	Положить в рюкзак
17.	Взять тетрадь по математике
18.	Положить в рюкзак
19.	Взять маркер
20.	Открыть маркер
21.	Отметить пункт в расписании
22.	Показать на третий пункт в визуальном расписании: чтение
23.	Взять учебник по чтению
24.	Положить в рюкзак
25.	Взять маркер
26.	Открыть маркер
27.	Отметить пункт в расписании
28.	Показать на четвертый пункт в визуальном расписании: география
29.	Взять учебник по географии
30.	Положить в рюкзак
31.	Взять маркер
32.	Открыть маркер
33.	Отметить пункт в расписании

34.	Показать на пятый пункт в визуальном расписании: пенал
35.	Положить в рюкзак
36.	Взять маркер
37.	Открыть маркер
38.	Отметить пункт в расписании
39.	Показать на шестой пункт в визуальном расписании: дневник
40.	Положить в рюкзак
41.	Взять маркер
42.	Открыть маркер
43.	Отметить пункт в расписании
44.	Закрыть молнию на рюкзаке

В таблице №1 мы подробно указали каждое действие цепочки, это необходимо, если мы хотим произвести более точный анализ того, что получается у ребенка, а что нет. Благодаря подробному task analysis мы можем продиагностировать в какой конкретной операции затруднение у обучающегося, увидеть уровень подсказки, где мы можем его убрать, а где, наоборот, увеличить.

Таблица поведенческой цепочки №2

№	Действие
1.	Взять визуальную подсказку «визуальное расписание»
2.	Подойти к рабочему столу
3.	Открыть рюкзак
4.	Показать на первый пункт в визуальном расписании: русский язык
5.	Положить в рюкзак
6.	Отметить пункт в расписании
7.	Показать на второй пункт в визуальном расписании: математика
8.	Положить в рюкзак
9.	Отметить пункт в расписании
10.	Показать на третий пункт в визуальном расписании: чтение
11.	Положить в рюкзак
12.	Отметить пункт в расписании
13.	Показать на четвертый пункт в визуальном расписании: география
14.	Положить в рюкзак
15.	Отметить пункт в расписании
16.	Показать на пятый пункт в визуальном расписании: пенал
17.	Положить в рюкзак
18.	Отметить пункт в расписании
19.	Показать на шестой пункт в визуальном расписании: дневник
20.	Положить в рюкзак
21.	Отметить пункт в расписании
22.	Закрыть молнию на рюкзаке

В таблице №2 мы объединили некоторые действия в небольшую цепочку и дали название, например, «отметить пункт в расписании» или «положить в рюкзак». Таким образом, мы видим, что большие цепочки состоят из маленьких цепочек, маленькие цепочки, в свою очередь, можно объединять в большие цепочки. То, как вы будете формировать свою модель

цепочки, напрямую будет влиять на процесс обучения. Всегда исходите из диагностических данных обучающихся, там, где необходимо расширяете цепочку на мелкие операции, а где в этом нет необходимости, объединяйте действия в более крупные операции.

Формирование новых поведенческих цепочек может быть необходимо по нескольким причинам.

Во-первых, это важное направление в обучении детей и подростков с РАС навыкам повседневной жизни (например, самообслуживанию, досугу, посещению мест общественного питания, передвижению по городу). Чем лучше развиты эти навыки, тем больше возможностей у ребенка эффективно функционировать в обществе без сопровождения взрослого. Когда ребенок имеет в репертуаре сложное поведение, сформированное путем обучения всевозможным поведенческим цепочкам, ребенок может быть более самостоятельным.

Во-вторых, используя формирование поведенческой цепочки, можно создавать последовательности из различных трудовых действий, сопровождающихся подкреплением.

Организация среды

Формат занятий предполагает групповую работу, с ограниченным количеством детей (6 человек) и закрытым составом, дети в течение обучения не менялись, а проходили интенсивный курс. Педагогический коллектив во время занятий составлял 4 человека, из которых 1 ведущий группы и 3 тьютора. Всего занятий в цикле 12, а их продолжительность 2 часа.

Первые два занятия педагог (ведущая группы) проводила теоретический блок, для того чтобы ввести базовые понятия и продиагностировать некоторые навыки. Например, в блоке про транспорт это были названия видов транспорта, умение печатать и некоторые другие навыки. Во время теоретического обучения ребята выполняли различные задания, ориентируясь на презентацию и визуальное сопровождение каждого вопроса.

Вспомогательный инструмент каждого занятия — это презентация, она выполняет организующую роль, а также роль визуальной подсказки. Каждое задание дублируется на экране, участник ищет у себя необходимый набор карточек или карту, нужную строку или что-то еще, в зависимости от упражнения.

Все задания ребята выполняли с использованием ноутбуков и при организующей тьюторской поддержке. Если ребенок затрудняется в ответе, то первоочередная задача тьютора направить внимание ребенка на презентацию и дать соответствующую подсказку. После теории групповая работа перешла на стадию тренинга в контролируемых условиях, тренировочные выходы на поиск остановки, проигрывание ситуаций в ресурсном центре, проговаривание правил поведения.

Во время практики группу сопровождали педагог и тьюторы, у каждого ученика были с собой визуальные подсказки и напоминки.

Обязательной частью каждого этапа цикла был сбор данных. Нам очень важно было отслеживать динамику у каждого участника, поэтому на занятиях педагог брала с собой и заполняла специальный чек-лист. Напротив операции она ставила отметку, выполнил этот пункт ребенок сам или с подсказкой. На основании этих данных мы формируем общую картину эффективности обучения.

Все поездки, походы в магазин или интернет-заказ мы планировали таким образом, чтобы детям было интересно выполнять это задание, обязательно должна быть какая-то цель. То есть поездки не только ради поездки, магазин не просто ради магазина, таким образом, мы обуславливали цепочку с чем-то мотивационным, приятным, имеющим конкретную социальную значимость.

Практические материалы «Транспорт»

1. Анкета для родителей

Анкета для заполнения родителями данных об адаптивных навыках использования общественного транспорта.

Постарайтесь подробно описать ситуацию, которая происходит сейчас.

Вопрос	Ответ
Каким видом транспорта сейчас пользуется ребенок? (С родителями / бабушкой / няней и т.д.)	
Знает ли номер автобуса до школы / бабушки и т.д., станции метро, где живет или куда ездит?	
Может ли ребенок пользоваться каким-либо видом транспорта самостоятельно? Был ли такой опыт?	
Как сейчас ребенок ведет себя в транспорте? Есть ли нежелательное поведение?	
Как сейчас ребенок пользуется транспортом? (Делает ли что-то самостоятельно, например, прикладывает билет к валидатору, или на каждом этапе нужна помощь взрослого).	
Есть любимый вид транспорта?	
Может ждать транспорт / свободное место? Если да, то сколько по времени?	
Может определять, когда ему/ей выходить, когда его/её остановка?	
Может стоять во время движения в транспорте или хочет только сидеть? Есть ли какой-то ритуал? (Обязательно у окна или свободное место рядом и т.д.).	
Какие есть у вас ожидания от тренинга и от своего ребенка? Планируете ли вы в ближайшие 5 лет, что ребенок будет пользоваться транспортом самостоятельно без взрослого? Поездка в школу / к бабушке / на занятия.	

2. Диагностический чек-лист «Базовые навыки»

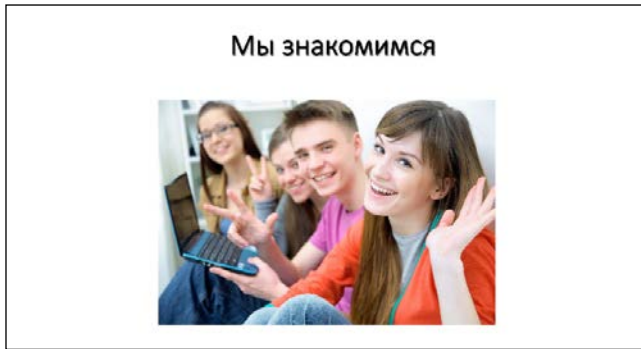
№	Навык	Самостоятельно	Уровень подсказки
1.	Показывать на слух наземный и подземный вид транспорта на картинках и в реальности.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
2.	Наименовывать наземный и подземный вид транспорта на картинках и в реальности.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
3.	Наименовывать по 3 вида транспорта на каждый вид (что едет, что летает, что плавает).		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
4.	Печатать по образцу.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
5.	Печатать название на слух.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
6.	Использовать Яндекс.Карты: вбить адрес точку А, вбить адрес точку В, нажать.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ

3. Диагностический чек-лист «Транспорт»

Чек-лист для поведения «подойти к остановке № и доехать на автобусе до остановки "№"».

№	Действие	Самостоятельно	Уровень подсказки
1.	Встать на остановку.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
2.	Посмотреть на табло.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
3.	Увидеть номер автобуса на табло.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
4.	Сопоставить № автобуса, который подъезжает и №, который нужен.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
5.	Выпустить людей из дверей.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
6.	Зайти в автобус.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
7.	Вытащить билет.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
8.	Приложить билет к валидатору.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
9.	Убрать билет.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
10.	Определить есть ли свободное место.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
11.	Сесть (если есть место).		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
12.	Встать (если нет места).		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
13.	Взяться за поручень.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
14.	Определить свою остановку.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
15.	Считать остановки. Другие варианты выйти на нужной остановке: смотреть в навигатор, слушать объявление / смотреть на табло (метро).		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
16.	Смотреть на табло.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
17.	Встать с места.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
18.	Подойти к дверям.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ
19.	Выйти из дверей.		ПФ ЧФ Ж ВИЗ ВЕРБ

5. Презентация 1 «Мы знакомимся»



Слайд 1

Представься и расскажи о себе

- Меня зовут
- Мне Лет
- Я люблю: выбери свой вариант

Слайд 2

Я люблю играть с ...
Я учусь в школе, в Классе
В школу я езжу на (выбери свой вариант)

Слайд 3

Вопросы от ребят

- Куда ты еще любишь ездить?
- Я люблю ездить в
- Есть у тебя брат или сестра?
- У меня есть

Слайд 4

Виды наземного транспорта.

• Какой транспорт
Пассажирский?

➔

наземный транспорт

Слайд 5

Какой еще пассажирский транспорт не указан?

- Автобус
- Метро
- Трамвай
- Троллейбус

Слайд 6

Немного поиграем. Загадки

- Загадки:
- Чтобы попасть в другой город, на чем туда можно добраться? (Самолет, поезд, пароход).
- Какой транспорт можно увидеть на вокзале? (Поезд, электричка).
- Какой транспорт движется под землей? (Метро).
- Дом по улице идёт, На работу нас везёт. Не на курьих тонких ножках, А в резиновых сапожках. (Автобус).
- Человек стоит, лестница пагает? (Метро).
- Очень быстро в час любой проведу вас под землей. (Метро).

Слайд 7

Тема урока:

Пассажирский транспорт – основное средство передвижения пассажиров внутри города и в пригородах. В последние годы возросла его роль в перевозках между городами и странами.

Слайд 8

Немного поиграем. Кто угадает?

Найди пару



Слайд 9

Это нужно знать:

Как мы пользуемся пассажирским транспортом?

Куда мы можем добраться на автобусе? На метро? На самолете?

Как правильно пользоваться пассажирским транспортом. Сейчас вместе узнаем!

Слайд 10

Самолёт



Автобус



Слайд 11

Итак. Сегодня мы

- 1
- 2
- 3

Слайд 12

На следующем уроке мы будем:

- Учиться составлять маршрут.
- Находить нужный номер автобуса на карте.
- Дойти до остановки.
- Найти на табло нужный маршрут.
- Вернуться в центр.

Слайд 13

***Ребята!
Вы - огромные
молодцы!***

Слайд 14

5. Презентация 2 «Поездка на автобусе»



Слайд 1



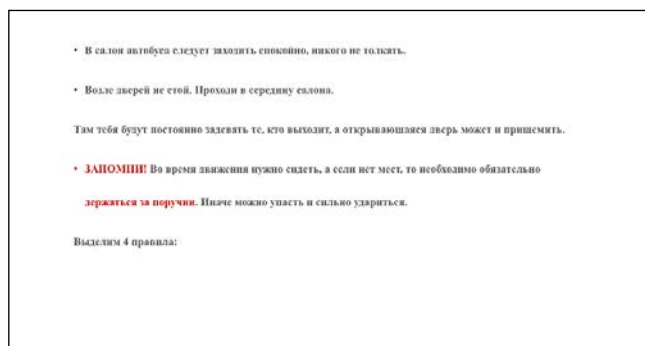
Слайд 2



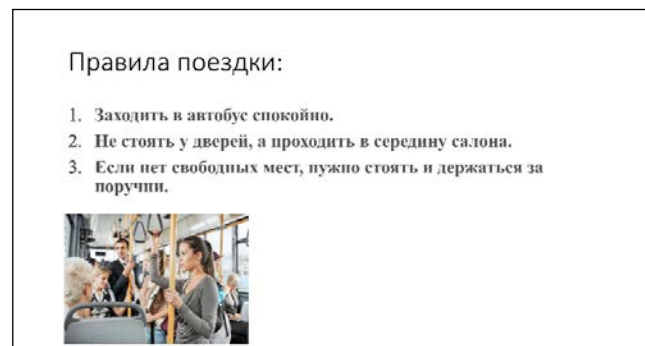
Слайд 3



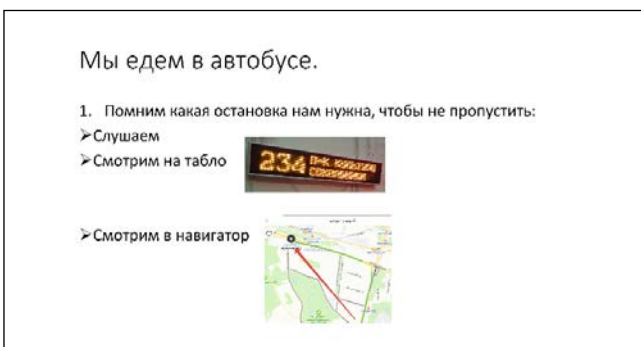
Слайд 4



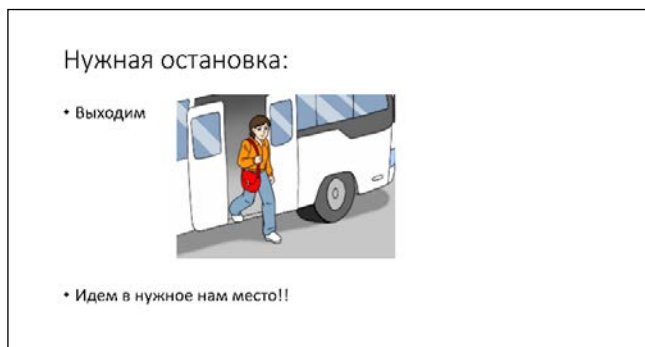
Слайд 5



Слайд 6



Слайд 7



Слайд 8

Играем и тренируемся: поездка на автобусе



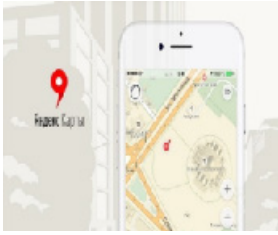










Слайд 9

Задачи:

- Чтобы попасть в другой город на чем туда можно добраться?
- Какой транспорт можно увидеть на вокзале?
- Какой транспорт движется под землей?
- Дом по улице идёт, На работу нас везёт. Не на курьих топких ножках, А в резиновых сапожках.
- Человек стоит, лестница шагает?
- Очень быстро в час любой провезу вас под землей.

Слайд 10

6. Визуальная опора «Цепочка маршрута Автобус»

 <p>Нам нужна карта-навигатор</p>	 <p>Строим маршрут</p>	 <p>Доходим до нужной остановки</p>	 <p>Сверяем номер маршрута</p>
 <p>Ждем автобус</p>	 <p>Заходим в автобус</p>	 <p>Приготовить карту для проезда</p>	 <p>Оплатить проезд</p>
 <p>Если нет свободных мест, то стоим и держимся за поручень</p>	 <p>Следим за маршрутом: читаем остановки, слушаем голос</p>	 <p>Выходим</p>	