

Тренинг общения для подростков и взрослых с последствиями нарушений развития

КРИЧЕВЕЦ Е.А.

Одна из проблем, оказывающих большое влияние на качество жизни молодых людей с последствиями различных нарушений развития, - это неумение полноценно общаться с людьми.

Для молодых людей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью характерны несформированность навыков межличностного общения в среде нормальных людей,

отсутствие потребности в общении, неадекватная самооценка, негативное восприятие других людей, эгоцентризм (4). Общение аутичных молодых людей затруднено из-за ограниченных возможностей вести диалог, коммуникативной наивности, монологичности, недостаточной гибкости в общении, пресыщаемости, низкой стрессоустойчивости (2). Ограниченный круг контактов, недо-



статочный социальный опыт усугубляют свойственные молодым людям с последствиями нарушений развития трудности общения.

В специальной педагогике накоплен опыт работы по развитию навыков общения у подростков и взрослых с различной патологией. Широко известна разработанная Л.М. Шипицыной программа «Навыки общения» для обучения молодых людей с нарушением интеллекта адекватному социальному поведению. Программа рассчитана на большое количество занятий (например, в течение учебного года) и строится по принципу практического освоения норм поведения в различных социальных ситуациях: в семье, в транспорте, в учреждениях, со сверстниками и т. п. (4). Существует опыт клубной работы с подростками и взрослыми с последствиями аутизма, предполагающей регулярные встречи с беседами, чаепитием в течение учебного года и туристические поездки по городам России (2).

В лагере «Живая нить» в течение одной летней смены 2005 г. специалисты попробовали организовать тренинг общения для подростков и взрослых с последствиями разных нарушений развития.

Участниками занятий были 15 подростков и молодых людей (10 юношей и 5 девушек) с последствиями различных тяжелых нарушений развития: 7 человек с аутизмом, четверо – с умственной отсталостью различной степени (от умеренной до тяжелой), двое – с ДЦП, один юноша с последствиями черепно-мозговой травмы и один – страдающий эпилепсией. Возраст самой младшей участницы тренинга - 13 лет, самому старшему – за 30.

11 из 15 человек свободно пользовались речью, у одного было тяжелое нарушение звукопроизношения и еще у 3-х использование активной речи было ограничено, однако и эти ребята могли отвечать на задаваемые вопросы. Например, одному из подопечных, молодому человеку с аутизмом и сниженным интеллектом, приходилось задавать вопросы в специально подобранных формулировках: поскольку он отвечал на вопросы только эхоталочно, то задаваемый ему вопрос должен был содержать перечень возможных ответов.

Зачем же, собственно, специалисты затеяли психологический тренинг с таким «тяжелым» контингентом?

Во-первых, хотелось предоставить ребятам некоторый новый опыт социального взаимодействия. Следует отметить, что за плечами каждого из участников – несколько лет посещения различных социально-реабилитационных мероприятий, работы в мастерских, участия в фольклорных играх; кое-кто работает, самостоятельно передвигается по городу. Каждый из них в лагере не впервые, многие проводили лето в лагерях более 5 раз. То есть, с одной стороны, все эти ребята сравнительно хорошо социализированы (что и дало основания организаторам лагеря считать их готовыми к участию в тренинге), но, с другой стороны, их социальный опыт ограничен набором привычных ситуаций.

Во-вторых, одной из задач тренинга было развитие навыков общения как вербального, так и невербального.

В-третьих, ставилась задача сформировать навык рефлексии, осознания своих переживаний и их обсуждения. Это было связано, в частности, с тем, что именно в этом году в лагере столкнулись с тем, что одного из подопечных провоцировали на агрессию здоровые подростки, отдыхающие в санатории.

В-четвертых, необходимо было сделать шаг к преодолению монологичности (в широком смысле) у некоторых участников лагеря. То есть, помочь увидеть разнообра-





зие точек зрения и чувств людей по поводу одних и тех же событий; что было особенно актуально для аутичных ребят, которые составили костяк группы во время тренинга.

Что касается первой и второй задач, т. е. расширения социального опыта и развития коммуникативных навыков, то их решению способствовали, как представляется, все использованные упражнения да и сама ситуация тренинга, поскольку она оказалась новой для всех участников.

Для работы над рефлексией и преодолением монологичности был широко использован прием обсуждения («шеренга»). Обсуждение проводилось после выполнения каждого «основного» (см. ниже) упражнения и некоторых упражнений из разминки, а если упражнение выполняли не все участники одновременно, то после каждого его выполнения одним участником или парой участников. Кроме того, предметом открытого обсуждения становились и возникающие в процессе тренинга различные ситуации (например, соперничество между двумя молодыми людьми). Понятно, что, по сравнению с обычным тренингом для подростков, здесь возрастает роль ведущего, поскольку речевые возможности многих из участников невысоки, а кроме того, возникает необходимость резюмировать сказанное ребятами, объяснять, вводить дополнительные правила.

Характерный и достаточно комичный пример. После выполнения одного из упражнений («Конфетка») ведущий, участвовавший в упражнении вместе с двумя ребятами, делится своим переживанием: «Я рассердился на Федю, что он все время мешает, тянет нитку в свою сторону». Один из ребят бросается на него с кулаками со словами: «Зачем ты на моего друга сердись?». Ведущий объясняет разницу между гневом и агрессией (т. е.

между чувством, за которое нельзя ругать, и поступком). Надо отметить, что на последующих занятиях больше такого рода сцен не возникало.

Поскольку у большинства из участников занятий наблюдаются трудности организации внимания, истощаемость в общении, ведущие сочли, что работать с группой из 15 человек одновременно было бы нецелесообразно, и составили 3 подгруппы по 5 человек в каждой. В одну из подгрупп были включены 5 наиболее продвинутых в речевом и социальном плане ребят (к тому же, они были хорошо знакомы друг с другом), две другие оказались «послабее». В каждую из подгрупп вошли молодые люди с различными нарушениями развития.

Кроме 5 участников подгруппы и ведущего на занятии обычно присутствовали один-два соведущих, чьей функцией было сопровождение ребят, если возникают какие-то сложности, а также просто участие в качестве «статистов», дающих образец выполнения упражнений. Без них проведение некоторых упражнений, например, с хлопками в круге, было бы просто невозможным; что уже было известно по работе с использованием народных хороводных игр, в которой оптимальное соотношение количества педагогов и клиентов - один, а то и два к одному.

Время занятия было также ограничено до 40-50 минут. Всего с каждой из подгрупп было проведено по 5 занятий.

Обычно занятие состояло из двух частей: разминки и основных игр-упражнений. Следует отметить, что название «разминка» носит здесь несколько условный характер хотя бы потому, что на эту самую разминку тратилась примерно половина времени всего занятия.

В качестве разминки использовались различные упражнения с хлопками.

1. Передать хлопки по кругу;
2. Передать хлопки по кругу со сменой направления;
3. Передать хлопок кому-то (не по очереди);
4. Хлопки по кругу аналогично шитью «назад иголкой»;
5. Хлопки передаются из правой руки в левую, далее из левой руки в правую руку соседа слева;
6. Хлопают по полу одновременно две соседние руки двух человек;
7. Хлопки всей группы одновременно

с ведущим.

Конечно, для некоторых из ребят все эти разминочные упражнения, даже самые элементарные, оказались трудными. Основные сложности, которые возникали у членов групп и над которыми все работали, были такие. Кто-то не мог хлопнуть вовремя, когда до него доходила очередь, кто-то, наоборот, начав хлопать, застревал и не мог остановиться. Трудным было невербальное обращение к товарищу, т. е. хлопанье «кому-то». Некоторые из упражнений удалось освоить только с помощью мяча и вербального проговаривания (типа «два вперед, один назад»).

При работе над упражнением, когда стучат по полу две соседние руки, можно было наблюдать, как некоторые из участников хлопают в свою очередь, не обращая внимания на действия соседа, в то время как другие стараются дождаться хлопка от своего партнера и хлопнуть вместе с ним. В то же время, как это ни удивительно, в каждой паре участников группы, даже если оба – подопечные, хлопок был слаженный).

В упражнении «хлопки одновременно с ведущим» предлагали быть ведущими некоторым из учеников, и они впервые для себя открыли, что ведущим быть, оказывается, трудно, потому что он должен хлопать так, чтобы все за ним успевали (естественно, все это потом проговаривалось при «обсуждении»).

«Основные» упражнения были заимствованы из литературы (1, 3) методом исключения: отбирались из сборников игр те, что соответствовали возможностям речи, концентрации внимания участников тренинга, некоторые из упражнений пришлось упростить.

1. «Конфетка». К конфете привязана нитка, к другому концу которой крепятся еще три нитки. Три участника, держа их за кончики, должны опустить конфету в баночку.

2. «Жужжалки». Водящий должен найти спрятанный предмет, ориентируясь на громкость издаваемого игроками звука «ж-ж-ж» (как в известной детской игре «горячо-холодно»). Все ребята, когда были водящими, старались найти предмет, однако только на «жужжащую» помощь группы ориентировались не все. Некоторым потребовались подсказки или сопровождение, а один аутичный юноша проявил сознательное недоверие к «помощи зала», хотя явно обращал на нее внимание.

3. «Слепой и поводырь». Это известное упражнение оказалось в своем роде кульминацией тренинга. Играли в него на нескольких занятиях в каждой подгруппе.

Сначала наибольший страх и, одновременно, интерес вызывала роль «слепого». Когда ребят опрашивали после первого проигрывания, выяснилось, что всем понравилось быть «поводырями», а «слепыми» быть страшно (один из наиболее развитых в речевом отношении учеников, страдающий аутизмом, в красках расписал всей группе, почему плохо быть на самом деле слепым).

По мере освоения игры акцент сместился на роль «поводыря». При обсуждении на последних занятиях выяснили, что ходить с завязанными глазами понравилось, а вот «поводырем» быть трудно, потому что нужно следить, чтобы подопечный ни на что не наткнулся. Один юноша со сниженным интеллектом, который оказался не очень внимательным «поводырем» (о чем ему стали сообщать остальные), обидевшись, ушел с занятия (к счастью, через некоторое время он смог вернуться и продолжил игру).

4. «Ассоциации». Водящий должен отгадать одного из присутствующих, задавая вопросы типа «На какое дерево (животное, мебель и т. п.) похож этот человек?». Как ни странно, и эта игра была освоена большинством участников. Конечно, чаще всего тому из ребят, кто должен был отгадывать, требовалось сопровождение одного из соведущих, который помогал задавать вопросы, высказывал гипотезы.

Удивительно, но участники тренинга высказывали иногда очень интересные ассоциации. Но особенно поразила довольно отрешенная девушка с последствиями РДА, ассоциации которой были очень точными, образными и быстрыми, в отличие от всех предшествующих ее ответов и действий, например: «лисичка» - о педагоге с рыжими волосами; «ротвейлер», «аист» - об участниках группы, которые действительно очень похожи на названных животных.

Это упражнение оказалось сложным для ребят с трудностями активной речи. Тем не менее, оно вызвало большой интерес. Одного взрослого человека с тяжелой умственной отсталостью очень порадовала сама идея, что кто-то из его товарищей может быть похож на птицу или на посуду; и он неоднократно повторял: «На кого похож...», а затем и пытался высказывать свои ассоци-

ации, пусть и отсроченно, через десять минут, когда все уже приступили к другому упражнению.

Другие упражнения, которые были использованы:

1. «Пусть поменяются местами те, кто...» или упрощенный вариант: «Пусть поднимут руки те, кто...». Водящий называет признак, который подходит одному или нескольким членам группы

2. «Скульптура». Группе предлагалось «слепить» из добровольца памятник какому-либо чувству. Особенно порадовало то, что те из ребят, кто присутствовали на занятиях в прошлом году, когда разбирали мимическое выражение эмоций, точно описывали, какое выражение лица должно быть у «памятника».

3. «Комплименты». Каждый бросает мяч одному из товарищей и говорит ему комплимент.

Конечно, на этом тренинге было много непохожего на обычный тренинг для подростков, да и просто много комичного. Например, один аутичный юноша, когда все делали «скульптуру» радостного человека, который встретил друга, прокомментировал это так: «Как Джон Леннон и Пол Маккартни».

Еще одна иллюстрация. Другой аутичный юноша нередко очень упорно отказывался от участия в упражнениях. Его пришлось долго уговаривать, например, надеть на гла-

за платок. Однако как велика была его радость, когда он, преодолев свой страх, все-таки участвовал в общей игре.

Тем не менее, можно утверждать, что тренинг оказался и полезным, и интересным для всех его участников. После занятий ребята с воодушевлением рассказывали родителям о том, что делали на тренинге. Хотя, конечно, некоторые тоже делали это по-своему: один аутичный юноша после тренинга и игры в «жужжалки» так и ответил на вопрос своей мамы о том, чем он занимался, - «жужжал»).

Когда педагоги спросили у участников групп в конце цикла: какие игры им запомнились, во что хотелось бы сыграть еще раз, были названы все те упражнения, которые использовались во время занятий.

Что же касается пользы, то можно отметить, что многие из ребят преодолевали свои страхи. Некоторые начали обсуждать свои чувства, в том числе и негативные, по поводу происходящего на занятиях.

Можно утверждать, что проводить такого рода тренинги с молодыми людьми с последствиями разных нарушений развития возможно и оправданно. Необходимо, конечно, расширить и уточнить круг используемых упражнений. И, разумеется, было бы чрезвычайно интересно узнать об опыте подобной работы коллег.

Литература

1. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками. – М.: Академия, 2001.
2. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. и др. Аутизм: возрастные особенности и психологическая помощь. – М.: Полиграфсервис, 2003.
3. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. Т. 1-4. - М.: Генезис, 2001.
4. Шипицына Л.М. «Необучаемый» ребенок в семье и обществе. – СПб: Дидактика Плюс, 2002.