

Trening umiejętności społecznych jako forma wspomagania ucznia podczas całego procesu dydaktycznego

Człowiek już od najmłodszych lat w sposób naturalny uczestniczy w treningach umiejętności społecznych podczas codziennego funkcjonowania w środowisku rodzinnym czy też rówieśniczym. U dzieci autystycznych zauważyć można znaczące zaburzenia na tej płaszczyźnie, dlatego trening taki należy przygotować z uwzględnieniem ich trudności i możliwości.

Prawidłowo przeprowadzony trening powinien być poprzedzony bardzo wnikliwą obserwacją dziecka. Odbywa się ona nie tylko podczas zajęć lekcyjnych, lecz prowadzona jest również podczas przerw, wyjazdów klasowych, zajęć pozalekcyjnych. Można więc śmiało powiedzieć, że praca z dzieckiem trwa non stop. Podczas obserwacji dziecka (a mam taką możliwość niemal przez cały dzień przebywania z nim w szkole) analizuję jego zachowania, zwracając uwagę szczególnie na te, które są dla niego samego niezrozumiałe, jak również na te, które nie są akceptowane społecznie. Tu zaczyna się kolejny etap mojej pracy. Muszę stworzyć takie warunki, aby móc przeprowadzić trening, który jak najbardziej będzie odpowiadał naturalnemu procesowi. Nie chodzi tu o zmianę samego zachowania dziecka – praca polega na tym, aby zmienić jego postrzeganie danej sytuacji, jego myślenie i postawę. Kluczowe są przeżycia dziecka. Należy o nich rozmawiać, gdyż każde, nawet nieadekwatne do sytuacji, zachowanie jest przejawem emocji. Trzeba pomóc mu je zrozumieć i nakreślić w jaki adekwatny sposób może je wyrażać.

Trening umiejętności społecznych nie uczy sytuacji, które są zbędne do prawidłowego funkcjonowania. Koncentruje się na tym, co jest najbardziej istotne w danym momencie. Dotyczy on interakcji z ludźmi w środowisku, w którym aktualnie dziecko przebywa. Treningi i ciągła, systematyczna praca prowadzą do przyjęcia nowych, sztucznie nabytych umiejętności i uznania je za „własne”.

Podczas pracy przyjęłam kilka ważnych zasad. Należy do nich między innymi uczenie dziecka obserwacji otoczenia i zachowań rówieśników. Zachęcam je do nawiązywania kontaktów koleżeńskich, do zawierania przyjaźni. Staram się organizować aktywności dziecka podczas przerw, wyjazdów klasowych, imprez szkolnych. Pokazuję, w jaki sposób może wyrażać emocje. Uczę modelowania zachowania. Zwracam uwagę na zagrożenia, uczę sposobów radzenia sobie z niepowodzeniami. Większość działań mam możliwość wdrożyć podczas zajęć rewalidacyjnych – tu jest miejsce na ćwiczenie w warunkach, które dają uczniowi poczucie bezpieczeństwa, wyciszenia i wzajemnego zaufania.

Umiejętności, nad jakimi pracuję podczas zajęć, można podzielić na wiele kategorii. Są to między innymi:

- słuchanie, rozpoczynanie rozmowy, wymiana poglądów, kończenie rozmowy,
- stosowanie podstawowych umiejętności społecznych, np. włączanie się do zabawy, proszenie o pomoc,
- umiejętności emocjonalne: odczytywanie swoich uczuć i uczuć drugiej osoby, wyrażanie uczuć itp.,
- umiejętności planowania, określanie swoich mocnych stron, możliwości, wyznaczanie celu,
- umiejętność radzenia sobie ze stresem,
- szukanie alternatywnych umiejętności wobec agresji.

Techniki, jakimi pracuję

Każda z ćwiczonych umiejętności rozpisywana jest w formie instrukcji. Pozwalam tu uczniowi na własnoręczne pisanie kolejnych etapów ćwiczonej sytuacji, biorę pod uwagę jego propozycje, w miarę potrzeb nakierowuję na prawidłowe rozwiązania. Kolejnym krokiem jest odgrywanie ról. Tu następuje odtworzenie uprzednio napisanej instrukcji. Na początku wcielam się w rolę sama, później następuje odegranie roli przez ucznia. Na tym etapie bardzo często możemy zmodyfikować instrukcję, dodając do niej brakujące elementy, na które wcześniej nie zwróciliśmy uwagi.

Często podczas takich treningów robię zdjęcia, aby na bieżąco monitorować, pokazywać i modyfikować błędne zachowania. Zapis taki może posłużyć również do utworzenia albumów aktywności. Modelowanie jest kolejnym krokiem podczas treningów. Dajemy przez to możliwość wyboru czynności najbardziej przyswajalnej przez uczestnika. Dziecko podczas zajęć otrzymuje informacje zwrotne, które mają charakter pozytywny, ponieważ powinny motywować, a nie zniechęcać. Przez cały czas zwracam również uwagę, aby stopniować trudności, dostosowywać je do możliwości dzieci.

Do dyspozycji w swojej pracy mam wiele dostępnych na rynku narzędzi. Są to karty emocji i sytuacji społecznych, ćwiczenia sprawności komunikacyjnych w formie dialogów. Tworzymy również historyjki społeczne i rozmowy komiksowe. Opracowujemy łańcuchy zdarzeń (potrzebne do modelowania zachowań i wskazywania związków przyczynowo-skutkowych).

Zajęcia treningowe odbywają się na terenie szkoły, jednak są doskonałym podłożem do przeniesienia w teren. Dzieci mają wówczas możliwość przećwiczenia nabytych umiejętności w nowym otoczeniu, przeniesienia ich na inne sytuacje.

Znaczenie umiejętności społecznych jest niezwykle istotne podczas funkcjonowania w środowisku szkolnym. Prawidłowe zachowania pomagają w efektywnym uczeniu się, osiągnięciu sukcesów i w budowaniu „zdrowych” relacji z otoczeniem.