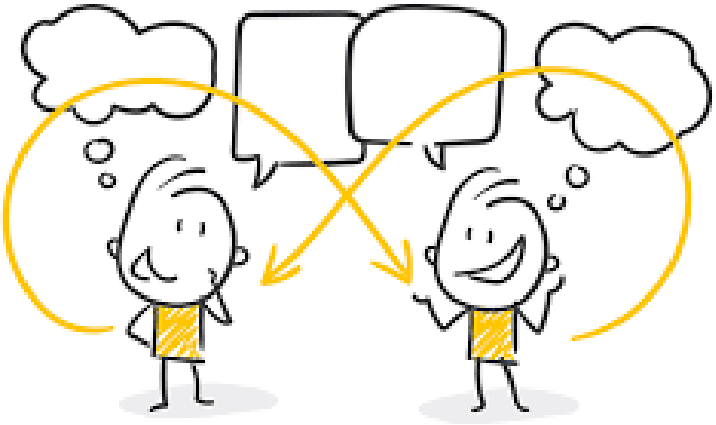

ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ՀՄՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԶԱՐԳԱՑՈՒՄ

Ընդհանուր ակնարկ

Այս նյութը պատրաստվել է «Առուտիզմ Ազգային Հիմնադրամ»–ի աշխատակիցների համար: Այն թարգմանված և հարմարեցված է մեր մշակութային առանձնահատկություններին համապատասխան: Այն կարելի է կիրառել որպես լրացուցիչ աշխատանքային նյութ՝ սոցիալական հմտությունների ոլորտում խոչընդոտներ ունեցող անձանց, այցելուների շրջանում:

Այս մասնագիտական նյութը իր մեջ պարունակում է քայլեր և գործողություններ, որոնք նպաստում են սոցիալական հմտությունների արդյունավետ ձևավորմանը: Այս աշխատանքը կարող են կիրառել ինչպես վերականգնողական աշխատանքներ իրականացնող այնպես էլ հատուկ մանկավարժության և հարակից մասնագետները:

Այս աշխատանքները կիրառելիս պետք է հաշվի առնել սոցիալական հմտությունների ոլորտում խոչընդոտներ ունեցող անձանց, այցելուների հոգեկան գործընթացների զարգացման փուլերը, և հատկապես խոսքային հմտությունները և նրանց ընթացիկ առաջնահերթ ուսուցման կարիքները: Ընտրությունը, թե ինչ հերթականությամբ և առաջնայնությամբ աշխատել հմտությունների ձևավորման շուրջ, մեծապես կախած կլինի մասնագետների դիտարկումներից և գնահատումից, ինչպես նաև ուսուցանվողի առաջնային կարիքից և ունակություններից:

Այս ռեսուրսն օգնում է զարգացնել ինքնուրույնությունը, նպաստում է համայնք–անհատ կապի խթանմանը:

Ի՞ՆՉ ԵՆ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ՀՄՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ

Սոցիալական հմտությունները այն տերմինն է, որը վերաբերում է ուրիշների հետ փոխազդելու անհատի կարողությանը:

Սոցիալական հմտություններ ասվածը բավականին լայն հասկացություն է, որն իր մեջ ներառում է շատ տարբեր այլ կարևոր հմտություններ, որոնք կարող են առաջին հայացքից չպատկանել սոցիալական հմտություններ ասվածին, սակայն իր մեջ կարող է ներառել.

- Սոցիալական կանոնների հասկանալը,
- «Մարմնի լեզուն» ճիշտ հասկանալ և կիրառելը,
- Իրավիճակին համապատասխան, հասկանալի խոսքի կիրառումը,
- Կարեկցելու կարողության ձևավորում և այդ իրավիճակին համապատասխան վարքաձևի կիրառում, այսինքն՝ այն հնարավորություն է ընձեռում անհատին աշխարհը տեսնել և հասկանալ այլ մարդու տեսանկյունից
- Այլ անձանց հետ շփվելիս կիրառել իրավիճակին համապատասխան ձայնի տոն և ձայնի բարձրություն:

Խոսքային գործընթացի և հաղորդակցման դժվարություններ ունեցող շատ անձինք ունեն սոցիալական շփման, փոխազդեցության դժվարություններ:

Կարևորելով սոցիալական հմտությունների դերն ու նշանակությունը, փաստենք, որ դրանք կարևոր են թե՛ պարզապես սոցիալական իրավիճակներում, թե՛ դպրոցում և թե այլ հաստատություններում նմանատիպ իրավիճակներում հայտնված անձանց հետ հարաբերություններ ստեղծելու և պահպանելու տեսանկյունից: Այդ հմտությունները շարունակում են զարգանալ ի պատասխան նոր ստեղծված իրավիճակների, որոնց անձը հանդիպում է կյանքի բոլոր ոլորտներերում առկա փոփոխվող պայմանների դեպքում:

Մասնագետները ունեն հնարավորություն օգնելու բարելավել խոսքային գործընթացի և հաղորդակցման դժվարություններ ունեցող անձանց սոցիալական հմտությունները և այս ուղղությամբ հասնել հաջողությունների:

Դուք կարող եք քննարկել անձանց/այցելուի հետ, թե ինչու են մեզ անհրաժեշտ սոցիալական հմտությունները և բացատրել, թե ինչպես են մեծահասակներն ամեն օր կիրառում այդ սոցիալական հմտություններն աշխատավայրում, հեռախոսով խոսելիս, գնումներ կատարելիս և ընկերների հետ զրուցելիս: Խոսքային գործընթացի և հաղորդակցման դժվարություններ ունեցող անձինք իրենք էլ կարող են օրինակներ բերել և կիսվել իրենց անձնական փորձով:

Ստորև ներկայացվում են մի քանի ընդհանրական սոցիալական հմտություններ, որոնք մասնագետները կարող են կիրառել և սովորեցնել անձանց/այցելուներին.

- Պահել հերթը, կանգնել հերթի մեջ,
- Հաղորդակցման ժամանակ կիրառել աչքի կոնտակտ,
- Հասկանալ զրուցակցին և կիրառել իրավիճակին համապատասխան դեմքի արտահայտություն,
- Կիրառել մարդկանց անունները,
- Օգնել ուրիշներին,
- Կարողանալ խաղի ժամանակ հաղթել և ուրախանալ այդ հաջողություններով, և կամ պարտվել ու միաժամանակ ընդունել պարտությունը,
- Համագործակցել,
- Օգնություն խնդրել,

- Կիրառել համապատասխան տոնայնություն և ձայնի բարձրություն,
- Կարողանալ հաղթահարել կոնֆլիկտները և ելք գտնել,
- Զարգացնել «ակտիվ լսելու ունակություն», այսինքն՝ ունակ լինել լսելու դիմացինին,
- Խոսել թեմայի շուրջ, մնալ խոսակցության թեմայի շրջանակներում,
- Կարողանալ իրականացնել գաղափարների և մտքերի փոխանակում,
- Համբերատար սպասել:

Երբ խոսքային գործընթացի և հաղորդակցման դժվարություններ ունեցող անձը առաջընթաց է գրանցում սոցիալական հմտությունների ուսուցման մեջ, կարելի է ստեղծել ավելի ընդգրկուն և բարդ փոխազդեցության հմտություններ, ինչպիսիք են՝

- Հարաբերությունների ստեղծում և պահպանում ընտանիքի, ընկերների և այլոց հետ,
- Խոսակցությանը մասնակցելը,
- Թիմային աշխատանքին միանալը, թիմում աշխատելու կարողությունը,
- Մտածողության և ուսուցման զարգացումը,
- Հույզերի ըմբռնումն ու կառավարումը,
- Խնդիրների լուծումը և կոնֆլիկտների հաղթահարումը,
- Աշխատավայրում հաջողությունների հասնելը:

ԻՆՉՊԵ՞Ս ԿԱՐՈՂ ԵՆ ՄԱՍՆԱԳԵՏՆԵՐԸ ԱՇԽԱՏԵԼ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ՀՄՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՇՈՒՐՋ

1. Բոլոր հմտություններն առանձնացրեք և միառժամանակ աշխատեք միայն մեկ հմտության վրա,
2. Սովորեցրեք հմտությունը,
3. Կիրառեք հմտությունը, իրականացրեք գործնական փորձարկումներ,
4. Տվեք Ձեր կարծիքը այցելուին սովորածի վերաբերյալ:

1. ԱՇԽԱՏԵՔ ՄԻԱՌԺԱՄԱՆԱԿ ՄԻԱՅՆ ՄԵԿ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ՀՄՏՈՒԹՅԱՆ ՇՈՒՐՋ.

Երբ այցելուի /սովորողի հետ աշխատում եք սոցիալական հմտության վրա, կենտրոնացեք միայն մեկ հմտության շուրջ:

Կարող եք ամեն շաբաթ կենտրոնանալ որևէ 1 հմտության վրա:
Ընտրված հմտությունը/կամ հմտությունների ցանկը փակցրեք դասարանում, տեսանելի վայրում:

2. ՍՈՎՈՐԵՑՐԵՔ ՀՄՏՈՒԹՅՈՒՆԸ.

Օրինակ, եթե դուք ցանկանում եք զրուցելիս «հերթով խոսելու» կանոնի մասին սովորեցնել աշակերտին, ապա՝

– կարող եք քննարկել աշակերտի հետ, բացատրել, որ կարևոր է խոսելիս, զրուցելիս նայել այն անձի դեմքին, աչքերին, ով տվյալ պահին խոսում է,
– չընդհատել և չխոսել, երբ նա/նրանք խոսում են,

– չփոխել խոսակցության թեման,
– կիրառել ձայնային կամ խոսքային օգնող, հավելյալ արտահայտություններ /օր՝. «ահա. . . , «հըմ», «լավ», / ցույց տալու համար, որ դուք հետաքրքրված եք,
– ընդհատեք խոսակցին միայն այն ժամանակ, երբ իսկապես անհրաժեշտ է:

Կարող եք քննարկել Ձեր այցելուի հետ և իմանալ իր կարծիքը, ի՞նչն է նա կարևորում զրուցելիս, ըստ նրա, որո՞նք են կարևոր կանոնները և այլն:

Կարող եք միասին որոշել և գրի առնել այն կանոնները, որոնք համաձայնեցրել եք միասին սովորել և կիրառել: Կարող եք նույնիսկ դրանք վիզուալիզացնել՝ փոքրիկ նկարների, սիմվոլների տեսքով:

Նմանատիպ տարբերակով կարելի է սովորեցնել մյուս հմտությունները և օգտվել համացանցում առկա ռեսուրսներից:

3. Կիրառեք հմտությունը.

– խնդրեք, հորդորեք աշակերտին կիրառել նոր սովորած հմտությունը, բոլոր հնարավոր միջավայրերում և բոլոր հնարավոր անձանց հետ,
– աշակերտը կարող է կիրառել տվյալ հմտությունը ծնողների, քույր/եղբայրների, հարազատների, իր դասարանի մյուս աշակերտների ու մասնագետների, խնամակալների ու այլ անձանց հետ, ում նա տեսնում է ամեն օր,
– կարող եք կիրառել դերային խաղեր, որտեղ աշակերտը հնարավորություն կունենա ստանձնելու այն դերը, որտեղ կկիրառի իր սովորած հմտությունը: Ներգրավեք մյուս աշակերտներին ևս,
– Դուք կարող եք տարբեր իրավիճակներ ստեղծել և շահագրգռել աշակերտին, որ կիրառի հմտությունը, այնուհետև փոխարինել իրական իրավիճակներով:

4. ՏՎԵՔ ՀԵՏԱԴԱՐՁ ԿԱՊ.

Յուրաքանչյուր օրվա վերջում ժամանակ հատկացրեք աշակերտին, ասեք նրան այդ օրվա իր հաջողությունների մասին, որոնք կապված են սոցիալական հմտությունների կիրառման հետ:
Օգնեք սովորողին սոցիալական հմտությունների ձեռք բերումը դիտարկել որպես շատ կարևոր իրադարձություն, ցույց տվեք ձեր հիացմունքը, շեշտադրեք, որ դա շատ կարևոր առաջընթաց է, որպեսզի սովորողը ևս դա ընկալի իր գիտելիքների ձեռքբերման կարևոր բաղադրիչ և մեծ նշանակություն տա դրանց:

Եղեք հնարավորինս կոնկրետ, երբ գովաբանում եք սովորողին: Սովորաբար ընդհանրական կամ սովորական դարձած «ապրե՛ս, շատ լավ է և այլն» արտահայտությունները այլևս չեն գրավում սովորողին և նշանակալից չեն դառնում, հետևաբար կորցնում են իրենց կարևորությունը և դրա կիրառման իմաստը:
Առավել կոնկրետ, վարքը բնութագրող արտահայտություններն ու գովասանքները բարձրացնում են հավանականությունը, որ այդ դրական վարքը կկրկնվի և կկիրառվի:

- Սկզբում մեկնաբանեք վարքագիծը, օր՝ «դու սպասեցիր քո հերթին», «դու խոսեցիր ցածր ձայնով», «դու խաղալիքներովդ կիսվեցիր քրոջդ հետ» և այլն,
- Ապա տվեք դրան անվանում, օր.՝ «այդ քայլդ շատ մտածված էր /բարի էր/ ընկերական/ համբերատար/ օգնող»:

ԴԵՐԱՅԻՆ ԽԱՂԻ ԳԱՂԱՓԱՐՆԵՐ

ԾՆՆԴՅԱՆ ԽՆՋՈՒՅՔ

Պատկերացրեք, որ սովորողը մասնակցելու է ընկերոջ ծննդյան միջոցառմանը:

Սովորեցրեք, փորձեք, ձևացրեք, թե ինչ պետք է անել, երբ առաջին հյուրը դուք եք, երբ պետք է խաղեր խաղաք, երբ պետք է սպասեք մինչև «ծննդյան աղջիկը /տղան» կբացեն նվերները:

Փոխեք դերերը, այժմ թող «ծննդյան աղջիկը/տղան» լինի սովորողը, մնացած երեխաները հյուրերը:

ՍՈՒՊԵՐՄԱՐԿԵՏՈՒՄ

Ձևացրեք, իբրև սուպերմարկետում եք, տվեք սովորողին գնվող իրերի ցանկը: Առաջարկեք դարակներից ընտրել և զամբյուղի մեջ դասավորել:
Այնպիսի իրավիճակ առաջարկեք, երբ կարիք կլինի օգնություն խնդրել աշխատողից:

Սովորեցրեք հերթի մեջ սպասել, դատարկել զամբյուղը, լցնել տոպրակի մեջ և այլն:

Սովորեցրեք խնդրել կտրոնը կամ տալ կուտակային քարտը:

ՌԵՍՏՈՐԱՆՈՒՄ

Ձևացրեք, իբրև սովորողը աշխատում է ռեստորանում, պետք է ուշադիր լսի այցելուին և գրանցի պատվերը:

Փորձեք, սովորեցնել հարց տալ, օր՝ «կցանկանայի՞ք խմիչք, կամ որևէ այլ բան», «կարո՞ղ եմ օգնել Ձեզ ընտրել որևէ բան»:

Փոխեք դերերը, այժմ սովորողը թող հանդես գա այցելուի դերում և պատվիրի որևէ բան:

ԴՊՐՈՑՈՒՄ

Ձևացրեք, իբրև սովորողը «ուսուցիչ» է դպրոցում և պետք է աշակերտներին սովորեցնի նոր դաս:

Ձևացրեք, իբրև աշակերտները աղմկում են և չեն լսում նրան, պատկերացրեք ինչպես է «ուսուցիչը» գրավում նրանց ուշադրությունը:

Փորձեք տեղերը փոխել, այժմ սովորողը աշակերտի դերում է, նա ուշադիր լսում է, հարցեր է տալիս, սպասում է իր հերթին:

Օգտակար հղումներ

1. Royal Wolverhampton Trust UK https://www.royalwolverhampton.nhs.uk/services/service-directory-az/speech-and-language-therapy-children/activities-and-advice/socialcommunication-skills/
2. Worchestershire NHS Trust: https://www.hacw.nhs.uk/childrens-speechand-language-resources/
3. Leeds Community Healthcare NHS Trust: https://www.leedscommunityhealthcare.nhs.uk/our-services-az/speech-and-language-therapy2/speech-and-language-therapytoolkit/
4. https://www.parentingscience.com/social-skills-activities.html (activities for younger children)
5. https://www.afasic.org.uk/download/779/ (ideas for secondary school age young people)

Նյութի հեղինակ՝ *Հռեսսա Հարությունյան /էրգոթերապիստ, ԱՅԿ և կինեզիոլոգիայի մասնագետ/* «Աուտիզմ Ազգային Հիմնադրամ»–ի դեռահասների և երիտասարդների ծրագրի ուսումնական մասի ղեկավար

Խմբագրության համար շնորհակալություն «Աուտիզմ Ազգային Հիմնադրամ»–ի դեռահասների և երիտասարդների ծրագրի ղեկավար՝ *Նելլի Հունանյանին /լոգոպեդ, վարքային թերապիստ/:*

Երևան

2023