

Содержание

Введение	7
Предисловие к изданию на русском языке	15
Глава 1. Научное обоснование селфи–видеомоделирования	17
Глава 2. Процесс создания фильма: от покупки оборудования до просмотра готового видео	53
Глава 3. Оценка результатов	89
Глава 4. Применение селфи–видеомоделирования на практике	95
Глава 5. Часто задаваемые вопросы	112
Список литературы и других источников	120
Словарь терминов	125
Об авторе	127

Введение

Обучение учеников с аутизмом — это большой вызов и для родителей, и для педагогов. Как учить ребёнка, который с трудом включается в выполнение задания, а иногда пускает в ход множество защитных приёмов, чтобы избежать требований тех, кто его обучает?

На сегодняшний день (2009 г. — *Примеч. ред.*) наиболее эффективным обучающим подходом является интенсивное применение прикладного поведенческого анализа¹ (Lovaas, 1987). Использование этого метода предполагает работу по 40 часов в неделю на дому или в клинике. Наилучшего результата можно ожидать, если начать обучение до достижения ребёнком трёх с половиной лет². Вначале этот подход критиковали за применение авersive методов (наказаний); однако с течением времени методики менялись, и методы прикладного поведенческого анализа стали гораздо позитивнее и увлекательнее. В настоящее время в АВА обычно практикуют методы обучения в естественной среде, особенно для маленьких детей, пытаясь следовать за инициативой ребёнка в ходе игрового взаимодействия.

Несмотря на то, что прикладной поведенческий анализ является эффективным обучающим подходом, очень важно продолжать изучение и оценку новых методов обучения детей и взрослых с расстройствами аутистического спектра, которые могли бы стать дополнением или альтернативой методам АВА.

Последние 14 лет автор книги и другие исследователи занимались изучением метода селфи-видеомоделирования (*video self-modeling*, VSM), в котором ребёнок сам для себя выполняет роль обучающей модели. Можно дать ему следующее определение: селфи-видеомоделирование — это манипуляции с видеозаписями, в результате которых человек может увидеть на них своё правильное или сформированное на более высоком уровне по-

¹ **Прикладной поведенческий анализ** (*Applied Behavior Analysis*, АВА) — наука, которая разрабатывает прикладные методики на основе законов поведения, и систематически применяет их для улучшения социально значимого поведения, а также использует эксперимент для поиска переменных, ответственных за изменение поведения. Дж. Купер, Т. Херон, У. Хьюард. Прикладной анализ поведения. Пер. с англ. — М.: Практика, 2016.

² По мнению современных учёных (Роджерс, Доусон, 2018) интенсивное обучение детей с РАС возможно начиная с 9–12 месяцев.

ведение. Например, можно записать, как ребёнок говорит отдельные слова, а затем вырезать эти слова и скомпоновать при помощи программы для монтажа видео. Такие программы входят в набор бесплатных приложений ко всем компьютерам Mac и PC.

Эти программы для монтажа видео позволяют перемещать слова и составлять из них предложения чуть более сложные, чем те, которые ребёнок использует в речи.

Аналогичным образом для ребёнка, проявляющего агрессию в определённых ситуациях, можно записать видео в ходе ролевых игр, в которых он ведёт себя приемлемо в такой же ситуации. Так он одновременно будет и моделью, и зрителем. Я хочу обратить особое внимание на положительную природу селфи-видеомоделирования. Видео монтируют так, чтобы на них были видны только лучшие примеры поведения.

Благодаря проведённым исследованиям, видеомоделирование (обычно с участием сверстников или взрослых в качестве моделей) стало очень популярным среди поведенческих аналитиков, занимающихся поиском методик, которые позволили бы сделать обучение бытовым навыкам привлекательнее для людей с РАС. Позволяя детям выступать в роли моделей для самих себя, мы можем значительно усилить воздействие видеомоделирования на зрителя. Растёт количество исследований, подтверждающих эффективность селфи-видеомоделирования как вмешательства для детей с аутизмом и другими особенностями развития, а их результаты говорят, что данный метод во многих случаях оказывается очень полезным. Однако VSM не используется повсеместно — возможно, из-за недостаточной осведомлённости или недоверия к технологиям.

Основная цель этой книги, — рассказать, как применяется селфи-видеомоделирование, описав клинические случаи, и предоставить подробные инструкции для тех, кто захочет применить эту методику на практике. Руководство предназначено для учителей, консультантов, терапевтов, а самое главное — для родителей. VSM оказалось эффективным для детей и учеников от двух лет и старше, независимо от их способностей и уровня развития. Пользу от VSM может получить любой, кто способен обратить внимание на видео и узнать себя на нём.

Об авторе и его работе

В 1992 году будучи аспирантом в Университете Пенсильвании (*Penn State University*), я искал тему для диссертации. Я стремился найти такую область исследований, которая в наибольшей степени повлияла бы на состояние детей с нарушениями развития, и поэтому присоединился к Программе раннего вмешательства и начал изучать развитие речи и различные

Предисловие к изданию на русском языке

Я был очень рад узнать, что в России появился интерес к публикации моей книги о селфи-видеомоделировании «Лучше один раз увидеть...». Каждый раз при работе с ребёнком с расстройством аутистического спектра я с нетерпением и страхом ожидал результата и видел, что у детей, у которых без особого успеха в течение долгого времени пытались провести работу по плану коррекции поведения, после просмотра единственного видео поведение менялось. Истерики исчезали. В рационе появлялись новые продукты. Улучшались навыки чтения. Расширялся репертуар языковых и социальных навыков. Мы не знаем точно, как при проведении VSM удаётся получить такие результаты, но можем сделать обоснованное предположение. Возможно, это происходит благодаря повышению уверенности в себе, появлению воспоминаний о правильном поведении и/или формированию новых навыков путём визуального обучения. Я счастлив, что у меня появилась возможность поделиться своими знаниями с родителями и специалистами из России.

Мы показываем на видео только положительное поведение, удаляя всё, что может вызвать отрицательную реакцию, а также убирая любые подсказки со стороны учителей и родителей. Также мы пытаемся сделать процесс съёмки фильма увлекательным, часто используя ролевою игру, если это соответствует возможностям ребёнка. Я думаю, вам будет интересно узнать об этом методе.

В книге изложены простые пошаговые инструкции по созданию видеоклипов для VSM. Издатели добавили к моей книге инструкции, как использовать мобильные телефоны для съёмки видеоклипов, ведь моя книга была впервые опубликована в 2009 году и не содержала эту информацию. Сейчас можно снимать, монтировать и просматривать видео ещё быстрее, чем раньше; достаточно просто прикоснуться к экрану телефона или провести по нему пальцем. В первых главах содержится теоретическое обоснование и данные исследований по VSM. Если вас это не интересует, то сразу переходите к следующим главам.

Хочу выразить особую благодарность издательству «ИДЁТ РАБОТА» за интерес, проявленный к моей книге. Я надеюсь, что для читателей в России она окажется полезной, и они получают такие же результаты, какие получил я, работая с замечательными детьми с аутизмом.

С наилучшими пожеланиями моим друзьям из России.

Искренне ваш,

Том Багги

Tom Baggy, Ph.D.

2019 г.

Улучшение настроения и самооценки

В нескольких исследованиях была сделана попытка сравнить селфи–видеомоделирование с другими формами вмешательства. В одном из исследований (Kahn, Kehle, Jenson & Clark, 1990) изучали сравнительную эффективность VSM, релаксации и когнитивно–поведенческой терапии у 68 школьников средних классов с депрессией. Участников в группе селфи–видеомоделирования информировали о цели исследования и научили вести себя несовместимо с признаками депрессии, в частности, поддерживать визуальный контакт, улыбаться, показывать хорошее расположение духа, говорить «приятности» о себе и окружающих. Учеников снимали на видео, и они просматривали свои трёхминутные записи дважды в неделю, от шести до восьми недель.

Значительное улучшение самооценки и уменьшение депрессии наблюдалось во всех трёх группах вмешательства, в сравнении с контрольной группой, в которой не проводили никакого вмешательства. Результаты сохранялись спустя месяц после завершения вмешательства. Оценка проводилась путём опроса родителей, которые оценивали прогресс своих детей в ходе вмешательства.

Улучшение социальных и речевых навыков

Так как у людей с расстройством аутистического спектра с трудом развиваются социальные и речевые навыки, особое место в этой книге выделено для исследований использования VSM с целью улучшения этих навыков. Результаты исследований будут описаны ниже, хотя на сегодня очень мало исследований, в которых VSM применяли, чтобы помочь людям с РАС овладеть навыками речи и коммуникации. Кроме того, мы обсудим многообещающие результаты исследований людей с другими диагнозами.

Кажется естественным использовать VSM для развития речи и коммуникации. Логопеды давно используют зеркало, чтобы показать клиентам правильные артикуляционные позы для произнесения звуков, что является одной из форм селфи–моделирования. Многие дети перед зеркалом повторяют звуки и слова, которые обычно не произносят, и это облегчает съёмку.

Улучшение навыка использования экспрессивной речи в стрессовых обстоятельствах. Эдмон Пигго и Фрэнк Гонзалес (Edmund Pigott & Frank Gonzales, 1987) адаптировали сочетание VSM и саморегуляции для терапии избирательного мутизма (*electively mute*) у мальчика девяти лет. До начала вмешательства в течение четырёх лет пребывания в школе мальчик был крайне застенчив и замкнут, не отвечал на прямые вопросы и не начинал разговор. В кругу семьи эти проявления были выражены меньше.

В качестве целевого поведения авторы исследования выбрали простые ответы и развёрнутые ответы по своей инициативе. Частота реакций в классе до начала исследования была равна нулю. Видео записали в классе с родителями и братом мальчика. Чтобы увидеть поведение, которое мальчик не показывал в классе, и увеличить громкость голоса на плёнке,

тальное видео, а не вертикальное. Так видео воспринимается правильной, ведь пропорции изображения будут сопоставимы с тем, что видит человек. Также, обращайте внимание на достаточное количество света в помещении, где вы снимаете. Камеры смартфонов очень чувствительны к недостатку освещения. Качество видео может снизиться.



После того, как вы отсняли видео на смартфон, его нужно смонтировать, например, вырезать всё ненужное. Для всех смартфонов разработаны специальные мобильные приложения для монтажа видео. Их огромное количество, под каждую систему (Android или iOS). Ниже приведет список самых удобных и качественных приложений для монтажа.

1. KineMaster — Pro Video Editor (Доступно на Android, iOS).
2. PowerDirector Video Editor App (Доступно на Android).
3. VivaVideo: Free Video Editor (Доступно на Android).
4. InShot (Доступно на Android, iOS).
5. iMovie (Доступно на IOS, может поставлять сразу с устройством).
6. LumaFusion (Доступно на iOS).

Как правило, большинство приложений либо платные, либо доступны по пробному периоду и тогда в них есть реклама — водяной знак приложения на готовом видео.

Готовое видео находится в памяти смартфона. Чтобы просмотреть его на другом устройстве (компьютере или ТВ), необходимо скачать видео на компьютер. Подключите смартфон к компьютеру, через USB кабель. Выберите смартфон в секции «Мой компьютер», перейдите в папку, где хранятся ваши фото и видео и выберите нужный файл. В дальнейшем вы можете записать видео на USB накопитель («флешку») и просматривать на любом удобном устройстве.

Также перенести видео можно, используя «облачное» хранилище.

2. Цифровая видеокамера, фотоаппарат с функцией записи видео или DSLR камеры (зеркальные/без зеркальные фотоаппараты со сменными объективами).

В последнее время камеры смартфонов сильно шагнули вперед и снимают фото и видео на уровне некоторых бюджетных моделей фотоаппаратов или видеокамер. Но всё же хорошая цифровая видеокамера или фотоаппарат выдаст лучшее качество видео, несмотря на плохие условия съемки, например, недостаток освещения.

Что выбрать для съёмки: цифровую видеокамеру или фотокамеру? Если вы планируете снимать только видео и не делать фото, то покупайте видеокамеру. В противном случае — фотокамеру. Обратите внимание, что цифровая фотокамера может иметь функцию видеосъёмки. Однако качество видео на ней будет хуже, чем на видеокамере (при равной стоимости).

Руководство по использованию фото-видеокамер всегда поставляется в комплекте. Там же описан процесс переноса отснятого материала на компьютер.

Оптимальные настройки камеры для съёмки видео:

Разрешение: 1920x1080

Частота кадров: 30 кадров в секунду

Фокус: Авто

Баланс белого (ББ): Авто

Есть два способа перенести отснятый материал с камеры на компьютер.

1. Подключить камеру к компьютеру через USB кабель (идёт в комплекте с камерой). Компьютер обнаружит камеру как новое устройство и откроет папку с материалом. Некоторые модели камер требуют подтвердить подключение нажатием на функциональную клавишу или экран. Некоторые камеры требуют установки дополнительного программного обеспечения на компьютер, чтобы передать материал. Как правило, все необходимые программы есть на диске, в комплекте с камерой.
2. Более простой вариант: достать из камеры SD или MicroSD карту (предварительно выключив камеру) и вставить её в специальный разъём для карт у компьютера/ноутбука. Если в вашем компьютере нет нужного разъёма, то можно приобрести кардридер (*Card Reader*, устройство для подключения внешних носителей). Кардридер подключается к компьютеру через USB порт. SD или MicroSD карта определится как обычная флешка.

Монтаж видео на самих фото-видеокамерах (в отличие от смартфона) выполнить нельзя. Для монтажа вам понадобится персональный компьютер или ноутбук и специальное программное обеспечение для обработки видео (видеоредактор).

Для комфортной работы с видео в видеоредакторе нужно, чтобы компьютер отвечал следующим системным требованиям:

Об авторе

Том Багги (Tom Buggey, Ph.D.) получил степень магистра специального образования в государственном университете Пенсильвании в Клерione (*Clarion University of Pennsylvania*) и степень доктора раннего вмешательства в Университете штата Пенсильвания (*Penn State University*). Он проводил научные исследования в центре исследований ребёнка и семьи *Siskin* в Институте детства *Siskin* в Чаттануга (*Siskin Center for Child and Family Research at The Siskin Children's Institute in Chattanooga*). Том Багги — профессор кафедры совершенствования раннего детского специального образования в Университете Теннесси в Чаттануга (*The University of Tennessee at Chattanooga*). Он и его жена, Анна (*Ann*) живут в Хьюстоне, Теннесси.