



Nieformalne metody pracy, krok po kroku w interakcji jeden do jednego

1. Stopniowanie pytań, dostosowanie do tempa dziecka

Idź na przód tylko, jeśli dziecko dobrze reaguje, odpowiada	Pytania, jakie można zadawać komunikując się z osobą z mutyzmem wybiórczym (krok po kroku)	 Wycofaj się, jeśli dziecko sztywnieje
	Przyjazne komentowanie z użyciem pytań retorycznych, które nie wymagają odpowiedzi (np. „Ale zabawnie, co?”, „Zastanawiam się co to jest?”)	
	Pokażesz mi?/Który? – pytanie, na które można odpowiedzieć poprzez wskazanie na coś	
	Pytania tak/nie – pytanie, na które można odpowiedzieć skinieniem głowy (potwierdzająco lub przecząco)	
	Pytania x czy y – pytanie, na które można odpowiedzieć jednym słowem	
	Proste pytania, na które można odpowiedzieć jednym słowem	
	Pytania na określony temat, na które można odpowiedzieć zdaniem.	
	Pytania otwarte i pytania dotyczące preferencji zostawiamy na później (np. „Jak w szkole?”, „O czym myślisz?”)	
	Nota bene: Komentowanie “odciąża” pytania, dziecko nie odczuwa takiej presji mówienia, udzielenia odpowiedzi, jeśli odpowiednio stosujemy komentarze	

2. Rozmawianie za pośrednictwem rodzica/przyjaciela

- użyj rodzica albo kolegi jako “pomostu”
- zapewnij dziecku i rodzicowi/koledze przestrzeń do wspólnej rozmowy, np. Może pójdziecie do kącika książek i omówicie swój plan? (sam/a zachowaj dystans albo udawaj, że jesteś czymś zajęty/a
- Zadawaj pytania poprzez przyjaciela/rodzica, np. „Możesz zapytać Anię, gdzie położyła swoją śniadaniówkę?” “Domyślam się, że masz swojego ulubionego nauczyciela – mamę, czy wiesz kto jest ulubionym nauczycielem Krzysia? (ważne, żeby rodzic wiedział, żeby nie odpowiadać za dziecko, powinien raczej powtórzyć/przeformułować pytanie w razie potrzeby!)
- poproś dziecko (w sytuacji, kiedy musisz coś ustalić z dzieckiem), aby powiedziało rodzicowi/koledze np. „Powiedz Adamowi, przy którym stole chcesz siedzieć/ w której grupie chcesz pracować.”
- odsuń się lub odwróć, kiedy dziecko przekazuje wiadomość rodzicowi/koledze (prywatność)
- zbliżaj się stopniowo, jeśli dziecko jest w stanie mówić do rodzica/koledze w twojej obecności
- to nie powinno trwać długo, zanim dziecko odpowie na twoje pytanie bez konieczności powtarzania go przez rodzica/kolegę

3. Upewnij się, że rodzice nie ograniczają dziecka w jego komunikowaniu się

- pomóż rodzicom przestać odpowiadać za ich dziecko (zobacz na kolejnej stronie)
- rodzice nie powinni pozwalać na to, żeby dziecko szeptało im do ucha (należy się odsunąć, żeby dziecko mogło mówić twarzą w twarz) odsunąć można się tylko wtedy, gdy dziecko współpracuje, a nie kiedy jest sparaliżowane strachem

*Selective Mutism Resource Manual second edition, © Maggie Johnson & Alison Wintgens
(Październik 2016) Speechmark Publications

Poradnik dla rodziców dziecka z mutyzmem wybiórczym (mw)

Czy powinnam/powiniem odpowiadać za moje dziecko, gdy ktoś zadaje mu pytanie?

Krótką odpowiedź brzmi Nie!

To naturalna reakcja, gdy widzisz swoje dziecko sparaliżowane lękiem. Jednak jeśli dziecko przyzwyczai się, że za nie odpowiadamy, jego wyuczonym zachowaniem będzie przyjęcie roli milczącego uczestnika interakcji, gdy tylko osoby, przy których odpowiadamy za nasze dziecko, zjawią się w pobliżu. Któregos dnia, twoje dziecko będzie odpowiadać, dlatego tak ważne jest, by odpowiednio się zachować i przygotować na ten moment, gdy dziecko będzie w stanie się odezwać.

Oto kilka złotych zasad:

Nie odpowiadaj za swoje dziecko. Jeśli wprowadzisz w życie tą zasadę, twoje dziecko nauczy się, że to nie takie straszne, gdy ktoś zadaje pytanie, że czy odpowie czy nie, nikt nie robi zamieszania wokół tego. Dziecko będzie mniej obawiało się różnych interakcji społecznych.

Nie wywieraj na dziecku presji udzielenia odpowiedzi. Spokojnie przekonaj dziecko, że wszystko jest w porządku, czy odpowie, czy nie. Ty wiesz, że ono się stara i robi co w jego mocy.

Nie przepaszaj za dziecko. Będzie wtedy czuło, że zrobiło coś złego. Jeśli jest taka możliwość, zawsze możesz wytłumaczyć później danej osobie, że twoje dziecko nie jest niegrzeczne/źle wychowane, podzieli się z tą osobą swoimi troskami, tym jak się czujesz, ponieważ inni nie widzą, jakie naprawdę jest twoje dziecko.

Teraz dłuższe wyjaśnienie...

Stosuj się do tej metody, zawsze ilekroć ktoś zadaje pytanie twojemu dziecku, będziesz zaskoczona/y jak prosto i szybko Twoje dziecko odniesie sukces

Zazwyczaj nie jest konieczne, aby młodszymi dziećmi tłumaczyć co robisz i dlaczego, ale jeśli zapytają, albo masz już starsze dziecko, zobacz „Dlaczego to działa?” poniżej.

1. **POCZEKAJ** przez pełne 5 sekund (powoli licz do 5)

Jeśli Twoje dziecko kiwa głową na tak lub nie, w porządku. Skomentuj to, aby rozmowa mogła toczyć się dalej, np. „Tak, wróciliśmy tydzień temu, prawda?” Z innymi pytaniami Twojemu dziecku może pójść łatwiej, jeśli nie będziesz na nie patrzeć – baw się czymś (torebką, apaszką, długopisem), jeśli Ci to pomoże (by nie skupiać się na dziecku)

2. Jeśli nie ma żadnej odpowiedzi, przekształć konwersację na rozmowę między Tobą a Twoim dzieckiem:

- Spokojnie **powtórz** pytanie, albo
- Przekształć pytanie na pytanie z ograniczonym wyborem „X czy Y”, albo
- **Sparafrazuj** pytanie, tak aby Twoje dziecko mogło odpowiedzieć Tak lub Nie, albo skinąć głową na Tak lub Nie

3. **CZEKAJ** pełne 5 sekund

Jeśli Twoje dziecko odpowiada albo gestykuje, uśmiechnij się i dodaj komentarz od siebie, aby można było iść/kontynuować rozmowę dalej. Zwróć uwagę na to, by osiągnięcie jakim było udzielenie odpowiedzi, świętować na osobności – Twoje dziecko nie chce skupiać na sobie uwagi w miejscu publicznym

4. Jeśli nie ma żadnej odpowiedzi, **KONTYNUUJ ROZMOWĘ** bez udzielania odpowiedzi na zadane dziecku pytanie, np.

- Powiedz swojemu dziecku „Będziemy się musieli nad tym zastanowić, prawda?”, albo „Powiesz mi później”
- Zadaj pytanie waszemu rozmówcy, aby odciągnąć uwagę od dziecka
- Zmień temat
- Pożegnaj się

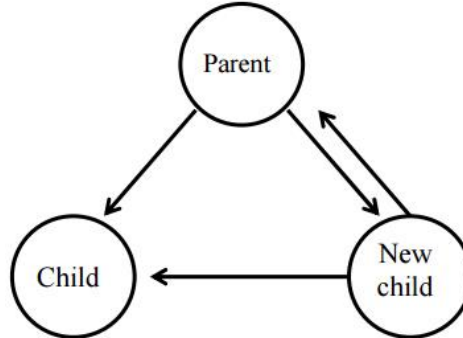
Why does this work? Dlaczego to działa? Twoje dziecko uczy się, *bez uczucia presji*, że

- pytania są kierowane do konkretnej osoby/do dziecka – nikt inny na nie nie odpowie
- Ty wiesz, że ono coraz lepiej radzi sobie z odpowiadaniem, że się nieustannie stara
- to nie takie straszne, jeśli nie da rady odpowiedzieć, nikt się tym specjalnie nie martwi, dzień mimo to jest dobrym dniem!

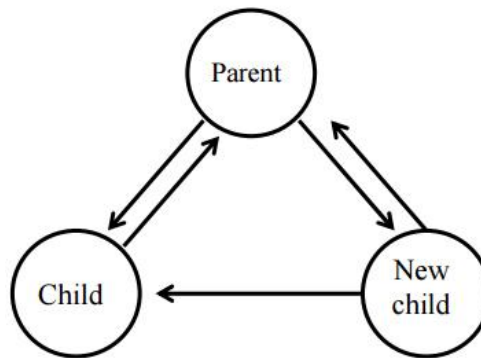
CZEKAJ → POWTÓRZ/SPARAFRAZUJ PYTANIE → CZEKAJ → KONTYUUIJ(IDŹ DALEJ) MOVE ON

4. "Trójkąt taktyczny"

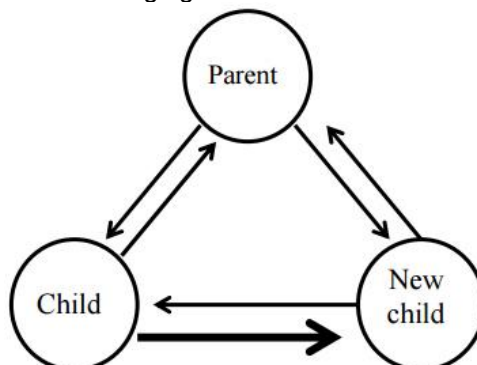
- a) Rodzic rozmawia z dziećmi, z każdym indywidualnie, powtarzając komentarz bądź pytanie zadane przez nowe dziecko, dziecku z MW – może przeformułować pytanie tak, by dziecko mogło odpowiedzieć choćby gestem tak lub nie. Po chwili „rozgrzewki”, gdy dziecko już się oswoi, rodzic zadaje mu pytanie X czy Y i odczeka 5 sekund (dziecko ma nabrać odwagi do udzielania jednowyrazowych odpowiedzi)



- b) Dziecko z MW zaczyna mówić do rodzica. Rodzic przekazuje dziecku włączonemu w interakcję odpowiedzi dziecka z MW, tak aby oboje czuli się uczestnikami tej samej konwersacji. Gdy tylko dziecku z MW łatwiej odpowiadać jednowyrazowo, rodzic zadaje coraz więcej pytań ogólnych.



- c) Dziecko z MW mówi coraz więcej do rodzica, udziela dłuższych odpowiedzi, komentuje. Rodzic nadal powtarza dziecku pytania nowego dziecka uczestniczącego w interakcji, ale czeka pełne pięć sekund zanim powtórzy pytanie. Rodzic wprowadza również 5 sekundową pauzę, zanim przekaże odpowiedź dziecka z MW, drugiemu dziecku uczestniczącemu w konwersacji, tworząc tym samym więcej okazji dziecku z MW do tego, by nie potrzebowało pośrednika i mogło mówić bezpośrednio do drugiego dziecka.



5. Sposób z czytaniem

To świetny punkt zaczepienia dla dzieci i młodych osób z MW, które dobrze czytają i są w stanie czytać na głos w obecności koordynatora działań terapeutycznych.

To szybka droga do uzyskania mowy, ale ten sposób nie powinien być wdrażany, jeśli powoduje zbyt duży stres albo zamknięcie/wycofanie. Zaletą tej metody jest to, że nie wymaga ona obecności rodzica ani innej osoby, w obecności której dziecko rozmawia.

Głośne czytanie jest zazwyczaj mniej zniechęcające niż inne aktywności werbalne, ponieważ dziecko nie musi się obawiać, że powie coś źle, albo że padnie niespodziewane pytanie dotyczące sfery osobistej dziecka. Sukces zależy w dużej mierze od tego, czy dziecko wie, że akceptujemy i rozumiemy jego trudności, czy będzie mieć zaufanie, że poprzez ćwiczenie głośnego czytania, nie oczekujemy, że dziecko nagle zacznie mówić, czy czuje się komfortowo czytając na głos.

Ważne jest też to, by nie siadać na wprost dziecka, ale raczej z boku, możemy razem z dzieckiem śledzić tekst, unikniemy w ten sposób sytuacji, że dziecko obawia się, że nie zrozumiemy, co czyta.

Dla młodszych dzieci ten sposób może się sprawdzić przy grupowym czytaniu, gdy dzieci czytają ten sam tekst jednocześnie, włączając się we wspólne czytanie najlepiej jak potrafią, śledząc tekst palcem i wypowiadając wszystkie te słowa, które są w stanie odczytać. Starsze dzieci i nastolatki mogą stosować metodę głośnego czytania, po tym jak ocenione zostanie ich funkcjonowanie (wstępna obserwacja) i zostaną im wytłumaczone ich trudności: powiedz dziecku, że rozumiesz, iż pewne sprawy tj. bycie zaskoczonym pewnego rodzaju pytaniami są dla niego trudne, ale głośne czytanie może mu pomóc, jest dość prostym sposobem by poradzić sobie z lękiem przed mówieniem, ponieważ nie wymaga on udzielania odpowiedzi własnymi słowami.

Dzięki ćwiczeniom związanym z tą metodą można podczas kilku sesji uzyskać prawdziwą konwersację, zaczynając od znanego dziecku wcześniej paragrafu/ bądź części danej książki/komiksu/gazety itp.

a) dziecko odczytuje krótki fragment

Jeśli głos jest pewny i dobrze słyszalny, nie ma szeptu i nie ma napięcia strun głosowych, można przejść od razu do d), w przeciwnym razie konieczne jest przejście do kroku b) i c) by małymi krokami poprawić siłę głosu poprzez powtórzenia i stopniowe zmniejszanie lęku

b) koordynator i dziecko na zmianę czytają zdania ze znanej dziecku książki, albo wersy znanego wiersza

c) nacisk kładziemy nie na samo czytanie, ale na interakcję moja-twoja kolej:

Koordynator i dziecko mogą odczytywać to co mówi dana postać, wcielać się w dany charakter z książki - do odszukania na stronach, można się też umówić ile czasu odczytujemy głos danej postaci (warto poszukać scenariuszy komediowych czy pantomimy – wypożyczyć w teatrze, albo poszukać dostępnych w Internecie, bądź dziecko czyta jakie są liczby, dni tygodnia, miesiące, a następnie wymawia je na zmianę z koordynatorem, celem jest utrzymanie stałego tempa, rytmu, stabilnego głosu (może być cicho, ale nie może wystąpić napięcie, poziom głośności nie może być wynikiem napięcia strun głosowych)

d) gry słowne i aktywności wymagające wzajemnego zaangażowania moja-twoja kolej, pytań i odpowiedzi, np. koordynator zadaje pytanie, na które odpowiedź jest w tekście, dziecko odczytuje pytania do krzyżówki – koordynator odpowiada, podaje rozwiązanie

e) gry słowne i aktywności wymagające wzajemnego zaangażowania moja-twoja kolej nie wymagające już czytania.

6. Telefon

- wiadomości głosowe (komunikaty)
- poczta głosowa (dziecko nagrywa się na skrzynkę odbiorczą osoby, do której dzwoni, po usłyszeniu sygnału nagrywa wiadomość)
- udzielanie odpowiedzi przez telefon
- rozmowa twarzą w twarz