



WSKAZÓWKI

DO PRACY Z UCZNIEM

Z MUTYZMEM WYBIÓRCZYM

NA TERENIE PLACÓWKI



Zalecenia do pracy metodą małych kroków, czyli stopniowej ekspozycji na bodziec lękowy, w przypadku ucznia z mutyzmem wybiórczym na terenie placówki.

1. Wyznaczenie koordynatora - nauczyciela lub specjalisty, który ma stały bądź częsty kontakt z dzieckiem na terenie szkoły. Koordynator będzie nadzorował przebieg terapii, dokonywał oceny postępów oraz wyznaczał kolejne cele terapeutyczne.
2. Umożliwienie rodzicowi udziału z zajęciach na początkowym etapie terapii. Zadaniem rodzica jest wprowadzenie koordynatora, który nawiąże z dzieckiem bliską relację emocjonalną. Rodzic stopniowo wycofuje się z zajęć w momencie, kiedy dziecko podejmie swobodną komunikację werbalną z koordynatorem. Następnie koordynator stopniowo wprowadza kolejne osoby zgodnie z metodą małych kroków.
3. Zaplanowanie sesji terapeutycznych w wymiarze od 3-5 razy w tygodniu po 15-20 minut – w pustej sali, w której uczy się dziecko lub w innym pomieszczeniu zapewniającym dziecku komfort i ciszę za drzwiami.
4. Zadbanie o to, aby wszyscy nauczyciele uczący dziecko oraz pracownicy administracji i obsługi szkoły, którzy mają styczność z dzieckiem, poznali specyfikę tego zaburzenia (mechanizmy działania lęku) i oddziaływań nastawionych na eliminację objawów. Ważne jest, aby cała kadra była przeszkolona przez osobę lub instytucję działającą zgodnie z metodami Maggie Johnson, które są sprawdzone i poparte badaniami naukowymi.
5. Prowadzenie oddziaływań terapeutycznych w oparciu o wybrane metody i techniki:
 - metoda małych kroków “sliding in” - obejmuje techniki formalne i nieformalne. Dziecko rozmawia z zaufaną osobą (zwykle rodzicem), przy której czuje się swobodnie, a kolejna osoba stopniowo zbliża się do nich i przyłącza do wspólnej aktywności.
 - od chóru do solo - metoda polegająca na angażowaniu dziecka w werbalną aktywność początkowo w większej grupie (np. czytanie wiersza przez całą klasę) i stopniowe ograniczanie liczebności tej grupy (np. czytanie w parach), aż do osiągnięcia swobodnej komunikacji przez dziecko z mutyzmem wybiórczym.
 - technika trójkąta - technika opierająca się na pracy w kręgu 3 osób, np. rodzic, dziecko z MW, koleżanka dziecka. Składa się z 3 faz.
 - metoda 5 sekund - fundamentem tej metody jest zasada, że nie odpowiadamy za dziecko z mutyzmem wybiórczym, gdy ktoś zadaje mu pytanie. Należy odczekać 5 sekund, a następnie przeformułować pytanie tak, aby uwzględnić etap swobodnego mówienia, na jakim jest aktualnie dziecko, np. dorosły: Jasiu, ile masz lat?, pauza 5 sekund, rodzic: Masz 5 lat, prawda? (dziecko potwierdza skinieniem głowy).
 - modelowanie mowy “shaping” - podczas stosowania tej metody nie zmienia się bliskość

przebywania koordynatora, ale słowa, znaki czy dźwięki, które do niego kierujemy. Dziecko zaczyna od wskazywania i stosowania różnych gestów w celu komunikacji z koordynatorem, następnie wykonuje kolejne kroki w kierunku komunikacji werbalnej, stopniowo zwiększając wysiłek artykulacyjny dmuchając, wydając z siebie dźwięki podobne do słów, sylaby, wreszcie słowa i frazy, zwiększając głośność mówienia i nawiązując częściej kontakt wzrokowy.

6. Usunięcie czynników podtrzymujących lęk przed mówieniem. Wszystkie osoby mające kontakt z dzieckiem powinny zdjąć presję na mówienie, co oznacza, że należy stwarzać okazje do mówienia poprzez komentowanie aktywności dziecka, jednocześnie nie oczekując od dziecka, że się do nas odezwie.

7. Przeprowadzenie z dzieckiem rozmowy motywującej stosownie do jego wieku, która będzie miała na celu zbudowanie zaufania i nici porozumienia. Kluczowym jest, aby zapewnić dziecko, że rozumiemy jego trudność, że nie musi mówić dopóki nie będzie gotowe.

8. Jeśli dziecko podejmie komunikację werbalną, nie należy okazywać swojego zdumienia czy radości, lecz potraktować to jako coś zupełnie zwyczajnego.

9. Utrzymanie stałego kontaktu koordynatora z wychowawcą, nauczycielami i rodzicami, dzięki czemu nastąpi wymiana informacji na temat obaw, osiągnięć bądź niepowodzeń dziecka na terenie szkoły i wspólne ustalanie dalszych oddziaływań.

10. Umieszczenie dziecka w klasie bliżej nauczyciela (najlepiej, aby dziecko wskazało miejsce, w którym chce siedzieć), celem częstego nawiązywania niewymuszonego kontaktu wzrokowego podczas kierowania do niego poleceń oraz dostosowania tempa pracy do jego potrzeb. Okazywanie cierpliwości i życzliwości. Ośmielanie i budowanie poczucia bezpieczeństwa w kontakcie nauczyciel-uczeń.

11. Indywidualizacja postępowania edukacyjnego w oparciu o możliwe sposoby komunikowania się z dzieckiem – wspieranie się przekazami niewerbalnymi, stopniowe zachęcanie do podejmowania prób wypowiedzania się. Zrezygnowanie z tworzenia presji emocjonalnej, w przypadku odmowy przez dziecko komunikacji werbalnej.

12. Sprawdzanie wiedzy i umiejętności dziecka w formie pisemnej, a w kontakcie indywidualnym podejmowanie prób stosowania pytań zamkniętych oraz takich, z których treścią dziecko z mutyzmem wybiórczym zostało wcześniej zapoznane.

13. Unikanie presji czasu, gdyż może ona znacznie obniżyć poziom wykonania zadań.

14. Podczas sprawdzania obecności, umożliwienie dziecku podniesienie ręki, zamiast udzielenia odpowiedzi "Jestem".

15. Umożliwienie zaliczania śpiewu lub występów w przedstawieniach w grupie dzieci lub w parze.
16. Umożliwienie zaliczania głośnego czytania dopiero, gdy dziecko poczuje się swobodnie i zacznie rozmawiać z koordynatorem. Rodzic może nagrywać w domu próby czytania i odtwarzać je nauczycielowi, jednak może się to odbywać tylko i wyłącznie za zgodą dziecka.
17. Jeśli wymaga tego sytuacja, pozwolenie dziecku na ćwiczenie podczas lekcji wychowania fizycznego w dresie lub przebieranie się w oddzielnym pomieszczeniu w początkowej fazie obniżania lęku.
18. Ustalenie innego sposobu zgłoszenia przez dziecko potrzeby wyjścia do toalety lub prośby o pomoc, np. poprzez uniesienie piktogramu (powinna być to jednak tylko tymczasowa forma zastępcza).
19. Udzielenie wsparcia dziecku w nawiązywaniu satysfakcjonujących relacji z innymi dziećmi. Zachęcanie rówieśników do emocjonalnego wsparcia dziecka i przeciwdziałanie ewentualnym zachowaniom innych dzieci, utrwalającym zaburzenie (naciskanie, wyśmiewanie, wyręczanie itp.), integrowanie dziecka z grupą klasową włączając je w projekty w małych podgrupach.
20. Przeprowadzenie z klasą (bez obecności dziecka) pogadanki na temat mutyzmu wybiórczego w celu uświadomienia dzieciom, że koleżanka potrzebuje trochę więcej czasu, aby zacząć z nimi rozmawiać. Nakierowanie rówieśników na sposoby wsparcia koleżanki, jednocześnie nie wywierając na niej presji.
21. Rozwijanie samodzielności dziecka bez wyręczania go, poprzez przekazanie mu odpowiednich wskazówek albo zrobienie zadania wspólnie.
22. Stwarzanie okazji do wykazywania się w różnych dziedzinach szkolnych, które nie wymagają mówienia, w celu budowania pozytywnej samooceny i poczucia sukcesu.
23. Budowanie poczucia własnej wartości i pewności siebie dziecka, poprzez częste stosowanie pochwał i nagród za osiągnięcia edukacyjne. Kształtowanie wiary we własne możliwości oraz rozwijanie zdolności do komunikowania się werbalnego.
24. Umożliwienie uczestnictwa w zajęciach poprzez inne działania, np. rozkładanie materiałów, segregowanie przedmiotów, odmierzanie czasu, w przypadku braku gotowości dziecka do wypowiedzania się na forum grupy.
25. Zachęcanie do twórczego wyrażania siebie (ekspresja plastyczna, muzyczna, taneczna, sportowa).



26. Informowanie dziecka o wszelkich zmianach dotyczących jego pobytu w szkole (zmiana planu lekcji, zastępstwo nauczyciela, zmiana sali itp.) w celu zapewnienia mu poczucia bezpieczeństwa.

27. Bieżące korygowanie działań i obniżanie lęku u dziecka w sytuacji pojawienia się szeptu zamiast swobodnej komunikacji.

28. Z uwagi na to, iż mutyzm wybiórczy u dziecka może być bardzo utrwalony, należy nastawić się na długoterminowe działanie, a więc pomoc powinna być systematyczna i długofalowa. W efekcie powinien zaistnieć dobry klimat sprzyjający socjalizacji i ustąpieniu zaburzeń w zachowaniu.

Powyższe zalecenia zostały opracowane na podstawie literatury przedmiotu oraz wieloletnich doświadczeń osób (nauczycieli, specjalistów) pracujących z dziećmi i młodzieżą z mutyzmem wybiórczym. Należy pamiętać, aby z powyższych wskazówek zastosować te, które najbardziej odpowiadają potrzebom konkretnego ucznia.