

Program

„Terapia dziecka z mutyzmem wybiórczym” w Przedszkolu nr 13 Sindbad w Ostrowie Wielkopolskim

*„Milczenie spowodowane brakiem mowy nigdy nie jest złotem.
Wszyscy mamy potrzebę porozumiewania się i kontaktowania ze sobą nawzajem
– nie tylko jednym sposobem,
lecz na wszystkie możliwe sposoby.
Jest to podstawowa ludzka potrzeba, podstawowe ludzkie prawo.
Co więcej, jest to podstawowa ludzka siła”*

(Williams, 2000)



Opracowała: Kinga Jagielska – logopeda

Wstęp:

Mowa jest dźwiękowym porozumiewaniem się co najmniej dwóch osób, a porozumiewanie się jest możliwe dzięki znajomości języka. Najczęściej tego, jakim posługują się inni dookoła nas. Potrzeba porozumiewania się z otoczeniem jest niewątpliwie jedną z najważniejszych potrzeb psychicznych człowieka. Wśród nas są dzieci, które takiej potrzeby – potrzeby mówienia, nie potrafią sobie zapewnić. To dzieci, które są dotknięte mutyzmem wybiórczym. Większość tych dzieci rozwinęło chroniczną reakcję lękową w sytuacjach, kiedy muszą coś powiedzieć. Szczególnie jeśli może być to usłyszane przez inne osoby (strach przed mówieniem). W związku z tym odzywają się do bardzo ograniczonej ilości osób i są w stanie mówić tylko w pewnych sytuacjach.

Mutyzm wybiórczy jest to zaburzenie lękowe wyróżniające się stałą niemożnością mówienia w wybranych sytuacjach społecznych (np. w przedszkolu czy w szkole), nie spowodowane zaburzeniem mowy, nieznajomością języka czy nieumiejętnością komunikowania się¹. Dziecko z mutyzmem wybiórczym może w ogóle nie odzywać się do nauczycieli, rówieśników lub mówić tylko do wybranych osób. Należy pamiętać, że milczenie dziecka nie wynika z jego uporu, manipulacji czy też osobistej niechęci dziecka do innych osób, ale jest spowodowane silnym lękiem. Każde dziecko z mutyzmem wybiórczym pragnie mówić!

Nie ma jednej odpowiedzi na pytanie co może być przyczyną mutyzmu wybiórczego. Carmody (1999) podaje czynniki mające wpływ na wystąpienie mutyzmu wybiórczego i grupuje je w 3 kategoriach:

Jako czynniki predysponujące:

- zaburzenia językowe, zaburzenia mowy,
- lękliwość, nadwrażliwość dziecka,
- nieśmiałość lub mutyzm występujący w rodzinie,
- choroby psychiczne występujące w rodzinie, szczególnie zaburzenia lękowe/

Jako czynniki wywołujące:

- separacja od rodziców, utrata bliskiej osoby i inne negatywne doświadczenia dziecka np. zgubienie się w sklepie, zostawienie pod opieką innej osoby niż rodzice,
- częste przeprowadzki i migracja,
- rozpoczęcie przedszkola lub szkoły,
- świadomość niedoskonałości mowy,
- prześladowanie lub inne negatywne reakcje ze strony otoczenia.

oraz czynniki podtrzymujące:

¹ MINCZAKIEWICZ Elżbieta Maria : Mowa rozwój zaburzenia terapia. Wyd. [1], (dodruk). – Kraków : Wydaw. Nauk. WSP, 1997. – S. 132-144: Mutyzm.

- negatywne wzmocnianie mutyzmu przez zwiększoną uwagę i rozczulanie się nad dzieckiem,
- brak odpowiedniej interwencji,
- pogodzenie się z mutyzmem dziecka,
- zdolność do przekazania prawie każdej informacji niewerbalnie,
- izolacja geograficzna lub społeczna,
- rodzina należąca do mniejszości etnicznej bądź językowej,
- negatywny model komunikacji w rodzinie².

1) Charakterystyka dziecka z objawami mutyzmu:

Dzieci z mutyzmem wybiórczym, zwłaszcza w sytuacjach stresowych często:

- mają problem z nawiązaniem kontaktu wzrokowego, często patrzą w podłogę,
- nie uśmiechają się, mają tzw. „kamienną twarz”, nie zdradzającą żadnych emocji,
- trudno jest im powiedzieć „cześć”, „do widzenia”, „dziękuję”,
- czują duży niepokój, gdy są zmuszane do mówienia, a ich twarz przybiera kolor czerwony (rumienią się),
- mogą ssać palce, obgryzać paznokcie, dotykać włosy lub gryźć rękaw bluzki,
- mogą być nadwrażliwe na dotyk, zapach, dźwięki z otoczenia lub tłum ludzi,
- mają niskie poczucie własnej wartości,
- mogą być perfekcjonistami,
- nie lubią zmian, szczególnie tych które są dla nich zaskoczeniem,
- nie lubią być w centrum uwagi, często siadają gdzieś z boku³.

2) Charakterystyka odbiorcy programu oraz warunki wdrożenia programu:

Program przeznaczony jest dla dzieci w wieku przedszkolnym, u których zdiagnozowano mutyzm wybiórczy. Program oparty jest na metodzie tzw. „małych kroków” (Sliding-in). Miejscem wdrożenia programu jest Przedszkole nr 13 Sindbad w Ostrowie Wielkopolskim. Zajęcia będą się odbywały rano, co najmniej 2 – 3 razy w tygodniu, około 10-15 minut (jedna sesja terapeutyczna), w sali przedszkolnej dziecka, w początkowej fazie z udziałem rodzica.

W celu podniesienia efektywności terapii prowadzącemu terapię (zwanego dalej terapeutą) zalecane jest:

- omówienie z dzieckiem natury jego lęku i rozwiązania jego trudności. Dziecko musi wiedzieć, że terapeuta rozumie dlaczego w danej sytuacji się nie odzywa (nigdy nie

² <http://www.mutyzm.org.pl>

³ jw.

pytamy dzieci DLACZEGO nie mówią, zamiast tego MÓWIMY dziecku, co się z nimi dzieje),

- okazywanie cierpliwości i zrozumienia dziecka,
- bycie w ciągłej gotowości do pomocy, ale nie narzucanie się,
- w początkowej fazie nie nawiązywanie kontaktu wzrokowego,
- obserwowanie dziecka oraz uczenie się niewerbalnych sygnałów, które nam daje, aby pokazać, że jest gotowe iść dalej,
- zapewnianie, że każda dodatkowa aktywność komunikacyjna jest dobra i ostatecznie zmierza do osiągnięcia celu, jakim jest mówienie w każdej sytuacji społecznej,
- modyfikowanie terapii w zależności od wieku dziecka, jego upodobań, stanu emocjonalnego w dniu terapii,
- prowadzenie notatek, wpisów do dziennika, aby po każdym spotkaniu zanotować spostrzeżenia i wnioski,
- wytłumaczenie dziecku, że terapia może przebiegać powoli, a postęp będzie następował małymi krokami w odpowiednim dla dziecka tempie,
- współpracowanie z każdym, kto może nam pomóc w terapii⁴.

3) Technika Sliding-in–opis metody:

Sliding-in czyli tzw. metoda małych kroków jest techniką, której używa się, aby wspomóc dzieci w ich trudnościach komunikacji werbalnej w obecności innych osób. W początkowej fazie metoda ta ma za zadanie pomóc dziecku zacząć odzywać się do kogoś innego niż jego zaufana osoba, którą jest rodzic, członek rodziny np. do pracowników przedszkola.

Metoda sliding-in pomaga dziecku zmniejszyć jego strach przed mówieniem, za pomocą małych kroków, czyli stawiania małych celów w drodze do osiągnięcia celu głównego, którym jest swobodna rozmowa z otoczeniem.

Kroki przedstawione w programie są tylko ogólnymi wytycznymi, a ich realizacja powinna być dostosowana do indywidualnych potrzeb danego dziecka.

W technice tej w początkowej fazie ważne jest uczestnictwo rodzica. Jego obecność ma zagwarantować dziecku poczucie bezpieczeństwa. Do sesji dołącza nauczyciel, najlepiej wychowawca dziecka. Spotkania odbywają się cyklicznie, a czas każdego z nich wynosi 10-15 minut.

Ważne jest, żeby wytłumaczyć dziecku każdy krok i jasno zakomunikować, że będziecie kontynuować dane ćwiczenie tylko, jeśli będzie to dla niego komfortowe.

Jeśli cel ćwiczenia będzie zbyt trudny (np. dziecko może tylko szeptać w obecności nauczyciela) wtedy: należy zmienić cel na łatwiejszy lub przerwać ćwiczenie pokazując dziecku, że bardzo dobrze sobie poradziło i w późniejszym czasie

⁴ Opracowane na podstawie Maggie Johnson i Alison Wintgens.

ćwiczenie zostanie powtórzone. Należy pamiętać, żeby nie wypełniać pozostałego czasu spotkania ćwiczeniami, które nie wymagają mówienia.

Każde spotkanie należy rozpocząć powtarzając ćwiczenia z poprzedniego spotkania. Podczas terapii ważne jest motywowanie dziecka poprzez nagradzanie w celu osiągnięcia postępów i zachęcania go do dalszej pracy np. poprzez założenie zeszytu, w którym wpisujemy ćwiczenia, a po zrealizowaniu ćwiczenia wklejamy np. naklejki.

Zrealizowanie wszystkich kroków powinno zająć średnio parę tygodni.

4) Cele programu:

Cel główny:

Głównym celem programu jest pokonanie lęku przed mówieniem, a także kształtowanie postawy komunikacyjnej poprzez wybór, bądź opracowanie dróg porozumiewania się z dziećmi dotkniętymi mutyzmem wybiórczym. Chodzi tu o znalezienie metod, które pozwoliłyby uniknąć izolacji spowodowanej mutyzmem (pokonanie nieśmiałości, lęku). Otoczenie dziecka (rodzice, nauczyciele, dzieci) powinni poznać specyfikę zaburzeń dziecka z mutyzmem, a także powinny zostać zaplanowane i podjęte podstawowe formy współpracy podczas terapii. Wszystkie te czynniki warunkują prawidłowy start szkolny dziecka.

Cele szczegółowe:

- nawiązanie relacji społecznych nauczycielem i z rówieśnikami,
- zwiększenie pewności dziecka i samoakceptacji,
- dostrzeżenie mocnych stron dziecka,
- kształtowanie umiejętności samodzielnego werbalnego komunikowania się w różnych sytuacjach,
- wspomaganie rozwoju emocjonalnego i społecznego,
- samodzielne radzenie sobie z napotkanymi trudnościami.

5) Program terapii.

Niniejszy program jest propozycją, którą można modyfikować oraz wzbogacać o własne pomysły i nowe treści.

1. Ustalenie harmonogramu i miejsca spotkań:

- a) Minimum 2 razy w tygodniu, sesja 10-15 minut.
- b) Miejsce spotkania – sala przedszkolna.
- c) Uczestnicy spotkania dziecko, rodzic, nauczyciel.

2. Przebieg terapii:

- a) Przed rozpoczęciem spotkań:

- Omówienie z rodzicem przebiegu spotkań. Ustalenie i omówienie ćwiczeń, które będą stosowane podczas spotkań.
- Omówienie z dzieckiem spotkań (w przypadku dużej nieśmiałości dziecka może to zrobić rodzic). Omówienie natury jego leku. Zapewnienie dziecka, że nauczyciel wie dlaczego dziecko się nie odzywa.
- Przygotowanie zeszytu dla dziecka, w który wpisujemy prowadzone ćwiczenia i po ich realizacji naklejamy naklejkę w celu nagrodzenia dziecka.
- Przygotowanie tabeli (dla nauczyciela) z opisem kroków (którą można modyfikować według potrzeb), tabelę uzupełniamy, notując postępy dziecka oraz zakończenie danego celu.

b) Technika Sliding-in - Opis procedury - Krok po kroku:

Lp.	Opis kroków	Ukończone
Cel 1 – rozmowa dziecka z rodzicem podczas krótkiej obecności nauczyciela		
1.	Dziecko i rodzic w sali wykonują ciekawe ćwiczenie wymagające mówienia. Dziecko rozmawia swobodnie z rodzicem w sali przedszkolnej (mogą oglądać wspólnie książki, kolorować, czy układać klocki). Drzwi są lekko uchylone.	
2.	Dziecko i rodzic zmieniają ćwiczenie na mniej wymagające (np. liczenie razem do 10, mówienie alfabetu, dni tygodnia itd.) wiedząc o tym, że nauczyciel znajduje się przed salą, w której oni przebywają. Drzwi do sali pozostają otwarte, nauczyciel po pięciu minutach od początku spotkania, wchodzi do środka (nie odzywa się, może np. coś przynieść lub po coś przyjść), a później odchodzi. Należy zapamiętać, żeby uprzedzić dziecko, że nauczyciel pojawi się w sali.	
3.	Powtarzamy poprzednie ćwiczenie czyli dziecko i rodzic liczą, wymieniają dni tygodnia, rozmawiają o zainteresowaniach dziecka, a nauczyciel znów wchodzi do Sali nie odzywając się i wychodzi. Następnie czeka przed drzwiami sali. Rodzic daje znać nauczycielowi, że ćwiczenie zostało zakończone np. otwierając drzwi. Nauczyciel wraca, żeby pogratulować dziecku i zaznaczyć wykonane zadanie (np. wpisać w zeszyt dziecka cel: rozmowa z rodzicem podczas obecności nauczyciela oraz wkleja naklejkę jako nagrodę). Ćwiczenie uważa się zakończone, wtedy gdy dziecko rozmawia z rodzicem pomimo obecności nauczyciela w pomieszczeniu. Następnie określa nowy cel.	
Cel 2 – rozmowa dziecka z rodzicem podczas obecności nauczyciela		
1.	Dziecko i rodzic grają np. w grę lub układają puzzle, podczas gdy nauczyciel stoi na zewnątrz pokoju za otwartymi drzwiami. Pozostaje on za drzwiami, poza zasięgiem wzroku dziecka, po	

	chwili wchodzi do sali i dołącza do gry. Dziecko i rodzic kontynuują grę. Cel zostaje osiągnięty gdy dziecko gra razem z nauczycielem, odzywając się do rodzica przy nauczycielu. Pamiętaj o wpisaniu celu do zeszytu i nagrodzeniu dziecka.	
2.	Dziecko i rodzic mówią wyliczankę np. „Wpadła bomba do piwnicy, napisała na tablicy: sos fajny pies, tam go nie ma, a tu jest.”, podczas gdy nauczyciel wchodząc do sali dołącza się do niej, czekając w otwartych drzwiach i dalej biorąc udział w zabawie do momentu, aż wyliczanie zostanie zakończone.	
3.	Powtórz powyższe ćwiczenia. Jednak tym razem nauczyciel po wejściu do sali zatrzymuje się w połowie drogi do stołu i kontynuuje swój udział w wyliczance, aż zostanie ona zakończona.	
4.	Powtórz powyższe ćwiczenie, jednak tym razem nauczyciel powinien przejść przez cały pokój i usiąść z dzieckiem oraz rodzicem przy stole, aż do momentu, kiedy wyliczanie się zakończy. Cel zostaje osiągnięty gdy dziecko mówi wyliczankę wspólnie z rodzicem i nauczycielem. Pamiętaj o wpisaniu celu do zeszytu i nagrodzeniu dziecka.	
Cel 3 – mówienie wspólnie/na przemian – dziecko, rodzic, nauczyciel		
1.	Wyliczajcie razem, a później zmieńcie kolejność. np. dni tygodnia: zaczyna nauczyciel, po nim wylicza rodzic; dni tygodnia: zaczyna rodzic po nim wylicza dziecko. Dziecko, rodzic i nauczyciel na zmianę wymieniają kolejne elementy wyliczanki (dziecko może zdecydować, ile razy każdy ma się odezwać). Cel zostanie osiągnięty, gdy dziecko bierze udział w zabawie i wykonuje zadanie. Pamiętaj o wpisaniu celu do zeszytu i nagrodzeniu dziecka.	
Cel 4 – różnicowanie ilości komunikacji werbalnej		
1.	Dziecko, rodzic i nauczyciel wprowadzają ćwiczenia, które różnicują ilość komunikacji potrzebnej do ich przeprowadzenia. Ćwiczenia mogą być zmieniane w zależności od samopoczucia dziecka np. zaczynając od wyliczania dni tygodnia, dokończania zdań jednym słowem, a kończąc na zabawach, które wymagają powiedzenia całego zdania np. "Byłam wczoraj w kinie i ...". Pamiętaj, że wszystkie te ćwiczenia powinny być możliwie krótkie i przechodź do kolejnego etapu tylko jak dziecko poczuje się w danej aktywności pewnie. Do zeszytu dziecka wpisujemy zdania, które dziecko powiedziało w obecności i do nauczyciela, naklejając naklejkę jako nagrodę i zachętę do dalszej pracy.	
2.	Jeśli dziecko będzie czuło się pewnie rozmawiając z nauczycielem, wtedy wszystkie powyższe czynności należy powtórzyć w sytuacji, kiedy rodzic stoi w drzwiach pokoju lub znajduje się poza nim. Dziecko jest następnie proszone o zawołanie rodzica, kiedy ćwiczenie się skończy. Można pominąć ten etap i spróbować wykonać zadania bez udziału rodzica.	

3. Wspieranie dzieci z lękiem przed mówieniem grupie przedszkolnej – wskazówki dla nauczycieli:
- Nie naciskamy na dziecko żeby mówiło, a stwarzamy atmosferę akceptacji i zrozumienia jego lęków.
 - Wspieraj dziecko w nawiązywaniu znajomości z innymi dziećmi.
 - Zachęcaj do zabaw grupowych z cichszym dzieckiem, by zobaczyć, czy może rozwinąć się przyjaźń między dziećmi.
 - Początkowo nie nalegaj na kontakt wzrokowy.
 - Prowadź zajęcia w małych grupach lub całą grupą, podczas których wszyscy razem będziecie śpiewać lub recytować znaną rymowanąkę, liczyć lub wymieniać np. dni tygodnia.
 - Udzielaj pochwały za każde osiągnięcie dziecka.
 - Nie rób problemu ze sprawdzaniem obecności – zaakceptuj uśmiech, kiwnięcie głową lub podniesioną rękę.
 - Zapewnij dzieci, że będziesz je wybierać do odpowiedzi tylko, jeśli podniosą rękę.
 - Zachęć do udziału bardziej przez „pokazanie” niż „powiedzenie”.
 - Nie zmuszaj mnie do mówienia zwrotów grzecznościowych. Ja je znam, ale nie jestem jeszcze gotowy, by je mówić. To jest trudne, uwierz mi!
 - Jeśli się odezwę – zareaguj naturalnie. Ukryj swoje zdziwienie i po prostu bądź ze mną jakbym mówił od zawsze.
 - Bądź cierpliwy, nie naciskaj, wierz we mnie.

Bibliografia:

- 1) MINCZAKIEWICZ Elżbieta Maria : Mowa rozwój zaburzenia terapia. Wyd. [1], (dodruk). – Kraków : Wydaw. Nauk. WSP, 1997. – S. 132-144: Mutyzm.
- 2) <http://www.mutyzm.org.pl>.
- 3) Opracowane na podstawie Maggie Johnson i Alison Wintgens.
- 4) Opracowanie na podstawie prezentacji Maria Bystrzanowska i Anna Strzelecka, 2015.
- 5) Styczek I., Logopedia, Warszawa 1983