

# Technika *Sliding-in* – opis metody

## Informacje ogólne

*Sliding-in* to technika, której używa się, aby wspomóc dzieci w ich trudnościach z mówieniem w obecności innych osób. Początkowo metoda ta ma za zadanie pomóc dziecku zacząć mówić do kogoś innego niż jego zaufana osoba np. do pracowników szkoły. Zaufaną osobą może być np. rodzic lub osoba ktoś, kto opiekuje się dzieckiem.

Metoda *sliding-in* pomaga dziecku zmniejszyć jego strach przed mówieniem, za pomocą małych kroków. Cel od którego zaczniemy pracę i jej tempo mogą się różnić w zależności od indywidualnych uwarunkowań dziecka. Być może u dzieci, które odczuwają większy strach, będzie trzeba podzielić kroki na jeszcze mniejsze etapy. Kroki opisane w tej ulotce są tylko ogólnymi wytycznymi, a procedura powinna być zaadaptowana zgodnie z indywidualnymi potrzebami danego dziecka.

W technice tej osoba, do której dziecko zwykle nie mówi, powinna pracować z nim parę razy w ciągu tygodnia podczas krótkich sesji. Tę osobę będziemy nazywać koordynatorem terapii\* Przed rozpoczęciem pracy metodą *sliding-in* ważne jest, aby koordynator miał z dzieckiem dobrą relację i rozumiał, co to jest mutyzm wybiórczy.

Ustalcie ramy czasowe dla każdego spotkania (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. Spiszcie wszystkie cele na kartce i w miarę jak będziecie je realizować, dziecko będzie mogło je odhaczyć, nakleić naklejkę lub określić swój poziom strachu (w zależności od wieku).

Jeśli cel będzie zbyt trudny (np. dziecko może tylko szeptać w obecności koordynatora) wtedy:

- 1) uznaj, że cel był za trudny i natychmiast zmień go na łatwiejszy, lub
- 2) przerwij ćwiczenie najszybciej jak to możliwe, pokazując dziecku, jak dobrze sobie poradziło i wyjaśnij mu, że spróbujecie je powtórzyć jeszcze raz. NIE wypełniaj pozostałego czasu waszego spotkania przyjemnymi ćwiczeniami, które nie wymagają mówienia!

Każdą sesję rozpoczynaj od rozgrzewki powtarzając ostatnie dwa ćwiczenia poprzedniej sesji (doklejajcie kolejne naklejki!). Następnie przejdźcie do kolejnych kroków. Jeśli to konieczne podzielcie poprzedni cel, który nie został osiągnięty, na mniejsze kroki. NIE powtarzaj „bezpiecznych” ćwiczeń - chyba, że będą one wykonywane z innymi ludźmi lub w innych miejscach.

Zrealizowanie wszystkich kroków powinno zająć średnio parę tygodni.

## Technika *Sliding-in* - Opis procedury - Krok po kroku

### Raport dla koordynatora terapii

Opis kroków	Ukończone
Dziecko i rodzic/opiekun w cichym pomieszczeniu wykonują ciekawe ćwiczenie wymagające mówienia.	
Dziecko i rodzic/opiekun zmieniają ćwiczenie na mniej wymagające (np. liczenie razem do 10, mówienie alfabetu, dni tygodnia itd.) wiedząc o tym, że koordynator znajduje się niedaleko pomieszczenia, w którym oni przebywają. koordynator czeka pięć minut, a później odchodzi.	
Dziecko i rodzic/opiekun powtarzają poprzednie ćwiczenie (np. doliczają do 20, kończą wymieniać dni tygodnia/ dochodzą do połowy alfabetu) .Koordynator czeka niedaleko, np. na końcu korytarza. Rodzic/ opiekun daje znać terapeutce, że ćwiczenie zostało zakończone np. otwierając drzwi. Koordynator wraca, żeby pogratulować dziecku i zaznaczyć wykonane zadanie oraz określić nowy cel.	
Dziecko i rodzic/opiekun powtarzają ćwiczenie, w którym wymieniają liczby/dni tygodnia/ alfabet na zmianę. Koordynator jest za zamkniętymi drzwiami i wchodzi do pokoju na koniec ćwiczenia po otrzymaniu znaku od dziecka lub rodzica/opiekuna.	
Koordynator opuszcza pokój zostawiając lekko otwarte drzwi. Dziecko i rodzic/opiekun wymieniają dalej liczby/ dni tygodnia/ alfabet na zmianę. Koordynator czeka, aż ćwiczenie się zakończy i wchodzi do pokoju.	
Powyższy krok należy powtarzać za każdy razem zostawiając drzwi trochę bardziej otwarte, aż do momentu kiedy drzwi będą na tyle otwarte, że ktoś będzie mógł przez nie przejść. Można zapytać dziecko na ile drzwi mogą być otwarte.	
Dziecko i rodzic/opiekun grają dalej w grę, podczas gdy koordynator stoi na zewnątrz pokoju za otwartymi drzwiami. Pozostaje on za drzwiami, poza zasięgiem wzroku dziecka i dołącza do gry.	
Dziecko i rodzic/opiekun kontynuują grę, podczas gdy koordynator dołącza się do niej powoli podchodząc do pokoju, czekając w otwartych drzwiach i dalej biorąc udział w zabawie do momentu, aż wyliczanie zostanie zakończone.	
Powtórz powyższe ćwiczenie Jednak tym razem koordynator po wejściu do pokoju zatrzymuje się w połowie drogi do stołu i kontynuuje swój udział w wyliczance, aż zostanie ona zakończona.	
Powtórz powyższe ćwiczenie, jednak tym razem koordynator powinien przejść przez cały pokój i usiąść w dzieckiem oraz rodzicem/opiekunem przy stole, aż do momentu, kiedy wyliczanie się zakończy.	
Wyliczajcie razem, a później zmieńcie kolejność. np. i) dni tygodnia: zaczyna koordynator po nim wylicza rodzic/opiekun; ii) dni tygodnia: zaczyna koordynator po nim wylicza dziecko;	
Dziecko, rodzic/opiekun i koordynator na zmianę wymieniają kolejne elementy wyliczanki (dziecko może zdecydować, ile razy każdy ma się odezwać).	
Dziecko, rodzic/opiekun i koordynator wprowadzają ćwiczenia, które różnicują ilość komunikacji potrzebnej do ich przeprowadzenia. Ćwiczenia mogą być modyfikowane w zależności od samopoczucia dziecka np. zaczynając od wyliczania dni tygodnia, dokańczania zdań jednym słowem, a kończąc na zabawach, które wymagają powiedzenia całego zdania np. "Byłam wczoraj w sklepie i ...". Pamiętaj, że wszystkie te ćwiczenia powinny być możliwie krótkie i przechodzić do kolejnego etapu tylko jak dziecko poczuje się w danej aktywności pewnie.	
Jeśli dziecko będzie czuło się pewnie rozmawiając z koordynatorem, wtedy wszystkie powyższe czynności należy powtórzyć w sytuacji, kiedy rodzic/opiekun stoi w drzwiach pokoju lub znajduje się poza nim. Dziecko jest następnie proszone o zawołanie rodzica/opiekuna, kiedy ćwiczenie się skończy.	

#### Bibliografia:

'The Selective Mutism Resource Manual' by Maggie Johnson and Alison Wintgens, Speechmark Publishing.

## Kolejne kroki - Mówienie do różnych osób i w różnych sytuacjach

Kiedy dziecko będzie czuło się pewnie rozmawiając z koordynatorem podczas różnych zabaw, wtedy będzie ono gotowe, żeby wykorzystać tę umiejętność w różnych sytuacjach i z różnymi osobami. Na początku spotykajcie się dwa lub trzy razy tygodniowo. Po rozpoczęciu wprowadzania dziecka do klasy możecie się spotykać raz w tygodniu.

### Generalizacja mowy - Przewodnik krok po kroku

<b>Rozmowa z innymi dziećmi i nauczycielami.</b>
Koordinatorem i dziecko wykonują ćwiczenia werbalne (na początku takie, które wymagają mało mówienia) i używają techniki Sliding In, żeby dołączyć do nich innych pracowników lub inne dzieci. Powoli rozszerzajcie ilość osób tak, aby powstała mała grupa. Zmieniaj obecne osoby tak, żeby to nie były zawsze te same dzieci.
Dołącz do zabawy nauczyciela dziecka. Jak już dziecko będzie czuło się pewnie biorąc udział w zabawie z innymi dziećmi, spróbuj wyłączyć asystenta nauczyciela z ćwiczeń.
Gdy dziecko odniosło już kilka sukcesów na polu mówienia do różnych osób, usiądźcie wszyscy i bawcie się razem w kole, dzięki czemu dołączysz do aktywności więcej niż jedną osobę.
Dokończ powyższą zabawę grupową, w której będą brali udział nauczyciel i inne dzieci. Dzięki temu inne dzieci usłyszą jak dziecko mówi do nauczyciela. Najlepsze do tego celu jest czytanie na głos - dla dzieci, które potrafią czytać.
<b>Odzywanie się w różnych sytuacjach.</b>
Wykonujcie ćwiczenia w zróżnicowanym otoczeniu zaczynając od bardziej prywatnych miejsc (gdzie prawdopodobnie nikt was nie usłyszy), a kończąc na tych bardziej publicznych, gdzie wiele osób może słuchać tego, co mówicie. Jednym z tych miejsc powinna być też klasa dziecka, w której nie ma uczniów (np. podczas obiadu lub przerwy). Włączajcie w to również stołówkę, korytarz czy plac zabaw.
Upewnij się, że ćwiczenia w nowych miejscach będą przeprowadzane z grupą rówieśników, z którymi dziecko już swobodnie rozmawiało w innych okolicznościach. To pomoże zmniejszyć niepokój dziecka ponieważ tylko jeden element jest zmieniany na raz (np. albo nowa osoba ALBO nowe otoczenie/ ryzyko bycia usłyszanym).
<b>Odzywanie się w klasie.</b>
Zanim dziecko będzie w stanie odezwać się przed całą klasą, przynajmniej połowa klasy powinna słyszeć już głos dziecka. Można to zrobić za pomocą ćwiczeń w małych grupach, lub słuchając nagranego głosu dziecka podczas zajęć dla całej klasy. Dziecko trzeba zapewnić, że nie będzie wybrane do odpowiedzi lub poproszone o czytanie na głos przed całą klasą, dopóki się samo nie zgłosi.
Podczas gdy pozostała część klasy jest czymś zajęta zaczynajcie pracować nad ćwiczeniami 1,2 i 3. Upewnij się, że dziecko znajduje się w odpowiednim miejscu, ponieważ nie będzie ono chciało, żeby reszta klasy widziała, jak porusza ustami.
1) Wykonywanie ćwiczeń werbalnych z dziećmi, z którymi dziecko już rozmawiało.
2) Dziecko rozmawia z asystentem nauczyciela przy jego biurku.
3) Dziecko rozmawia z nauczycielem przy swoim stoliku lub przy jego biurku.
W miarę jak dziecko będzie coraz pewniejsze, asystent nauczyciela wcześniej przerabia z dzieckiem ćwiczenia, które odbędą się w klasie tak, żeby mogło się zgłosić lub odpowiedzieć, gdy przyjdzie jego kolej (np. dziecko ćwiczy dźwięk "dź" i jeśli w klasie nauczyciel prosi dzieci o powtórzenie tego dźwięku, wtedy ono może to zrobić.)
<b>Inne pomysły</b>
Podziel klasę na małe grupy i dołącz dziecko do grupy z dziećmi, z którymi już rozmawiało. Poproś grupę, aby wyszła z sali i wykonała jakieś zadanie (np. pobieranie liści z placu zabaw i nazwanie jak największej ilości drzew).
Sadzaj dziecko na stołówce z dziećmi, z którymi już rozmawiało.
Poproś dziecko, żeby pokazało nowemu koledze szkołę i jej otoczenie.
Nie naciskaj na to, żeby dziecko odzywało się spontanicznie w klasie i podczas sprawdzania obecności - to przyjdzie jako ostatnie!

Te kroki mogą być wykonane w parze

#### Bibliografia:

'The Selective Mutism Resource Manual' by Maggie Johnson and Alison Wintgens, Speechmark Publishing.

Jo Clark, Kent Community NHS Trust

© Maggie Johnson