PLANOWANIE PRZEJŚCIA DO NOWEGO ŚRODOWISKA

Jak przygotować się do zmiany przedszkola, szkoły, klasy lub nauczyciela lub do rozpoczęcia nauki w przedszkolu lub szkole

Czas poświęcony na ustalanie i wdrażanie planu przejścia do nowego środowiska zagwarantuje to, że dziecko szybko się do niego zaadaptuje, nie nastąpi regres, ale będzie dalej robić postępy i rozwijać swoją pewność siebie oraz niezależność.

Zmiana klasy i/lub nauczyciela może być bardzo stresująca, szczególnie jeśli dziecko radzi sobie dobrze i rodzice boją się stracić dotychczasowe osiągnięcia. Jednak, jeśli przejście do nowego środowiska jest odpowiednio przeprowadzone, dzieci mogą zostawić stare wspomnienia i negatywne skojarzenia za sobą i zyskać pewność siebie i niezależność w nowym otoczeniu. Z poniższych rad wybierz te, które są odpowiednie do wieku Twojego dziecka.

1. Bardzo ważne jest, aby **cały** personel w nowym środowisku był poinformowany o naturze fobii i wskazaniach dotyczących pracy z dziećmi z mutyzmem wybiórczym i żeby nikt nie wywierał na dziecku presji, żeby mówiło, chyba, że jest na to gotowe. Zarówno rodzice jak i personel powinni zapewnić dziecko, żeby się nie martwiło, bo BĘDZIE w stanie mówić, jeśli zrobi to małymi kroczkami, słowo po słowie, włączając w to kolejne osoby. Personel musi być przygotowany na to, aby zachowywać się normalnie, jeśli dziecko coś powie, bez zwracania nadmiernej uwagi na to. Powinni po prostu zareagować na to, **co** dziecko powiedziało, a nie na to, że dziecko coś powiedziało w ogóle.
2. Znajdź w nowej placówce takiego pracownika, który pomoże dziecku, jeśli będzie to konieczne, i będzie regularnie sprawdzać, czy dziecko jest szczęśliwe, nie jest prześladowane itd.
3. Przygotowania powinny rozpocząć się z wyprzedzeniem paru tygodni, należy mówić pozytywnie o nowej sytuacji i zaznajomić dziecko z budynkiem, klasą i personelem na przykład poprzez:
   - wizyty w szkole z rodzicami podczas kiermaszów letnich, koncertów, wydarzeń charytatywnych, przedstawień itd;
   - pobyt w szkole/klasie kiedy budynek jest pusty (podczas wakacji lub po lekcjach), żeby przyzwyczaić się do rozmawiania z rodzicami na terenie placówki;
   - zrobienie zdjęć i stworzenie książki „Moja nowa szkoła”;
   - zorganizowanie nieformalnego spotkaniaz dyrektorem/pedagogiem/wychowawcą/innymi pracownikami, jeśli to możliwe. Jeśli będziecie mogli to zabierzcie ze sobą młodsze rodzeństwo. Nie zdziwcie się, jeśli dziecko będzie mówić – poproście szkołę, aby budowała na tym dalszą terapię;
   - zorganizowanie wizyty w szkole z poprzednią klasą i dodatkowa wizyta z zaprzyjaźnionym dorosłym/ przyjacielem/przyjaciółką;
   - zorganizowanie wizyty nowego nauczyciela/nauczyciela wspomagającego w obecnej klasie lub w domu (wizyty domowe są najbardziej korzystne);
   - zastosowanie programu małych kroków z nowym nauczycielem/nauczycielem wspomagającym.
4. Jeśli nie można spotkać się wcześniej z personelem, spróbujcie zagwarantować dziecku ciągłość doświadczeń na przykład poprzez:

Tłumaczenie: Joanna Głogowska

© Maggie Johnson / 2017 / Materiały ze szkolenia "Mutyzm wybiórczy - istota i metody terapii" w Warszawie 23.04.2017. Opublikowane za zgodą autorki na www.mutyzm.org.pl

- przejście do nowego środowiska z przyjacielem/przyjaciółką;
- poproszenie poprzedniego nauczyciela/nauczyciela wspomagającego, żeby spędził z dzieckiem parę pierwszych dni w nowym otoczeniu;
- poproszenie członka personelu, który do tej pory prowadził program małych kroków z dzieckiem, aby na początku semestru przekazał nowej osobie, która będzie pełniła tę funkcję, co ma robić i na co zwrócić uwagę;
- pozostanie przy tej samej osobie, która do tej pory prowadziła program małych kroków (ale należy uważać, żeby dziecko nie stało się zbyt zależne od jednego dorosłego przez zbyt długi okres czasu).

5. Najlepiej byłoby, gdyby nowy nauczyciel/nauczyciel wspomagający mogli spędzić trochę czasu z dzieckiem i spróbować zbudować z nim więź podczas spotkania 1:1 podczas pierwszego tygodnia szkoły, aby na przykład:
   - dać dziecku szansę porozmawiania z nauczycielem (może to być łatwiejsze, kiedy znajduje się poza klasą);
   - zapewnić je o tym, że nikt nie będzie zadawać mu pytań, ani wybierać go do pokazywania czegoś przed wszystkimi, chyba że samo się do tego zgłosi;
   - zapewnić je o tym, że wszyscy będą dbali o to, żeby wszystko było w porządku, dziecko miało z kim siedzieć w ławce, rozumiało, co ma zrobić, mogło pójść do łazienki, jeśli będzie miało taką potrzebę itd.;
   - zapewnić je o tym, że na początku może brać udział w grach tylko poprzez wskazywanie na różne przedmioty, potakiwanie itd.;
   - zapewnić je o tym, że może brać udział w lekcji/zadawać pytania poprzez zapisywanie odpowiedzi/pytań, aż do momentu kiedy poczuje się na tyle komfortowo, że będzie chciało się odezwać;
   - zapewnić je o tym, że nauczyciel czasem będzie podnosił głos, ale to nie znaczy, że jest zły (dzieci z MW bardzo boją się, że zrobiły coś źle i wolą się wycofać niż zostać skrytykowane).
6. Wspomagaj rozwijanie się przyjaźni z innymi dziećmi tak aktywnie, na ile to możliwe, szczególnie poza szkołą poprzez zapraszanie rówieśników do domu/na podwieczorki/ nocowaniaitd. Spróbuj dowiedzieć się wcześniej, czy w okolicy są dzieci, które chodzą do tej samej szkoły/przedszkola i nawiąż kontakt z ich rodzicami. Nauczyciele mogą pomóc i zasugerować, które dzieci nadawałyby się na przyjaciół najlepiej i zapoznać Was z ich rodzicami, jeśli rodzicom trudno jest wykonać pierwszy krok.
7. Rodzic/ opiekunpowinien pozostać z dzieckiem w przedszkolu do momentu, aż dziecko czuje się na tyle komfortowo, że będzie mógł wyjść. Nie oczekuj, że dziecko będzie się BAŁO, ponieważ ta obawa udzieli się także dziecku. Rodzice muszą być zrelaksowani i spokojni oraz chwalić dziecko za to, że jest dzielne i zostało samemu dłużej niż poprzedniego dnia. Jednak nie opóźniajcie momentu separacji zbyt długo, bo tylko poprzez stawienie czoła strachowi i radzenie sobie z nim, dziecko nauczy się nie bać.
8. Jeśli dziecku trudno jest odnaleźć się w grupiezerówkowej, rodzice mogą przyjść przed zakończeniem zajęć i dołączyć się do paru ostatnich ćwiczeń w klasie, tak żeby dziecko wyszło ze szkoły z pozytywnymi doświadczeniami. Ewentualnie, rodzic może zostać na pierwsze pół godziny, biorąc udział w różnych aktywnościach i pomagając dziecku zintegrować się/poznać inne dzieci/ zbudować relację w wyznaczonym do pomocy dorosłym. Czasami to może być konieczne także w pierwszej/drugiej klasie.

Tłumaczenie: Joanna Głogowska
© Maggie Johnson / 2017 / Materiały ze szkolenia "Mutyzm wybiórczy - istota i metody terapii" w Warszawie 23.04.2017. Opublikowane za zgodą autorki na www.mutyzm.org.pl

9. Dzieci przygotowujące się do przejścia do ostatnich klas szkoły podstawowej lub liceum muszą podstawowo skupić się na budowaniu swojej samodzielności poza szkołą i pewności siebie w rozmawianiu z nieznajomymi np. poprzez wykonywanie rozmów telefonicznych, robienie zakupów, wyprowadzanie psa, zamawianie pizzy, organizowaniu zbiórki pieniędzy na czyjeś urodziny, zarabianiu pieniędzy poprzez mycie samochodów lub opiekowanie się dziećmi, chodzenie na basen, uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych, rozwijaniu swoich zainteresowań itd. Wakacje to dobry czas na robienie różnych rzeczy z innymi dziećmi, które także będą chodziły do nowej szkoły i na spotykanie osób, które nie wiedzą o trudnościach dziecka. Pewność siebie wzrasta poprzez kolejne osiągnięcia i w czasie kiedy dziecko próbuje zdefiniować to, kim jest, może łatwiej będzie go przekonać, że start od początku w nowym środowisku to dokładnie to, czego potrzebuje. Jeśli będzie w stanie rozmawiać z nieznajomymi to będzie mogło także odezwać się w nowym otoczeniu.

Ważne: W filmie dokumentalnym BBC „Moje dziecko nie będzie mówić" (ang. My childwon'tspeak") pokazano, jak Danielle zmieniła szkołę w wieku 14 lat i była w stanie odzywać się w nowym środowisku już od pierwszego dnia. Wiedziała, że nikt tam nie byłby zaskoczony tym, że mówi, ponieważ nikt tam nie znał jej historii i że jeśli uda jej się wydusić z siebie jedno słowo, nikt nie będzie o niej myślał, jak o dziecku, które nie mówi. Mimo tego, że waliło jej serce, powiedziała to jedno słowo i bazując na tym i kolejnych małych sukcesach weszła w nowe środowisko. Ten film można obejrzeć na YouTube: https://www.youtube.com/watch?v=toX0GLFbtiQ

10. I na koniec, spróbuj się zrelaksować i ***nie przenoś swojego własnego lęku na dziecko!*** Jeśli nikt nie będzie bał się tego nowego kroku, to może to być właśnie ten świeży start, którego Twoje dziecko tak bardzo potrzebuje.

Tłumaczenie: Joanna Głogowska

© Maggie Johnson / 2017 / Materiały ze szkolenia "Mutyzm wybiórczy - istota i metody terapii" w Warszawie 23.04.2017. Opublikowane za zgodą autorki na www.mutyzm.org.pl