

SELEKTIV MUTISM

Information till nära personal i förskola/skola



FÖRSTÅ

Selektiv mutism är inte normal blyghet eller envishet, det är ett psykologiskt problem där barn har utvecklat fobi för att prata med någon utanför deras begränsade komfortzon.

Panikreaktionen kan vara så extrem och skrämmande att de antingen fryser och blir oförmögna att prata eller gör allt de kan för att undvika att behöva prata. När barnet ombeds tala känner hen sig orolig. Genom att vara tyst, minskar hen sin ångest. Positivt är att barn med selektiv mutism kan lära sig att tala utan att känna ångest. Uppmärksamheten mot barnet är ofta det som skapar ångesten, och vissa av barnen med Selektiv mutism eller talängslan kan därför ha svårt att göra även andra saker inför andra.

Eftersom tystnaden vanligtvis sker i förskolan/skolan, är det klokt att börja arbeta på denna plats. Stödet kommer att utformas för att minska barns oro för att prata. Detta kommer att involvera föräldrar och förskole/skolpersonal. Precis som barnet troligtvis har ett inlärt beteende av att vara tyst och också förstärkt det genom erfarenhet, så kan lite tal i trygga situationer, i små steg också hjälpa till att ge barnet erfarenheter där pratandet inte ger upphov till lika stark ångest. Ett nytt beteende kan alltså läras in.

Genomförs ett specifikt program för att arbeta med elevens Selektiva mutism av annan aktör bör förskola/skola parallellt arbeta fram en plan för anpassningar och utveckling av fungerande kommunikation mellan barnet och personal samt mellan barnet och andra barn. Detta kräver liksom i det ev. externa programmet nära samarbete med barnet och barnets vårdnadshavare.

Syftet är att skapa förutsättningar för att på sikt bättre kunna visa sina förmågor, kunskaper i förskola/skola. Det kan exempelvis vara att man på gruppnivå ser till att skapa möjligheter att använda ickeverbal kommunikation för att svara på frågor.

INFORMATION

Det är av stor vikt att ge information om selektiv mutism till vårdnadshavare, all personal på skolan och andra barn. Hur det kan te sig och vilka reaktioner på tystheten som är vanliga. Involvera barnet med selektiv mutism om vad/på vilket sätt information till andra barn ska ges.

ÖVERGRIPANDE FÖRHÅLLNINGSSÄTT

Det gemensamma förhållningssättet för ett barn med SM behöver utgå från det som benämns som defokuserad kommunikation, det vill säga kommunikation med fokus på uppgiften, inte på barnet. Detta innebär exempelvis:

- Sitt bredvid istället för mittemot.
- Var försiktig med ögonkontakt – gemensamt fokus.
- Undvik direkta frågor – ställ hellre "undrande" frågor.
- Ge möjlighet till tid för gensvar.
- Upprätthåll dialogen. Även om barnet inte svarar verbalt bör man fortsätta dialogen så länge det inte sätter press på barnet att svara.
- Benämnm det som händer.
- Var sparsam med beröm vid tal.
- Normalisera och visa att vi förstår.

STÖD

På sikt ska barnet gradvis exponeras för ångestframkallande situationer, i små planerade steg som gör det möjligt för barnet att övervinna och tämja sin rädsla. Viktigt att skapa trygghet för barnet samt skapa sätt där barnet kan förmedla sig. Om barnet upplever sig ha kontroll över sin situation, ökar möjligheten för att barnet på sikt ska kunna tala utan att få extrem ångest. Visa att du tror på barnets förmåga att lära, utvecklas och att tala (tystnaden är temporär).

Se till att:

- barnets ångest följs upp och är hanterbar
- stöttande åtgärder finns både hemma och i skolan
- barnets rädsla för att tala inte förstärks eller underhålls
- barnet inte far illa socialt, hjälp till att få in barnet i socialt samspel.

Se över:

- Hur är det på rasterna?
- Lunch, vem äter barnet med?
- Hur funkar det på fritidshemmet?
- Toalettbesök, hur förmedlar barnet att det behöver gå på toaletten. Känns alla toaletter ok?
- Vem ska barnet vända sig till om något händer vid ovanstående? Möjliggör för barnet att komma med egna förslag.
- Hur ska barnet förmedla sig under dagen?
- På vilket sätt kan barnet få sin röst hörd?
- Vilka anpassningar kan du göra så att eleven kan göra lika som gruppen, exempelvis ställa ja-och nej frågor så att alla svarar med tummen upp eller tummen ned.
- Hur ser samarbetet med vårdnadshavarna ut?
- Har barnet svårt att göra även andra saker än att just tala inför andra?

VAR FLEXIBEL

Det är viktigt att börja där barnet befinner sig och att hålla reda på barnets framsteg för att kunna anpassa stödprogrammet utifrån deras framsteg eller svårigheter. (Se bil. 1 Stadiemodellen)



TRÄNING

Viktigt att jobba i små steg och samarbeta med vårdnadshavare. Utgå från de personer som barnet är mest trygg med. Planera i vilken miljö träningen ska ta sin början. I förlängningen är det så att ju fler personer barn kan öva på att prata med, desto lättare blir det för dem att övervinna sin ångest, man utökar barnets talcirkel. (personer som barnet är bekväm att tala med). Ibland behöver man börja i hemmet. Det finns två metoder som brukar användas "Sliding in" och "Shaping" där barnet stegvis och på ett strukturerat sätt får träna på att prata med kamrater, skolpersonal eller andra viktiga personer. Träningen sker oftast via föräldrar och skolpersonal, under handledning av kunnig personal inom Selektiv mutism. Metoderna innebär kortfattat att man:

Sliding in: Utgår från en situation som fungerar och introducerar nya personer gradvis.

Shaping: Utgår från en situation som fungerar, ökar den kommunikativa utmaningen i små steg.

STARTA SNABBT

Ju tidigare vi börjar med generella anpassningar för barn med talängslan desto bättre, eftersom vi förhindrar att beteendet blir "förankrat", och vi låter barnet komma ur denna "roll" av en icke-talande individ.

Stadiemodellen

Inspirerad av Confident talking the stages of one-to-one interaction. Johnsons & Wintgens, (2017).

