

# Dotyk i komunikacja Ch.Knill

Dotyk i komunikacja Ch. Knilla Program ten przeznaczony jest dla rodziców i nauczycieli dzieci, które posiadają różnego typu zaburzenia. Założeniem tego programu jest oparcie działań stymulacyjnych rozwoju dziecka na zmysle dotyku. Doświadczenie kontaktu fizycznego jest podstawą rozwoju związków z innymi ludźmi i komunikacji między nimi. Na skuteczność oddziaływań nie ma wpływu ilość, lecz jakość kontaktów, jakie dziecko ma z innymi ludźmi. O wiele ważniejsze jest powtarzanie tych samych sytuacji, niż wprowadzanie coraz to nowszych, nieznanym dziecku okazji do tego kontaktu. Aby program ten był jak najlepiej zaplanowany i przygotowany, należy:

- określić potrzeby partnera - podzielić odpowiedzialność za sesję kontaktu - dostosować spotkania do codziennego planu dnia - przygotować niezbędne wyposażenie do prowadzenia sesji. W programie tym dużą rolę odgrywa muzyka. PROGRAM AKTYWNOŚCI: ŚWIADOMOŚĆ CIAŁA, KONTAKT I KOMUNIKACJA

M.Ch.Knillów Podstawowym celem jest: - rozbudzenie aktywności osoby niepełnosprawnej - zachęcenie do działania i przejawiania własnej inicjatywy (chodzi o osoby niepełnosprawne) Działania terapeutyczne oparte są na: - tworzeniu sposobności do doświadczenia - nabywanie i organizowanie podstawowych informacji o sobie. Niezbędne do tego jest stworzenie warunków, w których dziecko (podopieczny) będzie czuło się

bezpiecznie, w których możliwe będzie wywołanie i utrzymanie jego uwagi. Muzyka stanowi ważny element programu aktywności, – dlatego też każdą aktywność poprzedzają i kończą specjalne dźwięki. Programy zawierają opis sposobów notowania postępów w rozwoju podopiecznego. Obejmuje on: - uczestniczenie w zajęciach - ważność - występowanie zachowań zakłócających.

### METODA KONTAKTÓW Knillów

W życiu człowieka najwcześniej pojawiają się doznania związane z odczuwaniem dotyku, ruchu. Dlatego są one mu najlepiej znane i skutecznie zaspokajają potrzebę poczucia bezpieczeństwa. Pozwalają również na zdobywanie informacji na temat swojego ciała, wyodrębnienie go z otoczenia, a przez to ułatwiają rozwój poznawczy. Metodą opartą o kontakt z ciałem są między innymi programy aktywności. Zostały one stworzone przez Mariannę i Christophera Knillów i przeznaczone są do pracy z osobami niepełnosprawnymi. Podstawowym ich celem jest rozbudzenie aktywności osób niepełnosprawnych, zachęcenie jej do działania i przejawianie własnej inicjatywy.. Działania terapeuty oparte są na tworzeniu sposobności do doświadczenia, nabywania i organizowania podstawowych informacji o sobie. Temu ma służyć dążenie do tworzenia warunków, w których możliwe będzie wywołanie i utrzymanie jego uwagi. Aby to osiągnąć, tzn., aby ta osoba niepełnosprawna mogła rozpoznać sytuację, która za chwilę nastąpi- każdą aktywność poprzedzają i kończą specjalne dźwięki. Na potrzeby programu została specjalnie skomponowana

muzyka, która powinna towarzyszyć wszystkim aktywnościom, ponieważ tworzy ramy czasowe pomagające w zorganizowaniu jego ruchów. Jeżeli chodzi o częstotliwość pracy według programów uzależnione jest to od indywidualnych cech dziecka. Z doświadczeń wynika, że dzieci ze znacznymi trudnościami komunikacji zwykle wymagają codziennych powtórzeń. Ważny jest wybór pory dnia i odpowiedniego miejsca, w którym program może być przeprowadzany regularnie i skutecznie. W pierwszych trzech programach wymagane jest, aby dziecko miało własną matę. Metoda obejmuje 4 programy aktywności oraz program wprowadzający i specjalny program przeznaczony dla potrzeb dzieci, które są bardzo niesprawne fizycznie lub, które potrzebują więcej czasu na wykonywanie czynności. Program taki oznaczony jest skrótem SPH. Program Wprowadzający potrzebny jest po to, aby móc określić ramy programowe dla tych dzieci, które są hiperaktywne, bardzo małe albo mają niewystarczającą koncentrację uwagi, aby uczestniczyć w Programie 1 lub 2. Program 1 koncentruje się początkowo na górnej części ciała, a Program 2 na niższej połowie. Program 1 i 2 mogą być realizowane w różnym stopniu, w zależności od zdolności dziecka do uczestniczenia w nich. Program 3 wymaga znacznie większej świadomości społecznej dziecka, ruchliwości i koordynacji. Program 4 wymaga odpowiedniego poznania świadomości ciała, większej samokontroli, wyższego poziomu rozumienia pojęciowego, koncentracji i społecznej wrażliwości.

Numer programów niekoniecznie wskazuje na porządek, w którym powinny być zastosowane. **PLANOWANIE I PRZYGOTOWANIE SESJI KONTAKTU** Sesja kontaktu jest procesem obejmującym wiele stadiów. Przed rozpoczęciem pracy bardzo ważne jest: 1. Określenie potrzeb naszego partnera – zdecydowanie się na kierunek pracy i zastanowienie się nad tym, jak sesja może wpłynąć na całość jego rozwoju. Jeżeli chcemy, aby partner stał się bardziej otwarty i komunikatywny, musimy postarać się zrozumieć, jakie są jego obecne związki z innymi i jak się rozwijał jego stosunek do otoczenia. Ważna jest również elastyczność działania i dostosowanie tego, co robimy, do naszych własnych doświadczeń i do stopnia rozwoju partnera. 2. Podział odpowiedzialności za sesję kontaktu – rozwój dobrej komunikacji uzależniony jest od wzajemnego poszanowania i zrozumienia intencji i działań partnerów. Personel ma za zadanie pomóc partnerom w zdobyciu pewności, że mogą mieć wpływ rzeczywisty na sytuacje i relacje z innymi. Wymaga to dużej ostrożności i cierpliwości. Podczas prowadzenia sesji kontaktu partner nie powinien być narażony na zmiany personelu. Bardzo ważne jest, żeby profesjonalista wspierał zawsze rodziców i aby samodzielnie podjęli decyzję, czy chcą aktywnie uczestniczyć w sesji kontaktu. Rodzice muszą być przekonani, że ważność sesji kontaktu polega na stworzeniu dla dziecka okazji do umocnienia bliskości, interakcji i bezpieczeństwa zarówno poza domem jak i w nim. Ważne jest nawiązanie kontaktu i współpracy wśród

całego personelu, oraz rozpatrzenie ćwiczeń wykonywanych podczas sesji kontaktu w kontekście wszystkich innych zajęć naszego partnera – zwłaszcza edukacyjnych i terapeutycznych. 3. Dostosowanie sesji kontaktu do codziennych rytuałów i planu dnia – pomaga to zrelaksować się, cieszyć zajęciami i bardziej aktywnie powiązać wszystko, co zdarzyło się do tej pory.

Regularność zdarzeń pozwala naszemu partnerowi zapoznać się z otoczeniem, rozwija zaufanie i antycypację. Jak często, o jakiej porze dnia, ile czasu potrzebujemy? – decydujemy uwzględniając potrzeby naszego partnera. 4. Wybór pokoju i zaplanowanie wyposażenia – otoczenie powinno dawać poczucie bezpieczeństwa, spokój i relaksację. Miejsce, w którym pracujemy, oraz pozycja, którą przybieramy podczas pracy wpływają na naszą zdolność do zrelaksowania się, np. wałek do oparcia, duże poduszki, materace.

Temperatura pokoju, użycie olejków i zapachów, kąpiel, basen terapeutyczny lub prysznic to również niezbędne i bardzo ważne czynniki do prawidłowo przeprowadzonej sesji kontaktu. 5. Jeżeli sesja ma być dla partnera rzeczywiście dobrym doświadczeniem, musimy rozwinąć swoją wrażliwość na to, jak on okazuje swoje potrzeby i nauczyć się reagować w sposób zapewniający pozytywny rozwój kontaktu i komunikacji. Tylko osoba, która czuje się bezpieczna, może skierować uwagę na zewnątrz, wykazać spokój i aktywność, konstruktywną inicjatywę, może być otwarta na nowe doświadczenia – poczuć się pewnie. Ważnym zadaniem dla opiekuna jest nauczanie

się identyfikowania granic partnera i danie mu poczucia, że je szanujemy. 6. Sesje kontaktu są bardzo przydatną metodą pracy z ludźmi w każdym wieku. U osób, które mają ubogi język, ograniczone inne środki, dzięki którym mogą rozumieć i wyrażać uczucia, przeżywane frustracje mogą wywołać jawne reakcje o naturze seksualnej. Są jednak rzadko kierowane do personelu lub innych dorosłych – powinny być rozważane w kontekście całości życia emocjonalnego naszego partnera. 7. Wzrost świadomości osobistej – postępy w sesji kontaktu uzależnione są od tego, na ile jesteśmy świadomi wpływu naszych reakcji i języka naszego ciała na partnera. Dobry kontakt oparty jest na szacunku, okazywaniu pragnień i wrażliwości na reakcje i pragnienia innych. 8. Potrzeba obserwacji, dostosowywania naszego podejścia do partnera, ocena efektów jest niezbędna, aby sesja kontaktu była skutecznym instrumentem pracy. Można prowadzić dzienniczki, zapis video, który da możliwość obserwacji sesji z boku i dostrzeżenie wszystkich detali, które występują w dialogu z partnerem. Sesja kontaktu może wywoływać silne uczucia i reakcje – zarówno pozytywne jak i negatywne – dlatego wskazane jest korzystanie z profesjonalnych grup dyskusyjnych i wskazówek specjalistów, ewentualnie stworzenie grup wsparcia. CHRISTOPHER KNILL w swojej pracy „ DOTYK I KOMUNIKACJA ” opisał zastosowanie dotyku, który przyczynia się do pozytywnego rozwoju kontaktu i komunikacji. Podejście „ Dotyk i Komunikacja ” jest wynikiem kilkuletnich doświadczeń w pracy z dziećmi,

młodzieżą i dorosłymi, którzy mają ograniczone zdolności ekspresji, są pasywni albo mają negatywne relacje z otaczającym światem. Program „Dotyk i Komunikacja” jest przeznaczony dla rodziców dzieci upośledzonych i dla tych wszystkich, którzy mają małe dzieci. Ponieważ dzieci stanowią grupę podstawową dla działania, sądzę, że podejście to jest również odpowiednie dla młodzieży i dorosłych, którzy napotykają na poważne trudności w komunikacji. Podejście „Dotyk i Komunikacja” wymaga otwartości, świadomego i uczciwego powiązania naszego własnego życia emocjonalnego z życiem emocjonalnym innych. Zadaniem tej książki jest wsparcie każdego, kto ma motywację do rozwijania osobowego podejścia do komunikacji poprzez dotyk. Sądzę, że nie jest do tego potrzebne zautynizowanie nawyków, które może stworzyć ryzyko traktowania innych w sposób profesjonalny. Ponieważ termin „masaż” ma profesjonalne terapeutyczne skojarzenia, mogą one ograniczać wolę naszego uczestniczenia w relacji z innymi, a tym samym możliwość rozwoju komunikacji. Dlatego zdecydowano się nazywać praktyczne ćwiczenia prowadzone zgodnie z podejściem „Dotyk i Komunikacja” – sesją kontaktu. Celem sesji kontaktu jest stworzenie odpowiednich warunków (ram) wspierających rozwój wzajemnej komunikacji. Dlatego zdecydowaliśmy się na używanie terminów opiekun i partner. Zadaniem opiekuna jest wprowadzenie partnera w sesję i zbudowanie nastroju w taki sposób, aby sprzyjało to pozytywnemu budowaniu jego samoświadomości, oraz zaproponowanie

mu takich aktywności, które mogą rozwinąć jakość kontaktu i komunikacji. W efekcie rola naszego partnera powinna się zmieniać przez cały czas. Początkowo powinniśmy poświęcić mu całą naszą uwagę. W rozdziale I opisane są potrzebne warunki „zdrowego” kontaktu, komunikacji i relacji pomiędzy ludźmi. Rozwój zdrowej komunikacji uzależniony jest od tego, czy dorosły i dziecko potrafią odnaleźć „wspólną falę”. Większość rodziców małych dzieci wie, o czym myślę. Jest to kwestia identyfikowania i całościowego reagowania na wzajemne sygnały. Efektem jest radosny dialog, który pojawia się i rozwija w przyjemnej sytuacji, ze wspólnym ogniskiem uwagi. Dla takich czynności jak karmienie, ubieranie i zabawa, charakterystyczna jest powtarzalność i regularność. We wczesnym stadium rozwoju języka ciała niemowlęcia jest on zmienny i intuicyjny. Reakcją często są płynne i zależą od stanu niemowlęcia – od tego, czy jest najedzone, czy głodne, suche i zadbane, czy ma mokro i jest mu nieprzyjemnie. Najbardziej wrażliwym kanałem sensorycznym jest skóra. Podstawowymi dla nas są informacje i stymulacje, które otrzymujemy dzięki kontaktowi fizycznemu, dlatego dotyk jest dla naszego rozwoju szczególnie ważny. Dziecko, które odczuwa oparcie i bezpieczeństwo, ma ufność do otaczającego go świata. Istnieje związek pomiędzy dobrym kontaktem fizycznym we wczesnym dzieciństwie i późniejszym rozwojem: pewność siebie, pewność poczucia własnej wartości i zdolności do stawiania zdrowych ograniczeń w późniejszym dorosłym życiu. Dziecko, które w kontakcie



fizycznym czuje, że jest akceptowane, rozwija zaufanie do innych i wiarę w siebie. Natomiast dziecko pozbawione pozytywnego zdania o sobie, odnosi się do wszystkiego z większą rezerwą, jest zamknięte i podejrzliwe w stosunku do innych. Fizyczna bliskość i dotyk są podstawą skutecznej pracy z dziećmi i dorosłymi, których komunikacja nie rozwinęła się we wczesnych stadiach. Jednak nie zawsze potrafimy przewidzieć, jaki rodzaj kontaktu jest potrzebny. Potrzeby ludzi z ciężkimi defektami komunikacji – wiele programów edukacyjnych przeznaczonych dla ludzi ze znacznymi i głębokimi trudnościami uczenia, opiera się na założeniu, że należy im dostarczyć dużo zróżnicowanej sensorycznej i interpersonalnej stymulacji, a „ reszta zrobi się sama ”. Ramy interakcji powstają w sposób naturalny, gdy rodzic lub opiekun tworzą adekwatną strukturę i wsparcie dla interakcji z dzieckiem. Aby to osiągnąć, musimy być świadomi, jakich komponentów używamy budując „ rusztowanie ” i które z nich będą najlepiej tolerowane, zgodnie z potrzebami osoby, za którą jesteśmy odpowiedzialni. Ważne jest uwzględnienie następujących spraw: 1. wybór pierwszoplanowej osoby – jest nią opiekun 2. ilość i częstość aktywności 3. otoczenie fizyczne 4. granice czasowe 5. porządek i sekwencja Kluczem do skutecznego podejścia jest znalezienie odpowiedniej równowagi pomiędzy powtarzalnością i zmiennością oddziaływań. Zwykle zrutynizowane czynności przebiegają z rozpoznaniem, bezpieczeństwem i poczuciem kontroli nad otoczeniem.

Świadomość własnych kanałów ekspresji i języka ciała, jakim jest: - głos – narzędzie zdobywania i utrzymywania uwagi partnera, dzięki odpowiedniemu użyciu głośności, tempa, pauz, rytmu i tonu - wyraz twarzy – „ przykucie wzroku” dziecka, inicjowanie i podtrzymywanie kontaktu wzrokowego, odpowiednia mimika twarzy - pozycja ciała i ruch – ruchy, które są powolne rytmiczne, redukują pobudzenie 4