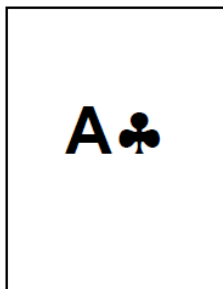
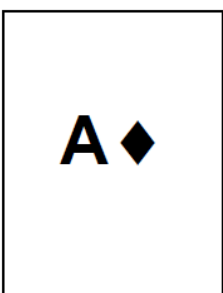


ROZMAWIANIE Z DZIECKIEM O JEGO LĘKU PRZED MÓWIENIEM



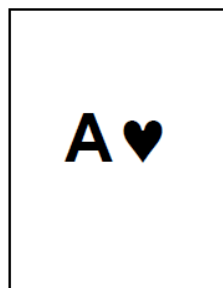
Uznaj strach dziecka przed mówieniem.

Daj dziecku do zrozumienia, że rozumiesz jego trudności i uczucia, których doświadcza, kiedy próbuje coś powiedzieć. Wiesz, że dziecko chce i próbuje mówić, ale tak bardzo się tego boi, że nie jest w stanie tego zrobić – słowa jakby grzęzną mu w gardle. Języka, jakiego będziesz używać i to, o czym dokładnie będziesz mówić, będzie zależało od wieku dziecka, ale nawet bardzo małe dzieci będą czuły się lepiej, jeśli ich problem zostanie zauważony a nie zignorowany czy źle zrozumiany przez innych.



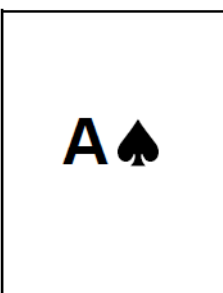
Zapewnij dziecko, że nie jest samo.

Młodsze dzieci muszą wiedzieć, że jest wiele innych wspaniałych dzieci, którym na początku także trudno jest mówić. U starszych dzieci (tak samo jak i u dorosłych) może to być szczególnie ważne, żeby powiedzieć im, że ich trudności mają nazwę (mutyzm wybiórczy) i że inne osoby w ich wieku poradziły sobie z nimi. Spokojne, uczciwe podejście do sprawy zwiększy w dziecku pewność siebie.



Nie naciskaj dziecko, żeby mówiło.

Dzięki temu dziecko będzie mogło się zrelaksować, podejmować nowe wyzwania i uczyć się w dowolnym środowisku. Podkreślaj, że jest wiele innych sposobów na to, żeby brać w czymś udział i świetnie się bawić. Powtarzaj, że dla dziecka najważniejsze jest, żeby było szczęśliwe i zrelaksowane. Powiedz dziecku, że nie ma pośpiechu i że może zacząć się odzywać, kiedy będzie na to gotowe. Zapewnij dziecko, że ma w tobie przyjaciela, do którego może się zwrócić, kiedy czuje się smutne.



Wyjaśnij dziecku, że odzywanie się będzie kiedyś łatwiejsze.

Bardzo ważne jest, aby dziecko postrzegało siebie, jako kogoś, kto kiedyś w przyszłości będzie mówić, i żeby wiedziało, że ty też masz taką pewność. Powiedz mu, że wiesz, że jeszcze nie jest gotowe, żeby mówić, ale to nie będzie tak zawsze, z czasem będzie mu łatwiej i dziecko będzie coraz bardziej odważne. Podkreślaj, że dziecko musi robić tylko to, co jest w stanie zrobić i że zaczynając od rzeczy, które są dla niego łatwiejsze, stopniowo będzie w stanie robić coraz więcej, aż do momentu, kiedy pewnego dnia, mówienie będzie dla niego też bardzo łatwe. Nawet dzieci w wieku

trzech lat są w stanie zauważyć logikę takiego podejścia.

Źródło: The Selective Mutism Resource Manual, second edition by Maggie Johnson and Alison Wintgens (Speechmark Publishing, 2016)