

OMÓWIENIE PROBLEMÓW Z LĘKIEM PRZED MÓWIENIEM Z DZIECMI Z MUTYZMEM WYBIÓRCZYM



Uświadom dziecku, że rozumiesz trudności z jakimi się zmagają, gdy próbuje mówić. Wiesz dobrze, że dziecko chce mówić i choć wielokrotnie już próbowało, wydaje się być tym tak przestraszone, że słowa więzną mu w gardle. Informacje oraz słownictwo jakiego powinieneś użyć zależą od wieku dziecka, jednakże warto pamiętać, że nawet najmłodszy poradzą sobie lepiej z problemem uświadomionym, niż z przemilczanym i zignorowanym.

Często zdarza się, że dorośli w dobrej wierze starają się wytłumaczyć dziecku, że mówienie jest łatwe. To przekonanie wynika z faktu, że ludzie w najbliższym otoczeniu wydają się nie mieć problemów z wypowiedzianiem. Dzieci zamiast przyznać, że boją się mówić, przekonują (również samych siebie), że nie mają na to ochoty. Obalenie tego mitu może nie tylko przynieść dzieciom ulgę, lecz również pomóc zbudować zaufanie do Ciebie i twoich rad. Dla młodszych dzieci, które nie rozumieją jeszcze w pełni problemu, z którym się mierzą, powyższa świadomość pomaga im w uporaniu się z trudnościami, a także łagodzi związany z całą tą sytuacją strach.



Uświadom dziecku, że nie jest osamotnione. Starszym dzieciom (tak samo jak w przypadku dorosłych) szczególną ulgę może przynieść świadomość, że ich zaburzenie nie tylko zostało nazwane (mutyzm wybiórczy), ale posiada także uznane metody leczenia. Młodszym natomiast znacznie łatwiej będzie uporać się z problemem, gdy dowiedzą się,

że zaburzenia mowy nie są czymś nadzwyczajnym, oraz że istnieje wytłumaczenie dlaczego występują. Spokojna rozmowa z dzieckiem zwiększy jego pewność siebie!



Warto uświadomić dziecku, że najważniejszą rzeczą jest, by było szczęśliwe i że jesteś jego przyjacielem, do którego zawsze może się zwrócić, gdy tego potrzebuje. Oczywiście chcesz, aby pozbyło się przykrych emocji, które je nękają. Kiedy dziecko mówi, że nie chce mówić, to tak naprawdę chodzi mu o to, że nie chce czuć tego lęku związanego z mówieniem. Wyobraź sobie, jak trudno musi być, gdy coś cię omija, bo nie możesz o coś poprosić albo nie możesz się z kimś zaprzyjaźnić i jak bezsilnie musi czuć się osoba, gdy nie jest w stanie nic powiedzieć. Wytłumacz dziecku, że wiesz z czym się zмага, a co więcej, że potrafisz mu pomóc. Postaraj skupić się więcej na zabawie niż mówieniu.



Wyjaśnij mu, jak zamierzasz pomóc. Dobrym sposobem, by pokonać obawę przed mówieniem jest niewywieranie presji na dziecko, by nie wykształcił się u niego nawyk unikania mówienia. Skup się na pracy z dzieckiem w sytuacjach, które dobrze mu się kojarzą. Następnie możesz je delikatnie modyfikować, aż do momentu, w którym dziecko upora się z tymi sytuacjami, które wcześniej wywoływały u niego stres.

Powiedz dziecku, że nie musi mówić dopóki samo nie nabierze ochoty, by coś powiedzieć. Warto podkreślić, że to właśnie dziecko wyznacza tempo zmian, robiąc to poprzez zabawę - w sytuacji, której czuje się bezpiecznie. Z upływem czasu dziecko będzie robić coraz większe postępy, aż do momentu, w którym zatrą się różnice między nim, a innymi dziećmi. Nawet czterolatek zrozumie logikę takiego działania.