

家长分享

2320

December 16, 2023

升升妈

如何发现SM?

我家孩子4岁半前都很正常，上课回答问题也很活跃。在他上幼儿园中班的时候我们搬家了，并且换了新幼儿园，那时候刚好疫情，新幼儿园老师跟我反映孩子不说话，也不愿意在幼儿园吃饭。

我就问孩子，为什么在幼儿园不说话，不吃饭，孩子说有病毒，怕吃饭说话被传染，当时跟孩子做了引导，孩子还是说不要幼儿园吃饭，于是我把饭做好送过去，老师说有人看着他还是不吃，要躲在角落里吃，我那时候想是不是因为疫情影响，加上跟老师不熟，有点害羞，等跟老师熟悉了慢慢就好了。

开学两个月过去了，孩子还是不能跟老师和同学说话，在学校还被同学嘲笑是哑巴，在外面要对着我耳朵说话，脾气也越来越暴躁，去幼儿园每天都哭。

后来我带他去儿童医院检查，才知道是选择性缄默症，诊断出来后，我们排队等了半年才开始**游戏治疗和沙盘治疗**。治疗了两年，孩子还是不能和老师、同学说话。

督导前状态

在幼儿园大班的时候，孩子跟我说：“他上小一年级就会说话了。”可是，现在都二年级了，让孩子跟老师打招呼，跟老师挥挥手，孩子都不理，不敢看老师。我就问孩子：“不说话对你有什么影响吗？你希望自己可以勇敢表达自己吗？”孩子说：我已经习惯了。听到他这样说，我内心非常焦虑。

就在这个时候，我非常幸运的遇到了俊华老师，她当时发了很多成功案例给我，让我看到了希望，焦虑也减轻了很多。

在今年8月，我加入了俊华老师的督导课，当时孩子只有一个小声说话的同学，而且只喜欢跟这个同学玩，亲戚朋友都在老家，伙伴系统都没有几个人。

督导后

1.家长学习：

加入督导后，我认真听千聊里的相关课程，看家长和教师手册，每周六的督导课都认真听课，做笔记，看到其他伙伴分享的有效策略和好玩的游戏，我也会记录下来，不断学习。

2. 家校合作：

9月份开学前，我把孩子的情况跟班主任说了，把书上关于学校老师应该配合的地方跟班主任也说了，她特别理解我们，主动向学校申请让我开学后进校帮助孩子。还来我家家访两次，孩子无意中回答了班主任的话。

我也主动联系学校心理老师，买书给心理老师，把书上关于学校老师应该做的相关资料打印给每一个老师，也给每一个老师写信，告诉老师应该怎么帮助孩子。

我只要有就会进校，开学前我带孩子和他同学一起去布置教室，班级需要买什么植物，我也主动去购买。

3.感谢信：

开学后两个多月，孩子进步很大，我写信给校长，感恩学校老师的帮忙，感恩学校领导让我进校，跟校长说SM是一个比较漫长的过程，希望老师们继续帮忙，然后又发了一份资料给校长和老师。

4.老师帮助计划：

我加了每一位老师的微信，把家校交流表发给老师，经常发孩子的说话视频给老师，请老师有空的时候单独跟孩子听，然后玩个小游戏，请孩子当小助手，让孩子跟老师发语音，老师们都很及时的回复孩子，孩子每次都很期待跟老师微信发语音。

心理老师每周会陪孩子一小时，为了不让孩子紧张，我说心理老师是我的好朋友，因为妈妈也是心理咨询师。

班主任经常带孩子和孩子的说话伙伴去办公室吃饭，班主任能听到孩子跟说话伙伴说话。班主任有空也会带孩子坐公交车。

英语老师会让他和两个说话伙伴一起表演英语绘本，英语老师能听到孩子读英语。

数学老师会让孩子上台展示他的剪纸，孩子有时能说话。

科学老师会让他当记录员，去叫调皮的孩子回来上课，有空也会跟他单独看视频，及时夸奖他，送他小礼物。

美术老师也会夸奖他，和他看视频，送他小礼物。

孩子的进步：

- 1.可以跟班上8个同学说话，可以跟学校心理老师说话，可以跟学校5个保安说话。
- 2.不需要妈妈陪也能自己去买东西，买东西能正常说话，看见外面发广告的叔叔阿姨，也能说话。
- 3.去外面吃饭也能自己点餐，告诉服务员要什么，跟服务员说：谢谢！
- 4.带孩子摆摊义卖玩具，可以告诉顾客玩具的价钱，会主动收钱。
- 5.可以自己跟陌生孩子玩，人不多时，跟陌生孩子正常说话。
- 6.跟很多人都可以通过对妈妈说，来回答对方问题，达到阶段3。
- 7.举行6人书友会时，轮到他，可以很小声读，他读完，妈妈再大声告诉其他同学他读的内容。。
- 8.玩脑筋急转弯，词语或成语接龙时，孩子会举手抢答，当着大家面小声说话。
- 9.虽然还不能跟班级老师说话，但是跟老师关系特别好，微信聊天聊得很嗨，下课后会去挠老师痒痒，跟老师击掌等等。

有效策略：

1.约同学过夜，一对一，反复大量约玩。

2.一枝独秀：如：猜谜语，脑筋急转弯、魔方等。

3.定目标+奖励机制：约同学去游戏场玩，带孩子玩他喜欢玩得东西，让他兴奋起来。这时候孩子提要求，很想玩什么，或者想吃什么东西，可以适当推孩子一把，鼓励孩子跟同学说话，一句话如果有点难，可以说一个字，妈妈说前面的部分，孩子补充后面的部分。实在做不到也接纳孩子，告诉他，没关系，妈妈会等你准备好了再说，我相信你一定可以的。

我家孩子很想要一个蛋仔玩具，我说，你突破跟一个同学说话，我就送给你，想跟谁说话，你自己决定，妈妈会帮你约他，在玩得过程中，还是没有说话，我提醒他，你的目标，你想争取吗？孩子说想，我让孩子跟着我，对着那个同学说话，结果他就做到了，做到了第一句，我不停地找话题跟他们聊，让孩子对着同学说，后来不用我，他们也可以聊得很开心了。

前几天孩子想要帐篷，我说帐篷很贵，妈妈不太舍得买，他说很想要。我说那还有一个办法，如果突破了三个同学，我们就买，他说太难，我说你就像之前一样，妈妈会配合你，你不用担心，如果做不到也没有关系，妈妈会等你。帐篷也会等你，等你准备好了都会有的。结果三天就做到了跟三个同学说话，孩子成就感满满。

像俊华老师说的一样，重赏之下必有勇夫。

4.户外露营:约同学去户外玩,搭帐篷,做游戏。

5.举办丰富多彩的生日会:让孩子参与策划生日会,吃喝玩乐的安排,约哪些同学,怎么约,在哪里举办等等。

6.家长进校:一次约一个同学去学校角落玩游戏。

7.跟其他家长说孩子的情况,更容易约到人,得到别人的帮助。

8.孩子和我一起写了一张名单贴在门上,在每个名字后面画5个空的爱心的,根据说话等级,达到自由大声说话涂满5个爱心,小声说话涂满4个爱心,说话声音能被听到涂满3个爱心,孩子每涂一个都很开心。

9.让他和同学一起去买东西,妈妈把钱给孩子,让他们买一样价钱的东西,故意制造交流的机会。

介绍缄默症

刚开始约同学的时候，经常有同学问我：他为什么不说话啊？我说：他在家说话是正常的，只是跟你不熟悉，你多跟他玩就会跟你说话了，然后拿孩子说话视频给同学看，同学看到了，说：真的，他会说话，他声音很好听。

玩了一段时间，孩子还是不说话，同学又会问：他跟我玩了那么久，怎么还不说话啊？我又跟同学说：“每个人都有害怕的东西，有些人害怕蜈蚣，有些人害怕蛇，他有点害怕说话，是遗传的，我小时候也不说话，后来就好了。”同学又说：“你现在好能说话啊！”我说是啊：给他一点时间，他会说话的，而且会说很多话，你可不可以多跟他说话，问他好不好，要不要这样的问题？他会点头摇头回答你，如果不回答，你也不要伤心，他需要一个过程。同学听了很开心地跟我家孩子去玩了。

因为问的同学多了，我怕孩子有心理压力，就跟孩子一起看书，向孩子介绍缄默症，把艾米的故事告诉他，他跟艾米遇到同样的困难，让他不用担心，就像艾米一样，他会好起来的。也跟他一起分析，他现在阶段几，达到阶段5，我们就成功了。

认知行为疗法

我觉得孩子不敢说话,跟他的信念是有关的,我希望通过调整他的信念,来改变他害怕说话的情况。

我跟孩子谈论他为什么害怕说话,他说有人会嘲笑他。

我说:有人嘲笑你,是真实的还是你脑子里想出来的?

他说:脑子里想出来的。

我说:如果你脑子里没有被人嘲笑的想法,你还会害怕吗?

他说:不会。

我说:你只要想着,说话被嘲笑不是真的,你是不是就不害怕说话了?

他说:是,可是还做不到。

我说:没关系,慢慢来,你可以做到的,你现在已经比之前勇敢太多了。

我说:就像有人害怕鬼,鬼真实存在吗?当你不相信有鬼,那你就不会害怕鬼。妈妈希望你不要总想着别人会嘲笑你,你下次可以试试,会被嘲笑这不是真的,就算别人嘲笑你,那又怎么样?那是别人的事,跟你没有关系。嘲笑你也不代表你不好。

孩子也能理解我说的,感觉他更轻松了!

我就分享到这里
希望每个孩子都能够勇敢地做自己
谢谢大家