

Hoe praat ik met mijn kind over stotteren?

Of je kind nu onlangs is begonnen met stotteren of dat al een tijdje doet, je vraagt je misschien af of het oké is over het stotteren te praten. Voor sommigen is praten over stotteren geen optie, ook al is iedereen zich ervan bewust. Wat je misschien zal verbazen, is dat het niet alleen oké is om te praten over stotteren, maar dat het ook voordelen heeft. Het erkennen van de worsteling en het benoemen van gevoelens kan helpend zijn. Door over stotteren te praten ontstaat een sfeer van openheid en acceptatie die zelfverzekerde en plezierige communicatie ondersteunt, stotterend of niet. Hieronder vind je suggesties hoe je dit kunt doen.

TIP	VOORBEELD ZIN
Benoem de emoties van je kind, zodat je kind de woorden leert om erover te praten. Iets eenvoudigs zoals het laten zien van emoties kan helpend zijn voor kinderen.	'Ik zie dat je verdrietig bent' of 'Je lijkt gefrustreerd'
Help je jonge kind over gevoelens te leren. Benoem ze, teken ze, lees verhalen over mensen die gevoelens ervaren, laat je eigen gevoelens zien en hoe je ermee omgaat.	"Mama is boos dus ze gaat 5 minuutjes alleen naar de andere kamer om rustig te worden en dan kunnen we erover praten." of "Dat meisje in het verhaal was zo opgewonden voor haar verjaardag dat ze bijna niet kon stilzitten. En ze was zo verdrietig toen het verjaardagsfeestje voorbij was".
Als je kind oud genoeg is om naar je toe te komen met heftige gevoelens waarbij het hulp nodig heeft, geef je kind dan de ruimte om zich te uiten. Zo leert je kind dat gevoelens niet bedreigend zijn. Jij kunt je kind helpen met zijn gevoelens om te gaan.	In plaats van "Ik weet zeker dat dat meisje je niet probeerde te kwetsen" of "Daar hoeft je niet om te huilen", probeer eens: 'Zo, dat klinkt alsof je je daardoor echt gekwetst voelde, dat is naar zeg. Vertel me er eens meer over.'
Creëer een cultuur waarin ieders verschillen in huis worden gevierd. Je kunt bijvoorbeeld samen een boek maken waarin iedereen een eigen bladzijde heeft waar hij of zij trots zijn bijzonderheid tekent. Zo'n boek kan je kind helpen stotteren te zien als gewoon een eigenschap, net als de kleur van de ogen.	Mama heeft een Brabants accent, Sonia stottert, Papa is lang, Emily heeft veel sproeten. Mama is goed in rekenen en Papa kan goed koken. Sonja is een geweldige danseres en Emily houden van gymnastiek. Sonia is aardig en nodigt altijd nieuwe kinderen uit om met haar te spelen.'
Benoem zomaar eens dat je kind stottert of wanneer je ziet dat je kind een stottermoment lijkt te op te merken.	"Goed dat je me blijft aankijken tijdens dat hobbelige woord" of "Dat was een beetje lastig, maar je bleef praten, goed gedaan!"
Vertel je kind dat het oké is om te stotteren. Dit is een van de dingen die hem/haar anders maakt en dat is oké.	'Het is oké om te stotteren. Wat je te zeggen hebt, is altijd de moeite waard om te zeggen.'
Als anderen je vragen naar het stotteren, geef dan antwoord en laat daarmee aan je kind zien hoe je het stotteren aan anderen kunt uitleggen: - o Benoem het (stotteren) - o Normaliseer het - o Vertel een luisteraar wat hij kan doen	'Ja, hij stottert, zodat je misschien wat stille momenten of herhalingen hoort, maar hij weet precies wat wil hij zeggen, dus geef hem even de tijd om dat te doen. Stotteren is slechts een van de dingen die hem uniek maakt.'

Wat als mijn kind wordt gepest



- Leg je kind uit dat het niets verkeerd heeft gedaan.
 - Kinderen pesten, omdat ze een laag zelfbeeld hebben en omdat ze moeite hebben te begrijpen dat anderen anders kunnen zijn.
 - Herinner je kind eraan dat het belangrijk is wat het te zeggen heeft en dat zijn stem gehoord wordt.
- Oefen in een rollenspel manieren hoe je kind kan reageren.
 - Speel om de beurt de rol van je kind en de pestkop en probeer verschillende reacties uit. Bijvoorbeeld weglopen, proberen onverschillig te zijn door zoiets te zeggen als “nou en?” enz.
- Maak het leuk en verzin allerlei dingen die je kind kan gebruiken in die situatie. Als je kind iets bedenkt wat niet zo handig lijkt, zet het toch op de lijst en bespreek later de voor- en nadelen van elke optie en kies je favoriet.
- Praat met de leerkracht of ouder die in de buurt is als de pester er is om een oogje in het zeil te houden.
- Trap niet in de valkuil het pesten te voorkomen door de nadruk te leggen op het controleren of verbergen van het stotteren. Dat kan de indruk wekken dat je kind ervoor moeten zorgen niet gepest te worden terwijl het pesten verantwoordelijkheid van de pester is.
- Het is de taak van de ouders hun kind bij te staan in ongemakkelijke situaties en niet om ze allemaal te voorkomen.

