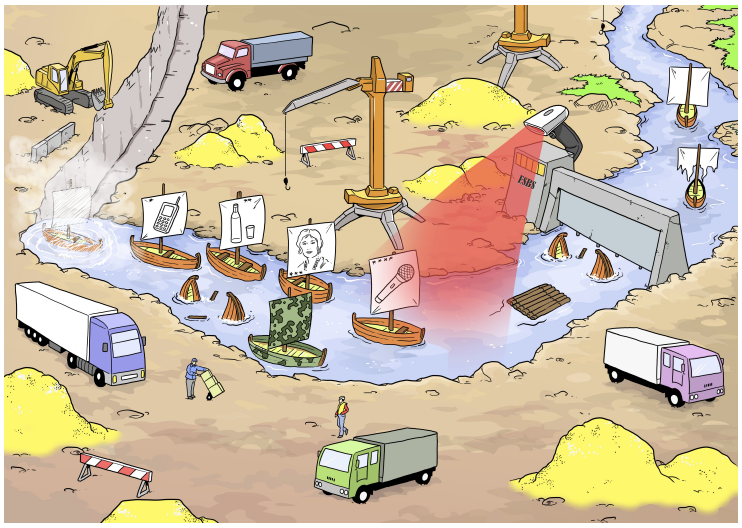
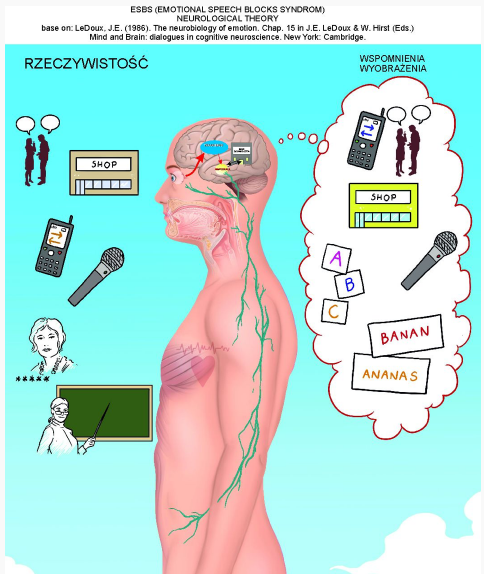
ESBS
EMOTIONAL SPEECH BLOCK SYNDROME

EMOCJONALNE BLOKI MOWY

silne napięcie emocjonalne uniemożliwiające płynne wypowiadanie się w różnych sytuacjach





co to jest ESBS

ESBS z j. ang. Emotional Speech Block Syndrome, Zespół Emocjonalnych Bloków Mowy.
Obejmuje cały aspekt powiązania komunikacji z emocjami.
Sposób myślenia o swojej mowie, tworzenie komunikatów, nadawanie ważności treści, analiza ważności, blokada narządów mowy, widoczne zaburzenia w postanie jąkania, niewidoczne bloki, kamuflaż - zmiana treści, ważności, wykorzystanie innych osób płynnie mówiących, korzystanie z interentu w celu uniknięcie rozmowy.

Autorzy modelu ESBS przedstawiają działanie emocjonalnych bloków mowy za pomocą metafory rzeki.

W ESBS nie tak istotne są wyrazy które osoba ma wypowiedzieć, a sytuacja i ważność wypowiedzi dla osoby mówiącej. Chociaż neuroasocjacja silnego napięcia i porażki na istotnych słowach może doprowadzić do selekcji tzw. "trudnych" dźwięków lub wyrazów, które i tak da się powiedzieć np. w samotności.

Tysiące sytuacji - porażek

Silne natężenie emocji związanych z komunikacją w określnych sytuacjach, powoduje częściowe lub całkowite zablkowoanie możliwości transferu głosek. Osoba cierpiąca na ESBS jest w stanie mówić płynnie np. z kolegą a milczeć np. w sklepie.
Dla wielu osób stan nagłego wzrostu emocji związanych z mówieniem jest nieprzewidywalny. Oznacza to, że trudno się przygotować na "blokadę" mowy. Zmienność ta powoduje utratę pewności i stablinośći swojej mowy.

Bezradność

Moment blok mowy lub zacięcia czasem trwa kilka milisekund może trwać też wiele dłużej. Osoba z ESBS w tej chwili nie jest w stanie zapanować nad swoją mową. Rodzina staje w obliczu bezradności nie mogąc nic zrobić, obserwują walkę dziecka o każdy dźwięk.

RZEKA

symbolizuje przepływ myśli, o czym myślimy, w jaki jakie mamy przekonania, rozmyślania o porażkach, projektowanie negatywnej przyszłosci

STATKI

komunikaty werbalne w różnych sytuacjach, mają określoną ważność dla nadawcy, mówione określonym językiem

ZAPORA

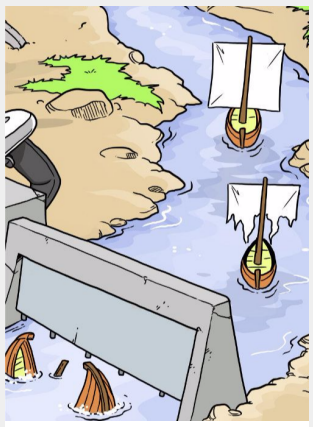
napięcie emocjonalne, analiza ważności komunikatów, napięcie narządów mowy: szczęka, język, przepona, krtań

KAMUFLAŻ

komunikaty niewerbalne pozwalające przekazać informację pomino zamkniętej zapory

TRAGARZ/ KIEROWNIK

osoby wyręczające, wspomagające, kierujące przebiegem wydarzenia, często przyczyniają się do pogłębienia problemu ESBS



**ZAPORA,
BLOKI, JĄKANIE, ZACINANIE**

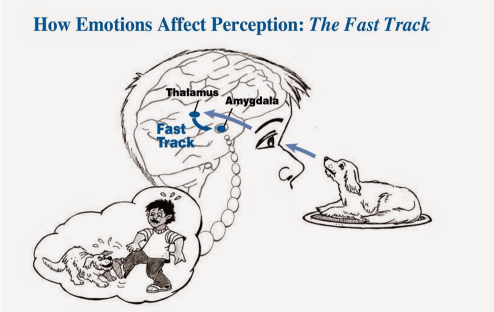
mechanizam analizy osobo/sytuacji oraz treści, całkowite zablokowanie możliwości mówienia, widoczne skurcze, słyszalne zająknięcia, powtórzenia

sytuacja, reakcja- Fast Track

stan emocjonalny ma wpływ na zachowania się ciała człowieka.
Puls, napięcie mięśni, ucieczka, bezruch, walka

walka, ucieczka, zamrożenie

Napięcie emocjonalne napina częście ciała odpowiedzialne za mowę.
Podczas reakcji Fight, osoba decyduje się na wypowiedzieć pomino napiętego ciało, reakcja Flight to rezygnacja z wypowiedzi. Załącznik zamrożenie Freeze, powoduje, że



milisekundy

Ta części mózgu ściśle ze soba współpracują. Wzgórze rozpoznaje zagrożenia a ciało migdałowate uruchamia procedurę ucieczki lub walki lub zamrożeniem, ściężką FAST TRACK. Dzieje się to w milisekunadach, wcześniej niż racjonalna część mózgu rozpoczenie weryfikację osoba stoi w bezruchu w milczeniu.

pamięć wspomnień

Wszystkie negatywne doświaczenie związane z mówieniem trafiają do Banku wspomnień oraz reakcji jakie zostały podjęta. Na tej podstawie tworzą się stałe nawyki zachowania w czasie bloków mowy.

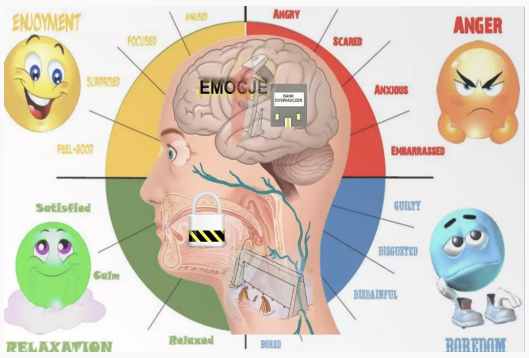
logiczną.

start mowy

rozpoczęcie mówienie można porównać do zobaczenia psa na diagramie obok i przypomnienia sobie sytuacji zwiazanej z cierpieniem. Czasem może to być tylko wyobrażenie cierpienia.

BLOKADA MOWY

- **jak powstaje?**
- **samopoczucie**
- **sytuacja patowa**



Pamięć emocjonalna

Click any text or icon to edit or style it. Use the block parameters to hide/show text or icons and change media size or position.

zmysły

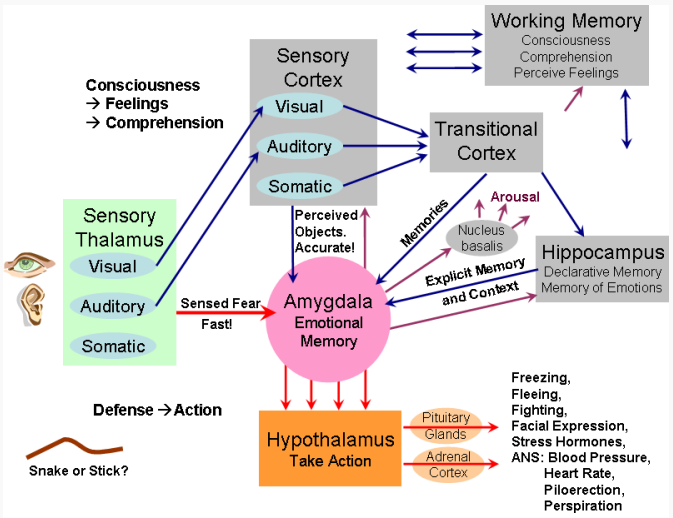
Zmysły mają duże znaczenie przy powstawaniu bloków mowy. Sam widok osoby do której mamy mówić jest stanie uruchomić blokadę. Dźwięki pewnych głosek, mogą skojarzyć się z negatywnymi przeżyciami w których osoba nie była w stanie płynnie mówić.
Na grafice po lewej stronie Sensory (Visual - wzrokowe, Auditory-słuchowe, Somatic - czuciowe)

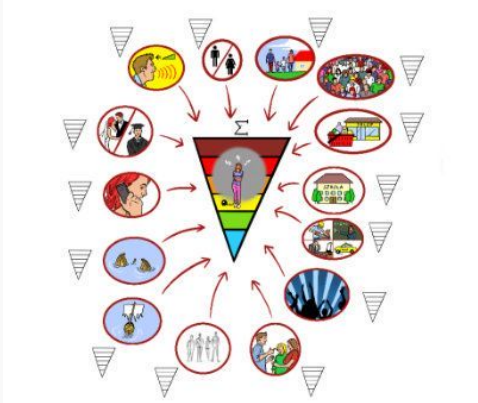
reakcje

Ciało migdałowate (Amygdala), zarząda reakcjami na wrażenia zmysłowe oraz korzysta z pamięci emocji (Memory of emotions). Oznacza to, że osoba wcale nie musi fizycznie znaleźć się w danej sytuacji, może ją sobie odtworzyć z pamięci i w ten sposób doporowadzi się do blokady. Hipotalamus zarządza rekacjami naszego ciała na poziomie fizycznym i hormonalnym. Najczęściej to: zamrożenie Freezing, Ucieczka, Walka - mówienie pomimo blokady oraz genorowanie hormonu stresu Cortyzol, który niszcząco działa na struktury mózgu i całego ciała

odczucia

Negatywne odczucia związane ze stanem bloki, przyczyniają się silniejszego zakotwiczenia napięcia ciała z aktem mowy. Im bardziej analiuzujesz tym mocniej programujesz swój mózg na negatywne zachowania.





WPŁYW SYTUACJI

Napięcie wynikowe którego doświadcza osoba z ESBS jes sumą wszystkich sytuacji z przeszłości w których była zmuszona mówić. Każda sytuacja, miejce, treść do wypowiedzenia generuje napięcie. Mogą byc takie sytuacje, że dziecko w domu rozmawia swobodnie a w przedszkolu mówic bardzo cichutko bądź wcale. Osoby dorosłe również odczuwają wzrost lub spadek napięcia w różnych sytuacjach. Rozmowa z żoną może być bardziej swobodna przy kontakcie bezpośrednim i mniej w czasie rozmowy telefonicznej. Przyżycie "porażki" związanej z mową w danej sytuacji może spowodować powstanie dużego napięcia przy powtórnej próbie nawet jeśli będzie ona za kilka dni lub tygodni.

test w samotności

bardzo łatwo jest przetestować działanie napięcia sytuacyjnego gdy osoba mówi sama do siebie gdy nikogo nie ma obok. Wypowiada się zupełnie płynnie. Wystarczy że pojawi się osoba który zapyta o cokolwiek płynność mowy może ulec zmianie.

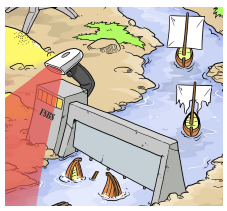
im więcej sytuacji tym gorzej

Wiek ma znaczenie w pogłębianu się ESBS. Wielość sytuacji spotkania z różnymi osobami zmuszają do wypowiadania się na różne tematy. Nauczyciele w szkole, współpracownicy w pracy, rodzice w domu. Codziennie trzeba się odnaleźć i okiełznać swój problem. Na grafice możemy zobaczyć tą sytuację w postaci złotych gór. Są to komunikaty wyrzucone na brzeg, niewypowiedziane myśli, pożegnane marzenia.

RZEKA symbolizuje język myśli z którego budujemhy wypowiedzi. Koryto jest kręte, postrzępione. To sposób myślenia o sobie, o swojej mowie, o ludziach. To nasze przekonania. Już u źródła tworzymy niepewne statki bo nasz sposób myślenia o swojej mowie nie pozwala na bycie pewnym siebie, niezależnym człowiekiem.
Rzeka to także obawy, strachy, zapętlenie się w negatywnym myśleniu. "nie powiem", "nie dam rady"

STATKI I GWIAZDKI to komunikaty werbalne (głosowe). Każdy statek to osobny komunikat w określonej sytuacji. Sytacja jest oznaczona na żaglu. Np. Możemy tworzyc wiele komuikatów przez telefon. Na żaglu widać także gwiazdku, to symbol ważności komunikaty, nadawaną przez nadawcę komunikatu. Im więcej gwiazdek tym komunikat ma większą rangę dla nadawcy.

ZAPORA, BLOKI, ZACIĘCIA, JĄKANIE Zapora składa się z trzech części: skanera, budki strażniczej oraz tamy. Skaner odczytuje ze statków sytuację, język komunikacji oraz ważność komunkatów. Budka strażnicza na podstawie ilości gwiazdek, sytuacji i wcześniejszych doświadczeć z podobnymi statkami odopowiedno zamyka lub otwiera zaporę. Symolizuje to działanie ośrodka limbicznego w mózgu. Zapora symbolizuje nasze ciało, mięśnie, narządy mowy które w momemcie zamknięcia zapory są napięte. Przed zaporą można zaobserwować zatopiony statek. Symbolizuje on blok mowy - osoba nie jest w stanie wydać z siebie dźwięku. Za zaporą widzimy statek poszarpany - widoczne zacięcia, jąkanie oraz cały statek - płynna mowa.



KAMUFLAŻ Statki kamuflażu, wojskowe moro, symbolizują komunikaty zastępcze, wymianę słów, zmianę ważności komunikatów. Skaner zapory może w ten sposób zostać oszukany i przepuścić statek w

całości. Nie zawsze jednak to się udaje.
Przykłady: Zamiast powiedzieć "poproszę herbatę" osoba mówi – "daj pić", dzieje się to dlatego że słowo herbata miało dla osoby większą ważność. skrót "daj pić" w konsekwencji doporowadzi odbiorcę do podania napoju lub dopytania "może byc herbata", na co osoba odpowie prostym "tak". Zabieg kamuflażu może byc misternie przygotowany na długo przed daną sytuacją. Zamiast zakupu Coli w barze można powiedzieć : "poprosze czarny napój gazowany" lub zapytać : "jest pepsi", widząc że jest Cola. Sprzedawca informuje że mają tylko Colę, więc klient potwierdza że może być, w ten sposób osiąga zamierzony cel nie mówić słowa Cola które w tym momencie była dla niego ważne i powstałoby ryzyko bloku. Kamuflaż to też wykorzystywania kłamstwa np. nie wiedziałem, nikogo nie było itd..

TRAGARZE I KIEROWNICY Funkcjonowanie z ESBS cz często powołuje do życia pomocników. Należą do nich tragarze czyli osoby wyręczające z czynności mówienia. Najczęściej są to małżonkowie, rodzice, dziadkowie lub przyjaciele znający temat.
Doskonale sprawdzają się w zakupach, telefonowaniu, załatwiani spraw gdy ryzyko bloku byłoby zbyt duże. Z upływem czasu robią to nawykowo nie pytając czy osoba z ESBS może chciałaby powiedzieć. Bywają sytuacje, że tragarz załatwia sprawę w odmienny sposób niż planowała to osoba z ESBS, nierzadko mają o to pretensje. Kierownicy to osoby motywujące do mówienia pomino wiedzy o trudności w mowie swoich bliskich. Rodzice bądź małżonkowie specjalnie powierzają zadania załatwienia sprawy chcąc usamodzielić bliskich. Kierownik może też być tzw. "korektorem" zwracają uwagę na wszystkie zacięcia, skurcze, tricki mówiąc: "staraj się", "tylko się czasem nie jąkaj". Kierownik może przyczyniać się dodawania lub ujmowania gwiazdek na masztach statków.

TRATWY to komunikaty niewerbalne, pisemne. Bardzo czesto wykorzystywane przez osoby z ESBS dla unikniecia bloku lub zająknięcia. Tratwy zawsze przepływają pod zaporą więc nie grozi im utonięcie. Messenger, hangout mogą doskonale służyć jako zamiennik sposobu komunikacji. Tratwy to forma obronna nie należy jej uznawać jako coś dobrego. Wiele osób z ESBS wykorzystuje w ostateczności.

OBJAWY WIDOCZNE i NIEWIDOCZNE ESBS

Objawy widoczne ESBS to najczęściej brak reakcji rozmówy na pytania innych mimo próbu opdowiedzi (blok)
zająknięcie - nienaturalne przeciąganie głosek, sylab
zacięcia - nienaturalne przerwy w wypowiedziach
skurcze twarzy, powiek, czoła
powtarzanie głosek, sylab, wyrazów
współruchy rękami, głową, ciałem
ściszanie głosu
mrużenie

niewidoczne to cała procedura kamuflażu,
odczuwanie silnego napięcia ciała,
przyspieszone tętno,
problemy trwawienne
wycofanie z rozmowy
cisza kamuflowana nieśmiałość
wyręczanie się innymi
proszenie o towarzystwo w rozmowie

English presentation

German presentation

Unique Styles

Mobirise offers many site blocks in several themes, and though these blocks are pre-made, they are flexible. Learn more...