

Mutyzm wybiórczy – o dzieciach, które czasem nie mówią.

Mutyzm wybiórczy jest zaburzeniem, które objawia się lękiem przed mówieniem w niektórych sytuacjach społecznych. Statystyki nie oddają faktycznej skali tego zjawiska. Z analiz przeprowadzonych przez Marię Bystrzanowską wynika, że 1 na 100 dzieci może być dotknięte mutyzmem wybiórczym.

Mutyzm wybiórczy jest rodzajem fobii. Zwykle ujawnia się między 3 a 6 rokiem życia. Częściej występuje u dziewczynek niż u chłopców. Dzieci dotknięte mutyzmem wybiórczym mają problem z mówieniem w pewnych miejscach, sytuacjach lub w obecności pewnych osób, w stosunku do których czują się niekomfortowo. Ponadto trudności z komunikowaniem pojawiają się również w sytuacji, kiedy dziecko ma świadomość, że inni mogą je usłyszeć podczas mówienia. W typowych przypadkach dziecko rozmawia w domu lub z bliskimi przyjaciółmi, natomiast milczy w szkole lub nie odzywa się do obcych. Omawianemu zaburzeniu zwykle towarzyszą takie cechy osobowości jak lęk społeczny, wycofanie społeczne, wrażliwość emocjonalna. Najczęściej można też zauważyć napiętą postawę ciała, ograniczoną mimikę twarzy, nerwowe gryzienie rękawa, wkładanie palców do buzi, odwracanie głowy, unikanie kontaktu wzrokowego itp. Dziecko z mutyzmem wybiórczym rozumie, co się do niego mówi, umie mówić i chce mówić, ale w pewnych sytuacjach po prostu nie może nic powiedzieć.

Takie milczenie w określanych sytuacjach społecznych często interpretujemy jako indywidualne cechy osobowości i temperament dziecka. Najczęściej określamy takie dziecko po prostu jako osobę nieśmiałą. Nieśmiałość nie zakłóca codziennego funkcjonowania. Dzieci nieśmiałe choć są małomówne, to jednak mówią. Mogą odczuwać dyskomfort w relacjach społecznych, ale może też zdarzyć się, że są pogodzone ze swoim stylem bycia. Natomiast mutyzm i inne zaburzenia lękowe znacznie utrudniają lub wręcz uniemożliwiają codzienne życie (zgłaszanie potrzeb fizjologicznych, osiąganie sukcesów szkolnych, zakupy).

Dzieci dotknięte mutyzmem wybiórczym potrzebują konkretnych metod wsparcia opartych na terapii poznawczo – behawioralnych. Terapię prowadzi się przede wszystkim w miejscu występowania zaburzenia, czyli najczęściej jest to szkoła czy przedszkole. Najbardziej

skuteczną metodą pracy z dzieckiem z mutyzmem wybiórczym jest tak zwana metoda małych kroków – sliding in. Metoda ta polega na włączaniu dziecka (przy początkowym współudziale rodzica lub innej osoby, przy której dziecko swobodnie się wypowiada) w komunikację z osobą, przy której wstępnie dziecko milczy, szepcze lub odpowiada jednym wyrazem. Później stopniowo dołączane są kolejne osoby. Terapia powinna być prowadzona przez jedną, tę samą osobę. Może to być wychowawca, pedagog lub logopeda. Ważne jest, aby ta osoba miała wiedzę na temat specyfiki mutyzmu wybiórczego i metod pracy z dzieckiem. Nawiązała ona także relację z dzieckiem opartą na zaufaniu i akceptacji. Ważna jest również ścisła współpraca koordynatorem z rodzicami dziecka.

Niezależnie od tego czy na swojej drodze spotykamy dziecko dotknięte mutyzmem wybiórczym, czy po prostu nieśmiałe możemy mu pomóc naszą postawą i zachowaniem:

- Stwarzajmy okazję do mówienia, ale bez wywierania presji na mówienie – unikamy zwrotów typu: Powiedz mi... Kiedy będziesz do mnie mówić? Co się mówi?
- Unikajmy zawstydzania dziecka, porównywania do innych, podkreślania występujących trudności. Nie używajmy przy dziecku zwrotów: On nie mówi. Jest cichy, nieśmiały.
- Nie rezygnujmy z mówienia do dziecka, tylko dlatego że w danym momencie nie odpowiada. Zadawajmy krótkie pytania retoryczne, na które nie oczekujemy odpowiedzi, np. „Prawda, że ten obrazek jest bardzo ładny?”. Zadawajmy pytania zamknięte z odpowiedzią tak/nie. Dajmy wybór dziecku. „Czy lubisz lody czekoladowe, czy śmietankowe”. Stosujmy specjalne pomyłki: Ten sweter jest czerwony? (wskazując na kolor niebieski).
- Nie odpowiadajmy za dziecko, dajmy mu czas na odpowiedź poprzez odczekanie pięciu sekund.
- Unikajmy nadmiernego kontaktu wzrokowego w oczekiwaniu na odpowiedź.
- Zachowajmy spokój, nie okazujmy zdziwienia, ekscytacji, kiedy dziecko się do nas odezwie.

Dzieci z mutyzmem wybiórczym potrafią mówić i chcą mówić, ale potrzebują wsparcia rodziców oraz życzliwych i empatycznych pracowników szkół przedszkoli i każdego, kto na co dzień ma styczność z dzieckiem. Im wcześniej zauważymy zaburzenie i wdrożymy

odpowiednie metody wsparcia, tym szybciej dziecko może zostać włączone do aktywnej komunikacji werbalnej. Terapia mutyzmu wybiórczego kończy się sukcesem wówczas, gdy dziecko odzywa się i rozmawia bez objawów lęku w różnych sytuacjach społecznych.

Opracowała Iwona Gozdalska na podstawie:

- M. Johnson, A. Wintgens, „Mutyzm wybiórczy”, Kompendium Wiedzy.
- Maria Bystrzanowska, „Mutyzm wybiórczy. Poradnik dla rodziców, nauczycieli i specjalistów”.
- www.mutyzm.org.pl

-