

Mutyzm wybiórczy

Jest to długotrwałe milczenie lub ograniczone mówienie, w określonych miejscach lub sytuacjach, pomimo rozumienia mowy i umiejętności werbalnego komunikowania się w danym języku.

Dziecko z mutyzmem
wybiórczym najczęściej
swobodnie rozmawia w
domu, ale milczy lub nie
rozmawia swobodnie w
przedszkolu, szkole czy w
innych sytuacjach
społecznych.



„Kiedy idę do szkoły, zawsze się boję, że ktoś mnie o coś zapyta. Bo z tym mówieniem jest tak, że w domu mówię dużo i lubię mówić, opowiadać, a w szkole i różnych obcych miejscach – nie. Nie wiem czemu tak jest. Ale czuję, że nagle jest mi trudno powiedzieć nawet takie proste zdania jak *dzień dobry*, czy *do widzenia*. Coś nagle przeszkadza w gardle i nie daje rady.

Kacper

Mutyzm wybiórczy jest zaburzeniem lękowym. Komunikowanie werbalne jest dla dziecka stresem, w związku z nieznanym otoczeniem, rozłąką z rodzicami lub presją mówienia. Objawy lękowe blokują dziecko i uniemożliwiają mu porozumiewanie się z otoczeniem – chce ono mówić, ale nie może.

„Nie lubię chodzić do hipermarketu z rodzicami, bo jak stoimy w kolejce do kasy, to nas zaczepiają inni dorośli i pytają mnie: a jak masz na imię, ile masz lat? I bardzo się złością jak im nie odpowiadam i pytają się mamy, czy ja jestem głuchy albo nie umiem mówić”.

Kacper

Pamiętaj! Milczenie dziecka nie wynika z uporu, złego wychowania, manipulacji czy osobistej niechęci dziecka do Ciebie, ale jest spowodowane silnym lękiem.



Niegdyś przyczynę wycofania i braku komunikacji dziecka przypisywano przemocy rodzinnej, molestowaniu, tajemnicą rodzinną lub innym trudnym przeżyciom jakich dziecko doświadczało w domu.

Obecnie także bierze się pod uwagę występowanie tego czynnika. Wiadomo już jednak, że mutyzm wybiórczy dotyka także dzieci z kochających i dobrych rodzin, a podłożem tego zaburzenia może być: zaburzenie neurorozwojowe i neurologiczne, częste przeprowadzki i migracja, rozpoczęcie przedszkola lub szkoły, występowanie w rodzinie mutyzmu wybiórczego lub innych zaburzeń lękowych, lękliwość i nadwrażliwość dziecka, dwu lub wielojęzyczność, świadomość niedoskonałości mowy, prześladowanie lub inne negatywne reakcje ze strony otoczenia, separacja od rodziców, utrata bliskiej osoby i inne negatywne doświadczenia dziecka np. zgubienie się w sklepie, długi pobyt w szpitalu, zostawienie pod opieką innej osoby niż rodzice

Zaburzenie powinno być diagnozowane już po miesiącu milczenia w danym miejscu, chyba że jest to pierwszy miesiąc w przedszkolu lub szkole – wtedy należy poczekać, aż minie okres przejściowy i jeśli trudności nie miną, skierować do specjalisty.

Autyzm?

Mutyzm wybiórczy może być mylnie zdiagnozowany jako autyzm, ponieważ dziecko z MW może być nadwrażliwe na dotyk, zapach, dźwięki z otoczenia lub tłum ludzi, może mieć problem z nawiązaniem kontaktu wzrokowego i nie reagować na pytania, a także nie lubić zmian, szczególnie tych które są zaskoczeniem.

Autyzm jest zaburzeniem rozwojowym, zaś mutyzm zaburzeniem lękowym.

Mutyzm wybiórczy błędnie uznawany jest także, jako fobia szkolna lub lęk społeczny, tymczasem są to inne zaburzenia.

Prawdą jest jednak, że nieleczone mutyzm wybiórczy, może wywołać dodatkowo fobię szkolną, społeczną a nawet depresję.



Nieśmiałość?

Błędne jest również przypisywanie nieśmiałości jako przyczyny braku mówienia. Nieśmiałość ma związek z charakterem i temperamentem. Ludzie nieśmiali są małomówni wszędzie. Natomiast dzieci z Mutyzmem w bezpiecznych sytuacjach, najczęściej w domu, mogą być śmiałe, rezolutne, gadatliwe i hałaśliwe.



Dawid to takie grzeczne dziecko

Dzieci z mutyzmem wybiórczym w przedszkolu są uznawane najczęściej za grzeczne. Nie sprawiają problemów wychowawczych, bo nie przeszkadzają na zajęciach, nie biją innych i nie kłócą się o zabawki. Te grzeczne i nieprzeszkadzające dzieci są bardzo wygodne dla nauczyciela, jednak pod pozorną grzecznością, kryje się rozpacz, zawstydzenie, niemoc i codzienny stres, uniemożliwiający komunikowanie podstawowych potrzeb, takich jak głód, ból czy potrzeba skorzystania z toalety.



„Czasem chciałbym pójść w czasie lekcji do toalety, ale wtedy musiałbym podnieść rękę, żeby pani mi pozwoliła, ale pani nie zawsze rozumie o co mi chodzi, więc się nie zgłaszam”.

Kacper

Nigdy nie mów: „*nie pomogę ci jeśli nie powiesz mi o co chodzi*”.
Szukaj innych form komunikacji.

Mutyzm wybiórczy jest **niezależny od poziomu inteligencji**, może więc występować zarówno u osób z niepełnosprawnością intelektualną jak i u osób szczególnie zdolnych. Dzieci z powodu ograniczenia związanego z mówieniem, nie są w stanie pokazać w pełni swoich możliwości intelektualnych, dlatego czasem są spostrzegane jako mniej bystre.



„Najgorsze, że jak pani mnie o coś pyta, to koledzy za mnie odpowiadają, albo mówią: *proszę pani niech go pani nie pyta, on i tak nic nie mówi*. A mi jest wtedy zawsze przykro, bo znam odpowiedzi na wszystkie pytania, ale po prostu nie umiem ich głośno powiedzieć”

Kacper

„Bardzo nie lubiłem zajęć z jęz. angielskiego. Pani ciągle wszystkich pytała! I jak mnie pytała, to patrzyła tak, jakby chciała mnie na wylot przeszyć oczami. Nie lubię gdy ktoś patrzy mi długo i prosto w oczy, boje się wtedy, że zacznie na mnie krzyczeć. A po jakimś czasie to zawsze mnie pomijała jak była moja kolej i nie musiałem się już martwić, że muszę odpowiadać, ale i tak mi było przykro, że innych pyta a mnie omija. Ale wszystkie słówka, jakie poznaliśmy na zajęciach znałem i odpowiadałem potem w domu”

Kacper

Rodzice dzieci z mutyzmem wybiórczym często sami doświadczają różnych zaburzeń lękowych bądź w przeszłości sami mieli mutyzm wybiórczy. Lękowa postawa rodziców może wzmocnić poziom lęku u dziecka i utwierdzić go, że świat jest pełen niebezpieczeństw np. poprzez zbyt intensywne ostrzeganie dziecka przed rozmową z obcymi, niebezpieczeństwami i podejmowaniem ryzyka, oraz nadmierne martwienie się.



Mutyzmowi wybiórczemu towarzyszą bardzo często inne fobie i nadwrażliwości. Należy nad nimi pracować równolegle, żeby nie utrudniały dodatkowo funkcjonowania dziecka w codziennym życiu. Dzieci z mutyzmem wybiórczym często reagują nadmiernym niepokojem na sytuacje, które dla innych są mało znaczącym przeżyciem. Terapia polega na obniżeniu poziomu lęku, oswojeniu się z sytuacją, która ten lęk wywołuje, budowaniu pozytywnego obrazu siebie i zaufania do ludzi.

Jak zachować się w obecności dziecka,
które mało mówi lub milczy?

Nie zmuszaj dziecka do mówienia i nie zawstydzaj,
jeśli nie jest w stanie rozmawiać w danej chwili.

Nie wpytuj, czy dziś odezwie się do cioci

Nie odpowiadaj za dziecko i nie odbieraj z rąk drugiej osoby czegoś, co ta osoba podaje dziecku.

„Czasami jest tak, że chciałbym spróbować coś powiedzieć. Gdy przychodzi do nas wujek albo koleżanka mamy i pytają mnie o szkołę, kolegów, to już prawie się do nich odzywam, ale nagle mama odpowiada szybko, że i tak nic nie odpowiem. A wtedy jest mi przykro, bo gdyby dali mi trochę czasu to może dałbym radę”

Kacper

Nie karz dziecka za brak mowy,
nie bądź sfrustrowany, jeśli dziecko nie mówi

Stwarzaj dziecku okazje do interakcji społecznych,
sprawiaj by dziecko miało cel i potrzebę komunikacji.

Jeśli dziecko się odezwie – ukryj swoje zdziwienie.
Zachowuj się normalnie i naturalnie.

„Nie wiem, dlaczego tak jest, że w domu mówię, a gdzie indziej nie. Chyba boję się, że ktoś usłyszy mój głos i będzie się ze mnie śmiać. Przecież jak dotąd nie mówiłem a teraz zacznę mówić, to będą się ze mnie wyśmiewać i uważać za dziwaka. Albo pomyślą, że robiłem im głupi kawał i się obrażą. Dlatego nawet jak bym chciał się odezwać to wolę milczeć, bo jeszcze pomyślą, że jestem dziwny. Raz tak było, jak się przypadkiem odezwałem do pani w przedszkolu, to ona powiedziała: „Ojej, Ty mówisz?”. Pamiętam, że bardzo dziwnie się wtedy poczułem. Od tamtej pory już pilnowałem, żeby się do niej więcej nie odezwać.”

Kacper

Nie obiecuj dziecku nagród jak zacznie mówić, tylko nagradzaj za to czego już dokonało, za małe sukcesy.

„Dziadek powiedział mi w zeszłym roku, że kupi nowy rower, jak zacznę mówić. Bardzo chciałem ten nowy rower, ale mówienie było bardzo trudne, więc się nie udało.”

Kacper

Nie okazuj czułości i nie przytulaj dziecka, gdy się wycofuje, zamiast tego nagradzaj za próby uczestnictwa w rozmowie. Ale nigdy nie chwal dziecka przy innych osobach, bo jest to dla niego zawstydzające, zrób to później na osobności.

Terapię prowadzi się głównie w miejscu występowania problemu. Pracujemy metodą *Sliding-in*.

Metoda *Sliding-in* polega na bawieniu się z dzieckiem w różnych miejscach szkoły / przedszkola. Początkowo z samym nauczycielem i najlepszym kolegą. Stopniowo włączamy do spotkań inne dzieci. Poszerzamy miejsca i osoby, z którymi dziecko nabiera swobody, aż do czasu kiedy poczuje się bezpiecznie w otoczeniu i przełamie swoje bariery w mówieniu. Dziecko poprzez zabawę zaczyna pozytywnie kojarzyć pomieszczenia oraz osoby. Spotkania trwają 15-20 minut przed lub po normalnych zajęciach szkolnych lub przedszkolnych, chyba że uda się w innym czasie.



Z mutyzmu wybiórczego się nie wyrasta.

Od dostrzeżenia problemu i powodzenia w terapii zależy przyszłość dziecka, to czy będzie umiało sprostać w życiu niepowodzeniom, czy odnajdzie się w pracy zawodowej i czy będzie aktywnym uczestnikiem społeczeństwa. Mutyzm wybiórczy nie poddany terapii – utrwała się.

Opracowanie

Psycholog, Angelika Stachowska.

Na ogólny użytek rodziców i specjalistów,
w celu rozpowszechniania wiedzy na temat Mutyzmu wybiórczego.





MUTYZM WYBIÓRCZY

Skuteczne metody terapii

Redakcja naukowa
Ewelina Bystrzanowska
Maria Bystrzanowska

impuls

Źródło:

- Maria Bystrzanowska (2019) *Mutyzm wybiórczy, skuteczne metody terapii.*
- Ewelina Bystrzanowska i Maria Bystrzanowska (2019) *Mutyzm wybiórczy. Poradnik dla rodziców, nauczycieli i specjalistów*