

# Mutyzm wybiórczy jest zaburzeniem lękowym.

## Nieśmiałość jest cechą charakteru.

Słyszałam fragment wykładu pewnej pani uważającej się za specjalistę, która twierdziła, że dzieci z mutyzmem wybiórczym są nieśmiałe. To nie jest prawda!!!!!!!

Większość dzieci z mutyzmem tylko sprawia wrażenie nieśmiałych, ale w rzeczywistości takie nie są. Powiedzenie, że dzieci z mutyzmem są nieśmiałe wnosi do tematu tyle samo co stwierdzenie, że „dzieci z mutyzmem to brunetki. Oczywiście nie wszystkie, ale brunetki też się zdarzają.”

### Fobia – jak powstaje?

Ważnym elementem powstania fobii jest powiązanie odczucia silnego lęku w danym momencie z bodźcem występującym w otoczeniu, czyli trochę jak warunkowanie. Na poziomie fizycznym włącza się reakcja alarmowa informująca o niebezpieczeństwie (napięcie mięśni, przyspieszone bicie serca i szybki oddech). Układ limbiczny określa ten stan jako lęk, a racjonalna część mózgu zostaje wyłączona (zastyga) i nie ma szansy trzeźwo ocenić realności odczuwanego zagrożenia. Czyli odczucia są realne, natomiast zagrożenie jest wyobrażone. Ponieważ reakcja jest bardzo intensywna i niezrozumiała dla dziecka, a przy tym niemiła, może ono zacząć unikać sytuacji w których pojawiają się te niemiłe odczucia. Unika ich, czyli przestaje mówić kiedy pojawiają się bodźce wyzwalające ten lęk (osoby, sytuacje, aktywności). *Dorota Kędra, psycholog. Cork, Irlandia*

„Milczenie spowodowane brakiem mowy nigdy nie jest złotem. Wszyscy mamy potrzebę porozumiewania się i kontaktowania ze sobą nawzajem – nie tylko jednym sposobem, lecz na wszystkie możliwe sposoby. Jest to podstawowa ludzka potrzeba, podstawowe ludzkie prawo. Co więcej, jest to podstawowa ludzka siła” (Williams, 2000)

## **Dlaczego to dziecko nie mówi?**

On lub ona ma zaburzenie lękowe zwane mutyzmem wybiórczym.

Dziecko cierpiące na mutyzm wybiórczy (MW) staje się nieme w pewnych sytuacjach społecznych i nie może wydać żadnego dźwięku.

Mutyzm wybiórczy jest rodzajem zaburzenia lękowego dotyczącego sfery komunikacji społecznej, które prowadzi do problemów z nawiązaniem i utrzymaniem kontaktów społecznych.

Te dzieci zazwyczaj nie mogą mówić, głośno się śmiać, hałasować ani nawet ruszać ustami kiedy są z rówieśnikami lub dorosłymi, jednak w mówią normalnie i płynnie w domu i innym przyjaznym, znanym środowisku.

Często też nie potrafią inicjować kontaktu społecznego, są raczej wycofane i bardzo długo się oswiają z nową sytuacją.

Zazwyczaj próbują unikać sytuacji kiedy mowa jest oczekiwana lub wymagana, nie lubią też udzielać odpowiedzi.

Niektóre dzieci, choć nie wszystkie, mogą mieć problemy z uśmiechaniem się czy nawiązaniem kontaktu wzrokowego, ich mowa ciała i wyraz twarzy są bardzo ubogie.

Te dzieci często są bardzo wrażliwe, czujne, respektujące zasady i autorytet; nie sprawiają problemów i mogą nie zwracać na siebie uwagi rówieśników, ale także dorosłych.

Te dzieci NIE SĄ zazwyczaj nieszczęśliwe, wstydlive czy ciche; często – kiedy czują się swobodnie – są wręcz przeciwieństwem tego opisu.

Te dzieci NIE SĄ niegrzeczne, nie ignorują Ciebie celowo i nie próbują zwrócić na siebie Twojej uwagi.

**Ich zachowanie NIE JEST celowe, NIE JEST wynikiem uporu czy manipulacji.**

**Lęk i strach może im dosłownie odebrać mowę.**

## JAK ZACHOWAĆ SIĘ W STOSUNKU DO DZIECKA Z MUTYZMEM WYBIÓRCZYM?

- \* Powiedz dziecku, że rozumiesz jak trudno jest mu mówić i będziesz szczęśliwy kiedy już będzie gotowe mówić.
- \* Nie zmuszaj dziecka do mówienia i nie pytaj dlaczego nie mówi... to tylko zwiększa lęk.
- \* Stwarzaj wiele okazji do rozmów, ale nie oczekuj i nie dawaj dziecku do zrozumienia, że oczekujesz, aby też mówiło.
- \* Zwracaj się do dziecka zwyczajnie, jak do innych, ale nie oczekuj że dziecko będzie od razu odpowiadać.
- \* Komentuj bieżące wydarzenia, stwierdzaj fakty, zadawaj retoryczne pytania aby zachęcić do mówienia, unikaj zadawania bezpośrednich pytań na które oczekujesz natychmiastowej odpowiedzi.
- \* Nie zadawaj otwartych pytań, zmodyfikuj je tak, aby dziecko mogło odpowiedzieć niewerbalnie, tak lub nie, albo gdzie jedno lub dwa wyrazy wystarczą jako odpowiedź.
- \* Minimalizuj kontakt wzrokowy, usiądź raczej z boku a nie przodem do dziecka, dyskrecja i trochę głupio-śmieszne podejście jest najlepsze.
- \* Spraw by dziecko poczuło się docenione i było częścią grupy poprzez zachęcanie do niewerbalnej komunikacji w KAŻDYM zadaniu, spróbuj powierzyć mu odpowiedzialność lub zadanie z którego będzie dumne, doceniaj i nagradzaj, nie szczędź komplementów.
- \* Nawiąż bliską relację z dzieckiem poprzez zniżenie się do jego poziomu podczas zabaw i przez znalezienie tematów, które będą je interesować.
- \* Bądź głosem dziecka kiedy inni pytają dlaczego nie mówi; upewnij się, że wszyscy wiedzą, że dziecko mówi w domu i będzie mówić w szkole kiedy będzie gotowe.
- \* Bądź wyczulony na prześladowanie ponieważ większość z dzieci z mutyzmem jest wrażliwa, a nie jest w stanie się sama bronić.
- \* Nie rób wielkiego zamieszania i nie okazuj zdziwienia jeśli dziecko zacznie mówić, to często powoduje zawstydzenie i wycofanie. Po prostu ciesz się chwilą, dobrze się baw i poznaj to dziecko, które ma dużo do powiedzenia i chce mówić, ale potrzebuje trochę czasu, zachęty i pomocy w zrelaksowaniu się. Wtedy będzie mówić!