

„Mutyzm wybiórczy” u dzieci. Dziecko z mutyzmem wybiórczym w rzeczywistości szkolnej. Jak wspomóc dziecko z mutyzmem wybiórczym w codziennym funkcjonowaniu.

Czym jest mutyzm wybiórczy?



To pytanie zaprzęta umysły rodziców zaniepokojonych tym, że ich dziecko nie mówi poza domem np. w przedszkolu lub szkole. Taki problem może nasuwać podejrzenie **mutyzmu wybiórczego** (selektywnego).

- Zaburzenie zostało opisane po raz pierwszy w 1877 przez niemieckiego lekarza Kussmaula i nazwane „aphasia voluntaria”, czyli afazja dobrowolna. Nazwa ta **sugerowała błędnie**, że dzieci z tym zaburzeniem świadomie wybierają ciszę.
- W 1934 r. angielski lekarz Tramer opisał kilka przypadków niemówiących dzieci i wprowadził termin „elective mutism” - mutyzm planowany, nadal błędnie rozumiano to zaburzenie.
- **Dopiero w roku 1994 w amerykańskiej klasyfikacji zaburzeń psychicznych (DSM IV) wprowadzono właściwszy termin mutyzm selektywny, zwany również wybiórczy, najtrafniej odzwierciedlający specyfikę tego zaburzenia.**
- Według międzynarodowej klasyfikacji zaburzeń psychicznych - **ICD 10 kryteria diagnostyczne mutyzmu selektywnego F 94.1** przedstawiają się następująco:
 1. Ekspresja i rozumienie języka przez dziecko w granicach dwóch odchyłeń standardowych.
 2. Możliwa jest do potwierdzenia niemożność mówienia w specyficznych sytuacjach, w których od dziecka mówienie jest oczekiwane, pomimo mówienia w innych sytuacjach.
 3. **Czas trwania mutyzmu wybiórczego przekracza 4 tygodnie.**
 4. Zaburzenia nie wyjaśnia brak znajomości języka mówionego wymaganego w sytuacjach społecznych, w których występuje niemożność mówienia.
 5. **Wykluczono występowanie całościowych zaburzeń rozwoju.**

■ Kryteria według DSM IV :

1. Brak mówienia w określonych sytuacjach (w których mówienie jest oczekiwane) pomimo mówienia w innych sytuacjach.
2. Zaburzenie utrudnia osiągnięcie sukcesów edukacyjnych lub zawodowych oraz komunikację społeczną.
3. Czas trwania zaburzenia wynosi co najmniej 1 miesiąc (nie ogranicza się do pierwszego miesiąca w szkole).
4. Brak mówienia nie wynika z braku znajomości języka lub dyskomfortu związanego z posługiwaniem się danym językiem.
5. Zaburzenia nie można wyjaśnić poprzez zaburzenia komunikacji (np. jękanie), całościowe zaburzenia rozwoju (autyzm), zaburzenia psychiatryczne (schizofreni

Co jest przyczyną mutyzmu wybiórczego?

- Nie ma jednej odpowiedzi na to pytanie.
- Czynniki mające wpływ na wystąpienie mutyzmu wybiórczego i grupuje je w 3 kategoriach.

Czynniki predysponujące:

- zaburzenia językowe, zaburzenia mowy
- lękliwość, nadwrażliwość dziecka
- nieśmiałość lub mutyzm występujący w rodzinie
- choroby psychiczne występujące w rodzinie, szczególnie zaburzenia lękowe

Czynniki wywołujące:

- separacja od rodziców, utrata bliskiej osoby i inne negatywne doświadczenia dziecka np. zgubienie się w sklepie, zostawienie pod opieką innej osoby niż rodzice
- częste przeprowadzki i migracja
- rozpoczęcie przedszkola lub szkoły
- świadomość niedoskonałości mowy
- prześladowanie lub inne negatywne reakcje ze strony otoczenia

Czynniki podtrzymujące:

- negatywne wzmocnianie mutyzmu przez zwiększoną uwagę i rozczulanie się nad dzieckiem,
- brak odpowiedniej interwencji,
- pogodzenie się z mutyzmem dziecka,
- zdolność do przekazania prawie każdej informacji niewerbalnie,
- izolacja geograficzna lub społeczna,
- rodzina należąca do mniejszości etnicznej bądź językowej,
- negatywny model komunikacji w rodzinie.

Źródło: na podstawie książki „The Selective Mutism Resource Manual”, 2001, Maggie Johnson & Alice Wintgens

Cechy charakterystyczne mutyzmu wybiórczego:

- **Prawdziwe przyczyny braku mówienia są natury psychologicznej**, a ściślej ujmując, wynikają z rzeczywistości odczuwanego lęku i innych trudnych uczuć. Rozpoznanie musi być poprzedzone dokładną diagnozą stanu psychicznego i somatycznego dziecka.
- Konieczne jest wykluczenie zaburzeń słuchu oraz neurologicznych przyczyn zaburzeń mowy.
- Milczenie w przedszkolu lub szkole w przypadku dziecka z mutyzmem selektywnym nie jest spowodowane poważnymi trudnościami w wymowie, jękaniem, autyzmem, opóźnieniem umysłowym czy uszkodzeniem ośrodków mowy.
- Dziecko z mutyzmem selektywnym funkcjonuje więc zazwyczaj w normie rozwojowej i intelektualnej. Potrafi mówić, a nawet jest gadatliwe i hałaśliwe w wybranym przez siebie otoczeniu, najczęściej domu rodzinnym.
- Jedynie około 20-30% dzieci z mutyzmem selektywnym ma zaburzenia mowy, nie jest to jednak przyczyna zaburzenia, tylko cecha towarzysząca (Cohan, 2008).
- Brak mówienia nie wynika również z krnąbrności, zuchwalstwa czy manipulowania.
- **Mutyzm wybiórczy należy raczej rozpatrywać w kategoriach zaburzenia lękowego oraz fobii przed mówieniem.**

Mutyzm nie jest tożsamy z nieśmiałością, z której dziecko „wyrośnie”. Dziecko z mutyzmem niekoniecznie musi być nieśmiałe.

- Dziecko z mutyzmem selektywnym w pewnych sytuacjach społecznych może być roześmiane i radosne, chętnie angażować się w różne zabawy, a nawet je inicjować- nie może jednak zdobyć się na wydobycie z siebie głosu lub tylko szepcze. Ponieważ mówienie wiąże się z wielkim stresem, dziecko broni się przed nim, komunikując się za pomocą gestów i mimiki.
- Dzieci z mutyzmem selektywnym nie są z natury samotnikami, mają potrzeby społeczne, chcą być akceptowane i lubiane.
- Chociaż dziecko jest świadome tego, że mówienie umożliwia zawiązanie bliskich relacji to mówienie, a w szczególności rozpoczynanie rozmowy jest niewiarygodnie trudne dla niego.
- Mają uczucie ściśniętego gardła i bycia ciągle „na świeczniku”, które uniemożliwia im zabranie głosu. Z tego powodu dziecko może niechętnie uczestniczyć w różnych zajęciach grupowych, zwłaszcza gdy wiąże się to ze spotkaniem zupełnie nowych osób.
- Dzieci te mogą wydawać się pozbawione emocji, unikać kontaktu wzrokowego lub stać nieruchomo- taka reakcja może być szczególnie widoczna, gdy dziecko z mutyzmem selektywnym widzi nas po raz pierwszy. Łatwiej im nawiązać relacje z dziećmi w swoim wieku, w kameralnej atmosferze mogą pojawić się pojedyncze słowa.

Milczenie dziecka poza wybranym przez nie środowiskiem nie jest problemem sporadycznym, lecz stałym w czasie. Dotyczy nie tylko najmłodszych dzieci.

- Rozpoznanie wymaga, by brak mówienia był utrwalony w czasie (miesiąc i dłużej), sytuacje zaś, w których dziecko mówi lub nie, występowały w sposób konsekwentny i przewidywalny.
- Milczenie dziecka, chociażby w szkole lub przedszkolu, nie jest więc zależne od jego nastroju czy samopoczucia. Ponieważ mutyzm selektywny to nie „coś, z czego dziecko wyrasta”, to nie leczony lub nie prawidłowo zdiagnozowany mutyzm utrwała się.
- Dziecko starsze może co prawda rozmawiać z wybranym przez siebie rówieśnikiem lub odpowiadać „dzień dobry”- nadal jednak może mieć blokadę przed zabranieniem głosu w grupie; czytaniem, śpiewaniem lub recytowaniem na forum.
- Dzieje się tak z powodu lęku, który nadal jest obecny, chociaż występuje w innej postaci niż we wczesnym dzieciństwie. Jeśli dziecko nie otrzyma [pomocy terapeutycznej](#), mutyzm może zakorzenić się- nastolatek może dojść do wniosku, że nie warto szukać pomocy, nikt go nie zrozumie i musi izolować się.
- Wczesna diagnoza jest bardzo ważna, ponieważ mutyzm wybiórczy jest bardziej podatny na terapię w początkowym stadium.

Jak nauczyciele mogą pomóc dziecku z mutyzmem wybiórczym?

- Każdy pedagog pracujący z dziećmi wykazującymi mutyzm selektywny ma ważną rolę do odegrania w procesie pomocy zarówno dzieciom, jak i ich rodzicom.
- Empatia nauczyciela, życzliwość i okazanie zrozumienia łagodzą trudne emocje, jakich doświadczają dzieci z mutyzmem.
- Stosując się do poniższych wskazówek, nauczyciel może budować pomost w relacjach między dzieckiem a rówieśnikami oraz nim samym.

Uznanie faktu, że lęk i inne trudne uczucia są przyczyną mutyzmu, powinno pomóc dorosłym w przetłumieniu frustracji wynikającej z kontaktu z dziećmi, które nie mówią.

Motywuj dziecko do komunikacji w pozytywny sposób !



- Próby zmuszania dziecka do mówienia mogłyby skutkować jeszcze większym zahamowaniem w kontakcie.
- Dziecko z mutyzmem wybiórczym ma obniżone poczucie własnej wartości, bardzo chciałoby rozmawiać z innymi, ale paraliżujący lęk ściska mu gardło.
- Gdy zostanie upewnione, że mówienie nie jest wymagane, może poczuć się swobodniej.
- Z tego względu ważne jest okazanie zrozumienia i zaakceptowanie, że dziecko potrzebuje sporo czasu, by zacząć mówić.
- Jednocześnie w porozumieniu z rodzicami oraz terapeutą warto wyznaczać dziecku realistyczne cele.
- Wymaga to zastanowienia się, co na danym etapie jest poprzeczką, którą dziecko jest w stanie przeskoczyć.

Buduj pewność siebie dziecka z mutyzmem !

- Poprzez mniejsze oczekiwania a większą pomoc pozwalamy dzieciom budować pewność siebie małymi krokami.
- Aby wzmocnić poczucie własnej wartości dziecka, nauczyciel powinien jak najczęściej chwalić i nagradzać dziecko nawet za najdrobniejsze osiągnięcia edukacyjne.
- Uśmiechaj się życzliwie i zwracaj większą uwagę, gdy dziecko próbuje czegoś nowego.
- Pomagaj dziecku rozwijać samodzielność, nie wyręczając go z zadań- staraj się raczej dać mu odpowiednie wskazówki albo zrobić coś z nim wspólnie.
- Usłysz dziecko ponad jego ciszą, dostrzegając je i okazując empatię.

Rób życzliwe i przyjacielskie komentarze w miejsce zadawania pytań!

- Wyczekujące pytania budzą zakłopotanie dziecka, natomiast serdeczne zainteresowanie buduje więź.
- Nie ignoruj i nie rezygnuj z mówienia do dziecka tylko dlatego, że ci nie odpowie werbalnie.
- Staraj się ośmielić dziecko do kontaktowania się poprzez gesty i mimikę.
- Zabranie głosu przez dziecko poprzedza zyskanie pewności siebie w kontaktach społecznych i ożywiona komunikacja niewerbalna.

Pozostawaj w kontakcie z rodzicami dziecka z mutyzmem.

- Być może dowiesz się od nich, co jeszcze szczególnego możesz zrobić, by nawiązać lepszy kontakt z dzieckiem.
- Rozważ włączenie rodziców w niektóre zajęcia- może to stworzyć lepszą płaszczyznę do adaptacji dziecka w warunkach przedszkolnych/szkolnych.
- Umożliw rodzicom regularną pracę z dzieckiem w godzinach szkolnych na terenie szkoły.
- Rozmowy dziecka z rodzicami na terenie szkoły mogą odegrać ważną rolę na drodze do zabrania głosu przez dziecko w tym miejscu, już bez obecności rodziców.

WŁĄCZANIE DZIECKA W AKTYWNOŚCI SPOŁECZNE



- Pomóż dzieciom w braniu udziału w aktywnościach poprzez inne działania niż mówienie.
- Mogą trzymać jakieś przedmioty, rozdawać pomoce, pokazywać coś, co przyniosły z domu.
- Posadź dziecko w pierwszym rzędzie, kiedy opowiadasz grupie jakąś historię.
- Sprawdzając obecność, pozwól dzieciom wybrać pomiędzy odpowiadaniem a podnoszeniem ręki. Wymyśl niewerbalne gry, aby zachęcić je do interakcji.
- Jeśli w szkole są posiłki, pozwól dzieciom wskazywać, co chcą na obiad, jeśli to dla nich łatwiejsze niż mówienie.
- Zadbaj o grupę dzieci, które przyjmą dane dziecko do zabawy podczas czasu na zabawę.
- Należy zachęcić rówieśników do emocjonalnego wsparcia dziecka i przeciwdziałać zachowaniom tyranizującym czy prześmiewczym.
- Organizuj zabawy w parach i małych grupach (piłka, rymowanki, gimnastyka).
- Wyznacz kogoś z personelu pomocniczego do dyskretnej opieki, włącz i zachęcaj do zabawy dziecko z mutyzmem wybiórczym, które łatwo może pozostać niezauważone i poczuć się samotne, niechciane lub zaniepokojone.

POMOCNE AKTYWNOŚCI I ZABAWY

- Zachęcaj dziecko do samoekspresji poprzez działalność artystyczną i angażującą wyobraźnię. Umożliwiają one dziecku wyrażenie emocji w inny sposób niż mówienie.
- Zachęć do zabaw wymagających manipulacji oddechem (zdmuchiwanie płomienia świecy, bańki mydlane, itp.) Wszelkie zabawy tego typu rozluźniają mięśnie szczękowo-twarzowe, które u dzieci z mutyzmem wybiórczym są zazwyczaj napięte.
- Naśladuj efekty dźwiękowe przy zabawie, zachęcając tym samym dziecko do spontanicznego używania dźwięków.
- Organizuj zabawy wymagające wydawania dźwięków zwierząt, pojazdów, efektów pogodowych - w ten sposób odwracasz uwagę od komunikacyjnej funkcji języka.
- Zainicjuj zabawę w teatr lalkowy lub grę w maskach- dziecko może poczuć się pewniej, wcielając się w jakąś postać i komunikując się z otoczeniem za pomocą np. pacynki.

- Zorganizuj grę na instrumentach, komunikację dźwiękową pomiędzy instrumentami, zabawę w orkiestrę z dyrygentem.
- Zatańcz z dzieckiem przy jego ulubionej muzyce. Zabawy z wykorzystaniem przedmiotów wydających dźwięki rozbudzają dziecko emocjonalnie i zachęcają do wydawania odgłosów w takt instrumentów i muzyki.
- Zorganizuj głośne zabawy werbalno-ruchowe, np. stary niedźwiedź mocno śpi, balonik, dwóm tańczyć się zechciało itp. Zabawy, podczas których wszyscy głośno śpiewają, umożliwiają dziecku włączenie się werbalne w „tłumie głosów”, nie zwracając na siebie zbytnej uwagi.
- Jeszcze bardziej pomocne są zabawy wymagające mówienia szeptem, np. w głuchy telefon.
- Dla dziecka z mutyzmem wybiórczym szeptanie jest o wiele łatwiejsze, zwłaszcza gdy może to uczynić spontanicznie w zabawie.
- Odwiedź dziecko z mutyzmem wybiórczym w jego domu- bezpiecznej dla niego przestrzeni, przynieś mu książkę, puzzle, kolorowe liście.
- Niektóre dzieci darzą uczuciem zwierzęta domowe. Jest to doskonała okazja do inicjacji rozmowy.
- Zdobywaj jak najwięcej wiedzy na temat mutyzmu selektywnego, by rozumieć dzieci z tym zaburzeniem.

Opisane starania nie stanowią uzdrawiającego antidotum, dziecko z mutyzmem wybiórczym potrzebuje bowiem długofalowej, regularnej pomocy terapeutycznej. Wszelkie wysiłki empatycznego, życzliwego nauczyciela zbliżają jednak dziecko do wyrwania się z „murów ciszy” i dają poczucie, że kolejna osoba słyszy je ponad jego ciszą.

Przyjazne komentowanie, pozytywne wzmocnienie, przykłady komunikatów:

- „Dziękuję, że podzieliłeś się ze mną tym pomysłem!”
- „Świetna robota, że powiedziałaś o tym całej klasie!” (jak uda się odp. przy wszystkich)
- „Lubię, kiedy mówisz mi, czego ci trzeba.”
- „Co za fantastyczny pomysł!”
- „Świetna robota, że zapamiętałaś te wszystkie liczby!”
- „Wspaniale udało ci się wyjaśnić wszystkim reguły tej gry”