

Mutyzm – materiały dla rodziców

1) Czym jest mutyzm?

- Mutyzm jest zaburzeniem lękowym, które polega na wybiórczości mówienia, przez co rozumie się, że dziecko lub osoba dorosła mówi w pewnych sytuacjach, ale milczy w innych.
- Dziecko z mutyzmem w prawidłowy sposób rozumie mowę i potrafi się komunikować werbalnie na przeciętnym poziomie w bezpiecznym dla niego środowisku.
- Trudności z mówieniem w niektórych sytuacjach trwają co najmniej miesiąc.

2) Co może sprzyjać wystąpieniu mutyzmu?

- 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.
- Negatywne reakcje ze strony otoczenia.
- Płeć – częściej dziewczynki mają mutyzm.

3) Co może podtrzymywać problemy z odzywaniem się w niektórych sytuacjach?

- 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.

4) Jak wspierać dzieci z mutyzmem w rozwoju?

- Zaakceptuj lęk dziecka przed mówieniem w niektórych sytuacjach, bądź cierpliwy, ciepły i wyrozumiały przy każdej próbie komunikacji.
- Traktuj dziecko normalnie – nie wyrażaj zdziwienia, że dziecko nie mówi, nie zawstydzaj, a także nie okazuj zdziwienia, jeśli dziecko się odezwie.
- Zadawaj zamknięte pytania, tak, żeby dziecko mogło odpowiedzieć krótko "tak" lub "nie" albo też pokiwać głową.
- Kiedy ktoś zadaje dziecku pytanie, nie odpowiadaj za nie. Poczekaj na odpowiedź (zasada 5 sekund).
- Nie wywieraj na dziecku presji udzielenia odpowiedzi i nie przepraszasz za dziecko, jeśli nie chce się odezwać.
- Staraj się unikać długotrwałego kontaktu wzrokowego.
- Uprzedzaj dziecko o nowych, stresujących sytuacjach, tak aby mogło się na nie przygotować.
- Skorzystaj z pomocy specjalistycznej (logopeda, psycholog) - wczesne rozpoznawanie i interwencja są kluczowe w terapii mutyzmu





5) Terapia dziecka z mutyzmem

- Wczesne rozpoznanie mutyzmu i wczesne podjęcie terapii są bardzo ważne, bo osiągnąć postępy.
- Warto skierować się do przypisanej dziecku Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej lub specjalistycznego ośrodka zajmującego się terapią mutyzmu wybiórczego.
- Działania terapeutyczne powinny być prowadzone we współpracy z rodzicem i placówką (przedszkolem czy szkołą), do której uczęszcza dziecko.
- Może być podjęta terapia indywidualna dziecka (z logopedą, z psychologiem we współpracy ze środowiskiem dziecka), terapia rodzin, terapia grupowa dzieci w małych grupach, turnusy terapeutyczne – w zależności od indywidualnych potrzeb dziecka.

6) Strony internetowe dla rodziców na temat mutyzmu:

Stowarzyszenie „Polskie Towarzystwo Mutyzmu Wybiórczego”

<http://www.mutyzm.org.pl/>

Grupa wsparcia na Facebooku

- grupa dyskusyjna dla rodziców, wychowawców i terapeutów dzieci oraz młodzieży dotkniętej mutyzmem wybiórczym:

<https://www.facebook.com/groups/Mutyzm/>

Centrum Terapii Mutyzmu, Nieśmiałości i Lęku

<https://mutyzm.pl/>

Fundacja Mutyzm Wybiórczy Reaktywacja

<https://mutyzm-wybiorczy.org.pl/>