

# Co to jest mutyzm?

Mutyzm wybiórczy jest zaburzeniem lękowym wieku dziecięcego i charakteryzuje się stałą odmową mówienia w niektórych sytuacjach społecznych. Poza tymi sytuacjami dziecko mówi prawidłowo. Wiadomo, że zaburzenie to pojawia się na wczesnym etapie życia i może być przejściowe, na przykład gdy towarzyszy rozpoczęciu nauki w szkole. W niektórych przypadkach mutyzm może się jednak utrzymywać przez całą szkolną karierę dziecka.

Dzieci dotknięte mutyzmem wybiórczym zazwyczaj swobodnie rozmawiają w domu lub z bliskimi przyjaciółmi, ale nie odzywają się do swoich nauczycieli. W poważniejszych przypadkach mogą również nie mówić w towarzystwie rówieśników, ale komunikują się z nimi niewerbalnie.

Nie ustalono jednej przyczyny odpowiedzialnej za pojawienie się mutyzmu wybiórczego. Wpływ na jego rozwój mogą mieć czynniki psychologiczne, emocjonalne oraz społeczne. W przeszłości uważano, że dzieci z mutyzmem są złośliwe i manipulują innymi. Jednak ostatnie badania wykazały silny związek mutyzmu wybiórczego z zaburzeniami w kontaktach społecznych, które mogą prowadzić także do zachowań innych niż sam brak mówienia, takich jak na przykład ograniczony kontakt wzrokowy i uboga ekspresja mimiczna, sztywność fizyczna, nerwowe wiercenie się oraz wycofanie z kontaktu.

## **Jak pomóc rodzicom dzieci z mutyzmem wybiórczym?**

Rodzice dzieci z mutyzmem mogą czuć się zagubieni i zestresowani. Potrzebują osoby, która ich wesprze, wysłucha i z którą będą mogli otwarcie porozmawiać. Obawy dotyczące dziecka powinny zostać omówione z rodzicami tak, aby można było zaplanować strategię obejmującą zarówno dom, jak i szkołę.

Rodzice powinni zachęcać dziecko (ale bez wywierania presji) do kontaktów społecznych i do mówienia w różnych sytuacjach. Nie należy karać dziecka za niemówienie, ponieważ to tylko nasili jego problemy. Należy je natomiast chwalić za aktywność w różnych sytuacjach społecznych oraz za wydawanie różnych dźwięków: mówienie, śpiewanie, robienie hałasu podczas zabawy.

Uznając założenie, że mutyzm wybiórczy jest reakcją dziecka na jego wewnętrzny niepokój, powinniśmy pracować nad zmniejszeniem frustracji, którą odczuwają nie tylko dzieci, ale także dorośli mający z nimi kontakt.

Nie należy zmuszać dziecka, aby mówiło. Powinno się zachęcać je do zabawy z rówieśnikami. Ważne jest, aby stworzyć taką atmosferę, w której dziecko poczuje się komfortowo, bez względu na to, czy będzie chciało mówić, czy nie.

Każda forma komunikacji niewerbalnej powinna być akceptowana i nagradzana. Powinno się wręcz zachęcać dziecko do stosowania takich formy porozumiewania się. Dzięki nim stworzymy z dzieckiem pozytywną relację, bardzo pomocną w przezwyciężaniu trudności, z jakimi dziecko się boryka. Chwalmy i nagradzamy każde osiągnięcie dziecka – wzmacnia to w nim poczucie własnej wartości.